

# **Knoten in der Schilddrüse: Vortrag im Hellmig- Krankenhaus**

Die Schilddrüse spielt eine zentrale Rolle im Stoffwechsel. Schilddrüsenerkrankungen mit Über- oder Unterfunktion des Organs können sich mit deutlichen Symptomen bemerkbar machen. Knoten in der Schilddrüse können sogar auf Krebs hinweisen.

Im Rahmen der Pulsschlagreihe informiert am Mittwoch, 9. April, ab 19 Uhr Chefarzt Dr. Burkhard Thiel im Vortragssaal des Hellmig-Krankenhauses im Severinshaus über Schilddrüsenerkrankungen und Therapiemöglichkeiten.

Eine Schilddrüsenunterfunktion äußert sich mit Symptomen wie Gewichtszunahme, schnelles Frieren und Abgeschlagenheit. Bei einer Schilddrüsenüberfunktion sind oft unter anderem Gewichtsverlust, übermäßiges Schwitzen und Ruhelosigkeit die Folge.

Mit häufiger durchgeführten Vorsorgeuntersuchungen per Ultraschall werden auch immer häufiger Knoten entdeckt. Die aber können ganz unterschiedliche Bedeutung haben. Über verschiedenartige Knoten und Schilddrüsenerkrankungen referiert Dr. Thiel im Rahmen der Kooperationsveranstaltung von VHS und Klinikum Westfalen.

Der Eintritt ist frei, Abmeldungen sind nicht erforderlich.

---

# **Yoganastik für Schwangere: Ruhe und Ausgeglichenheit finden**

Für Schwangere beginnt in der Elternschule des Hellmig-Krankenhauses Kamen am Dienstag, 8. April, von 18.30 bis 20 Uhr der Kurs Yoganastik.

„Besonders in der Schwangerschaft ist es wichtig, Zeiten der Ruhe und Ausgeglichenheit für sich zu finden“, so Marianne Künstle, Leiterin der Elternschule im Klinikum Westfalen. In den Yogaübungen werden Anspannung und Entspannung erfahren. Das Kind wird durch die bewusste und tiefe Yoga-Atmung mit mehr Sauerstoff und Energie versorgt.

Yogaübungen lindern Schwangerschaftsbeschwerden und bereiten auf die Geburt vor. Wehenschmerz kann besser veratmet werden.

Dieses Seminar kann zu jedem Zeitpunkt der Schwangerschaft besucht werden. Interessierte können sich bis zum 4. April anmelden unter der Tel. Nr. 0231-922 1252 oder per e-Mail an [elternschule@klinikum-westfalen.de](mailto:elternschule@klinikum-westfalen.de).

---

## **Schritt zurück ins Leben wagen: Pulsschlag-Vortrag über Chemotherapie**

Die Klinik für Onkologie und Hämatologie am Hellmig-Krankenhaus will Betroffenen Ängste nehmen vor den Begleiterscheinungen von Krebstherapien. Folgen von

Chemotherapie seien oft nicht zu verhindern, inzwischen gebe es aber gute Möglichkeiten, auch dafür Lösungen zu finden, betonten Dr. Peter Ritter und Dr. Christian Pennartz bei einer Veranstaltung in der Reihe Pulsschlag.



Krankenschwester und  
Kosmetikerin Dagmar  
Schlechter führt vor, wie  
Auswirkungen von  
Chemotherapie verdeckt  
werden können.

Chefarzt und Oberarzt der Fachklinik am Kamener Krankenhaus betonen, die Belastung, die Haarausfall im Zuge der Therapie bedeute, sei oft unterschätzt worden. Es gebe jedoch sogar Fälle, bei denen Therapie aus Sorge um die Folgen abgelehnt werde.

„Wir wissen heute viel über die Ursachen“, so Dr. Pennartz. Chemotherapie mit Einsatz von Zytostakia wirke auf die Zellteilungsvorgänge von Tumoren ein, aber auch auf die gleichen Prozesse an Haarwurzeln. In vielen Fällen könne man den Haarausfall nicht verhindern, aber ganz sicher verstecken. Um das zu unterstreichen gab es beim Informationsabend in Kooperation von Klinikum Westfalen und VHS auch gleich eine praktische Vorführung. Dagmar Schlechter, Krankenschwester und Kosmetikerin in Personalunion führte vor, wie man dünner werdende Augenbrauen und Wimpern optisch verstärken kann.

Anerkannt werde es heute in der Regel bei Krankenkassen, Perücken schon vor Beginn der Therapie nach dem persönlichen Erscheinungsbild anfertigen zu lassen. Es gebe dafür Perückenstudios und Kosmetikbetriebe mit spezieller Kompetenz für Krebserkrankte, so Dr. Ritter.

Der Chefarzt ist überzeugt: „Krebserkrankung und Haarausfall sind kein Grund aufzuhören zu leben.“ Er rät allen

Betroffenen, den Schritt in die Öffentlichkeit zu wagen und dafür zeitgemäße Hilfsmöglichkeiten zu nutzen. Wenige Monate nach Ende einer Chemotherapie kehre zudem in den allermeisten Fällen das eigene Haar wieder zurück.

---

## **Vortrag in der Reihe Pulsschlag: Chemotherapie und Haarausfall**

Der Haarausfall durch eine Chemotherapie gehört zu den Aspekten einer Krebserkrankung, die vor allem weiblichen Betroffenen sehr zusetzen. Im Rahmen der Pulsschlag-Reihe von VHS und Hellmig-Krankenhaus Kamen geht es am Mittwoch, 12. März, ab 19 Uhr im Hellmigium um „Chemotherapien und Haarausfall – Ursachen, Folgen, Möglichkeiten“.

Es referieren Dr. Peter Ritter, Chefarzt der Klinik für Onkologie am Hellmig-Krankenhaus und Oberarzt Dr. Christian Pennartz. Im Anschluss an den Vortrag im Hellmigium, dem Vortragsraum im Severinshaus am Krankenhaus, besteht Gelegenheit zu Fragen und persönlichem Gespräch.

---

## **Neuer Babymassage-Kurs der**

# Elternschule des Hellmig-Krankenhauses

Ein neuer Kurs zum Thema „Babymassage“ startet in der Elternschule im Hellmig-Krankenhaus am Dienstag, 18. März, von 16 bis 17 Uhr. In diesem Kurs erfahren Eltern, wie sie das Bedürfnis des Kindes nach Wärme, Zärtlichkeit und Berührung stillen können. Mit sanften Händen wird das Kind massiert, es entspannt sich und fühlt sich geborgen.

Babymassage ist besonders empfehlenswert bei Blähungen, Unruhe und trägt zur Verbesserung des Schlafverhaltens bei. Massierte Babys verfügen über eine bessere Muskelkoordination, sind aufmerksamer und neugieriger, entwickeln mehr Zuneigung zu den Bezugspersonen, sind zufriedener und ausgeglichener und schlafen besser.

Außerdem bietet der Kurs die Möglichkeit zum Gespräch und Austausch über Erfahrungen im Eltern-Sein.

Babymassage ist geeignet für Eltern mit Kindern von vier Wochen bis sechs Monaten. Interessierte können sich bei Marianne Künstle unter der Tel. Nr. 0231 9221252 oder per E-mail an [elternschule@klinikum-westfalen.de](mailto:elternschule@klinikum-westfalen.de) anmelden. Die Kosten für den Kurs betragen 40 € / 5x60Min.

---

# Elternschule des Hellmig-

# **Krankenhauses: Von der Muttermilch zum Pfannkuchen**

Wie versorgt man das eigene Kind nach der Stillzeit optimal? Antworten liefert ein Ernährungsseminar in der Elternschule des Hellmig Krankenhauses am Montag, 10. März, ab 19 Uhr. Thema ist die Ernährung des Kindes ab einem Alter von fünf Monaten.

Eltern ist bewusst, dass eine gute Ernährung eine wichtige Voraussetzung für die gesunde Entwicklung des Kindes ist. Durch die Vielfalt des industriell hergestellten Nahrungsangebotes gibt Fragen und Unsicherheiten bezüglich der Auswahl geeigneter Beikost. Im Seminar wird die Zubereitung des ersten Gemüsebreies besprochen.

Der erste Abendbrei wird gekocht und natürlich auch probiert. Zudem gibt es viele Tipps für den Übergang von der Muttermilch, bzw. der Flaschennahrung zur ersten Beikost.

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird um eine Anmeldung in der Elternschule unter der Telefonnummer 0231-9221252 oder per E-mail an [elternschule@klinikum-westfalen.de](mailto:elternschule@klinikum-westfalen.de) gebeten.

Die Kosten für das Seminar betragen 8 €.

---

**Hellmig-Krankenhaus  
untersucht jeden Patienten  
vor der Aufnahme auf**

# **multiresistente Keime**

Die Diskussion um Keime und Hygiene in Krankenhäusern hält weiter an. Hier will das Klinikum Westfalen eine Vorreiterrolle bei der Bekämpfung multiresistenter Keime übernehmen: Ab Montag, 24. Februar, wird jeder Patient im Hellmig-Krankenhaus Kamen einem sogenannten Screening unterzogen. Mit einem Abstrich schon einige Tage vor der Aufnahme ins Krankenhaus wird sichergestellt, dass dort keine sogenannten MRSA-Keime eingetragen werden.

„Wir unternehmen damit einen weiteren Schritt für noch mehr Sicherheit für unsere Patienten“, betont Andreas Schlüter, Geschäftsführer des Klinikums Westfalen. Das umfassende Screening wird eingeführt, obwohl die Kosten dafür dem Haus nicht erstattet werden. Bisher wurde ein derart weitreichendes Konzept nur an wenigen Universitätskliniken in NRW realisiert.

Bisher werden bei der Aufnahme individuelle MRSA-Risiken nach speziellen Informationsbögen abgeklärt, im Risikofall erfolgen dann weitere Maßnahmen. Künftig werden Patienten bereits im Vorfeld zum Beispiel bei der Vorstellung in der Ambulanz gescreent. Das Ergebnis der Untersuchung des Abstriches liegt damit vor der Aufnahme ins Haus schon vor, so dass Betroffene von vornherein isoliert werden können. Lediglich bei Notfallaufnahmen erfolgt der Test erst nach der Aufnahme, weil hier die schnelle Erstversorgung Vorrang hat.

## **Bekämpfung der gefährlichen multiresistenten Keime**

Das umfassende Screening soll den Einsatz für Hygiene im Krankenhaus noch ergänzen. „Einsatz für Früherkennung und strikte Hygiene zur Bekämpfung der gefährlichen multiresistenten Keime, kurz MRSA, wurde bisher schon im Klinikum Westfalen ambitioniert betrieben, kontrolliert durch Hygienefachkräfte, die sich mit sehr großem persönlichem

Engagement für die Durchführung und Etablierung entsprechender Verfahren eingesetzt haben“, erklärt das Klinikum.

Das Klinikum Westfalen hat das umfassende MRSA-Screening in einem ersten Schritt am 17. Februar am Knappschaftskrankenhaus Dortmund eingeführt. Im zweiten Schritt folgen das Hellmig-Krankenhaus in Kamen und die Klinik am Park Lünen am 24. Februar.

---

## **Fitness für Mütter: Mit Schwung ins Frühjahr**

Jetzt die Kondition verbessern – diesen Wunsch können sich Mütter in dem neuen Kurs der Elternschule im Hellmig-Krankenhaus Kamen erfüllen. Interessierte finden eine Kombination aus Ausdauertraining, Muskelstraffung und Förderung der Beweglichkeit unter der Beachtung der weiblichen Problemzonen.

Und das Besondere an diesem Kurs: Die Babys können mitgebracht werden! Kursbeginn ist Freitag, 28. Februar, von 10.45 bis 12 Uhr. Anmeldungen sind möglich bis zum 26. Februar unter der Telefonnummer 0231-922 1252 oder per E-mail an [elternschule@klinikum-westfalen.de](mailto:elternschule@klinikum-westfalen.de). Die Kursgebühren betragen 56 € für acht mal 75 Minuten.

---



# **Dr. Metzner informierte über Unfälle bei Kindern: Eltern leiden immer mit**

Gelegentlich ging ein schmerzhaftes Zucken und Raunen durch die Zuhörerreihen. Unfälle von Kindern tun schon dann Eltern weh, wenn sie nur theoretisch geschildert werden. Dr. Dieter Metzner, ärztlicher Leiter des Hellmig-Krankenhauses gab ihnen für den Echtfall eine klare Zusage: „Im Notfall stehen wir für sie und ihr Kind im Hellmig-Krankenhaus bereit, 24 Stunden am Tag und sieben Tage pro Woche!“



Dr.-Dieter-Metzner-  
ärztlicher-Leiter-des-  
Hellmig-Krankenhauses

Dr. Metzner, Chefarzt für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie im Kamener Krankenhaus, zeigte auch als dreifacher Vater viel Verständnis für Elternsorgen. Mit seinem Vortrag im Cafe der Familienbande an der Bahnhofstraße nahm er aber manche Angst: „Wenn ein Kind hinfällt und dann laut schreit, ist es in den allermeisten Fällen schon mal nicht ganz so schlimm.“ Bei Bewusstlosigkeit oder Wesensveränderung, starken Blutungen oder Blutungen aus Nase und Ohren – dann sei in jedem Fall der Weg ins Krankenhaus oder gleich der Anruf beim Rettungsdienst unverzichtbar.

## **Bis zum Alter von vier Jahren kennen Kinder kaum Angst**

Art und Zustandekommen von Verletzungen bei Kindern sei stark altersabhängig, erlebt Dr. Metzner im Klinikalltag in Kamen.

Bis zum Alter von vier Jahren kennen Kinder kaum Angst. Im Alter von 5 bis 6 Jahren erkennen Kinder zwar Gefahren, kennen aber keinen Selbstschutz. Das vorbeugende Erkennen von Gefahren beginne meist erst im Alter von acht Jahren. Auf der anderen Seite seien Verletzungen davon geprägt, ob Kinder altersabhängig schon Sport treiben oder gehäuft im Verkehr unterwegs sind.

Ruhe und Besonnenheit sei immer der beste Weg, auf ein verunfalltes Kind zu reagieren, so Dr. Metzner. Auch er selbst bemühe sich bei der Untersuchung, Kindern Ängste zu nehmen. Wenn es hilft, ziehe er dafür auch den Kittel aus. Der Anruf bei Rettungsdienst und Notarzt müsse natürlich nicht bei jeder Beule sein. Kapazitäten dort seien begrenzt und für echte Notfälle gedacht. Ein Hilferuf aus wirklicher Sorge heraus, die sich dann nicht bestätige, habe aber natürlich nicht gleich Kostenforderungen zur Folge.

## **Frischer Bruch manchmal schwer zu erkennen**

Ob zum Beispiel ein Arm oder Bein gebrochen sei, dass könnten Eltern längst nicht immer selbst erkennen. Auch per radiologischer Untersuchung sei ein frischer Bruch manchmal schwer zu erkennen. Ob dann eine Operation nötig ist, hängt von vielen Fragen ab, darunter Position und Art des Bruches, erläuterte Dr. Metzner.

Grundsätzlich rät er, Kindern Gefahrenstellen nicht zu verbieten, sondern sie ihnen zu erklären. Sportliche Aktivität beuge eher vor, als Verletzungen zu provozieren. Eltern sollten dabei Vorbeugung vorleben und selbst Helm und andere Schutzkleidung nutzen. Eine gravierende Gefahr für Kinder seien immer noch Vergiftungen oder Verätzungen durch Putzmittel. Die gehörten eben nicht unter die Spüle, sondern in hoch platzierte, eventuell verschlossene Schränke.

# **Diagnose und Erstbehandlung vor Ort**

Geht es doch mal schief, dann werde im Hellmig-Krankenhaus auf jeden Fall Diagnose und Erstbehandlung geleistet, so Metzner. In vielen Fällen könne auch die weitere Behandlung dort erfolgen, bei kleinen Kindern kann sich auch ein Elternteil mit aufnehmen lassen. Bei der Erfordernis von Spezialbehandlungen erfolge nach der Erstbehandlung die Weiterleitung an ein Kinderkrankenhaus.

Dr. Metzner stellte sich im Familienbanden-Cafe im Anschluss an seinen Vortrag einer Vielzahl von Fragen. Der Besuch dort war Auftakt einer Reihe von Informationsveranstaltungen, die Klinikum und Familienbande gemeinsam planen. Am 28. April informieren so Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes des Krankenhauses über Hilfestellungen bei unerwarteter Pflegebedürftigkeit.

---

# **Vortrag von VHS und Klinikum Westfalen: Lösungen für Hammerzeh und Vorfußballen**

Fehlstellungen oder Deformationen an den Füßen bedeuten mehr als nur optische Beeinträchtigungen. „Vorfußballen und Hammerzehe = unabwendbares Schicksal?“ lautet das Thema in der Reihe Pulsschlag von VHS und Klinikum Westfalen am Mittwoch, 12. Februar, ab 19 Uhr im Hellmigium am Kamener Krankenhaus.

Es referiert Dr. Rüdiger Hoppe, chirurgischer Oberarzt am Hellmig-Krankenhaus. „Weit verbreitet und mit eher zunehmenden Zahlen stellen die Fehlstellungen der Zehen ein Problem für

die Betroffenen dar“, so. Dr. Hoppe. Die Chirurgie ist gefordert Lösungen anzubieten.

Was man in solchen Fällen tun kann und wann sich tatsächlich ein chirurgischer Eingriff empfiehlt wird an diesem Abend erörtert. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldungen sind nicht erforderlich.

---

## **Vortragsreihe von Klinik und Familienbande: Was tun bei Unfällen im Kindesalter?**

Kinder entdecken die Welt und loten Grenzen aus. Was tun, wenn die kleinen Forscher sich dabei verletzen? „Unfälle im Kindesalter – was tun“, lautet das Thema des ersten Informationsabends des Klinikums Westfalen im Cafe der Familienbande am Donnerstag, 6. Februar, ab 18 Uhr.

Den Auftakt der neuen Informationsreihe gestaltet der ärztliche Leiter des Hellmig-Krankenhauses, Chefarzt Dr. Dieter Metzner. Er weiß: Unfälle sind für Kinder das Gesundheitsrisiko Nummer eins. Mehr als 42 Prozent aller Kinderunfälle ereignen sich zu Hause und im eigenen Garten, mehr als im Straßenverkehr. Betroffen sind besonders oft Kinder unter sechs Jahren.

Eltern sind in der Regel die Ersten am Ort des Geschehens. Daher ist es umso wichtiger, dass sie wissen, was im Notfall zu tun ist. Manchmal genügt ein Pflaster, manchmal hilft nur die Notrufnummer 112. Doch es vergehen Minuten, bis ein Rettungswagen kommt. Erste Hilfsmaßnahmen können auch dann die Eltern bereits treffen.

Dr. Dieter Metzner erläutert im Cafe der Familienbande an der Bahnhofstraße Unfallsituationen und gibt Tipps, wie sich Eltern oder andere Betreuer im Notfall verhalten sollten. Der Eintritt ist frei, Anmeldungen sind nicht erforderlich.