HGZ
HERZ- UND GEFÄSSZENTRUM
BAD BEVENSEN

ImPULS

Mein Patientenmagazin

Kostenfreies Exemplar

1 WER, WAS, WO

03 Editorial

05 Einführende Worte

06 Lageplan

08 Der Tag nach Ihrer Anreise

09 Leitfaden zur Blutdruck-messung

10 Verbände und Medikamente

11 Der Tag Ihrer Abreise

12 Qualitätsmanagement

13 Täglich frisch

14 Die Grünen Damen

15 Service

16 Von A bis Z

2 DIE REHA-KLINIK

24 Kardiologische und angiologische Rehabilitation

26 Pflege

29 Bewegungstherapie

32 Klinische Psychologie

34 Ernährungsmedizin

36 Sozialdienst

37 MOSAIK

3 KLINIKEN UND LEISTUNGS-SPEKTRUM

40 Klinik für Kardiologie

42 Klinik für Herz-Thorax-Chirurgie

44 Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin

46 Klinik für Gefäßchirurgie

48 Klinik für Angiologie

50 Klinik für Radiologie

4 DIE BUNTEN SEITEN

53 Das HGZ – Geschichte und Selbstverständnis

54 Bad Bevensen

56 Bad Bevensen & Lüneburger Heide

57 Hätten Sie das gewusst?

5 GESUNDHEIT PLUS

59 IRENA, DEFI-Treff

60 Motivation – ein Interview

62 Tipps für ein gesundes Leben

63 Informationen/Impressum

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei uns, im Herz- und Gefäßzentrum Bad Bevensen (HGZ), stehen Sie im Mittelpunkt. Ihre Ziele sind auch unsere: dass Sie so schnell wie möglich wieder gesund werden – und dass der Weg zurück in Ihr selbstbestimmtes Leben so angenehm und erfolgreich wie möglich verläuft. Dafür verbinden wir moderne Hochleistungsmedizin mit individuell auf den jeweiligen Patienten abgestimmten umfassenden Rehabilitationskonzepten und ganzheitlich orientierter Fürsorge. Denn wir sehen nie nur das erkrankte Organ, sondern immer den individuellen Menschen.

Ein Zeichen unserer Wertschätzung halten Sie gerade in den Händen: Ihr Patientenmagazin ImPULS. Es bietet Ihnen Orientierung für die Zeit Ihrer Reha im HGZ und bündelt alle wesentlichen Informationen. Sie erhalten darin praktische Tipps zu den Abläufen in unserem Haus, Hintergrundwissen über unsere einzelnen Kliniken und Abteilungen und Sie erfahren Wissenswertes zu gesundheitsbewusster Ernährung, die trotzdem schmeckt – alles übersichtlich aufbereitet und leicht verständlich formuliert. Damit Sie und Ihre Angehörigen, die einen wichtigen Beitrag zur Genesung leisten, den bestmöglichen Überblick erhalten.

Auch die mehr als 900 Mitarbeiter des HGZ sehen sich als Partner Ihrer Entwicklung. Unseren zuweisenden Kollegen gewährleisten wir in strukturierten Prozessen eine verlässliche Kooperation. Mit den niedergelassenen Ärzten und unseren benachbarten Krankenhäusern kooperieren die Experten des HGZ vertrauensvoll und effizient. So sind Sie als Patient aufgefangen von einem Netz der Fachkräfte verschiedener Kompetenzzentren.

Unser Anspruch ist es, für unsere Patienten stets das Beste zu geben.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Dirk Ludemann
Vorstand

Dr. Christian Baumbach
Chefarzt der Klinik für Rehabilitation

1 WER, WAS, WO

05 Einführende Worte
06 Lageplan
08 Der Tag nach Ihrer Anreise
09 Leitfaden zur Blutdruckmessung
10 Verbände und Medikamente
11 Der Tag Ihrer Abreise
12 Qualitätsmanagement
13 Täglich frisch
14 Die Grünen Damen
15 Service
16 Service von A bis Z

HERZLICH WILLKOMMEN!

Sie können von uns die bestmöglichen medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Leistungen erwarten – und das umfasst für uns auch ausdrücklich das Gefühl, gut aufgehoben zu sein. Eventuelle Sorgen und Unsicherheiten möchten wir Ihnen nehmen, damit Sie sich ganz und vertrauensvoll auf Ihre Genesung konzentrieren können. Auch Ihren Angehörigen, als wichtigen Partnern auf Ihrem Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben, stehen wir unterstützend zur Seite.

In diesem Kapitel finden Sie viele Informationen zu Ihrer Orientierung in unserem Haus – von den Abläufen an Ihrem ersten Tag bei uns über Antworten auf viele Fragen des Reha-Alltags sowie Erläuterungen zur Blutdruckmessung, zu Verbänden und Medikamenten bis zu dem Tag Ihrer Abreise. Auch unsere Mitarbeiterinnen des Services stellen wir Ihnen vor, die von frühmorgens bis spät für das Wohl unserer Patienten im Einsatz sind.

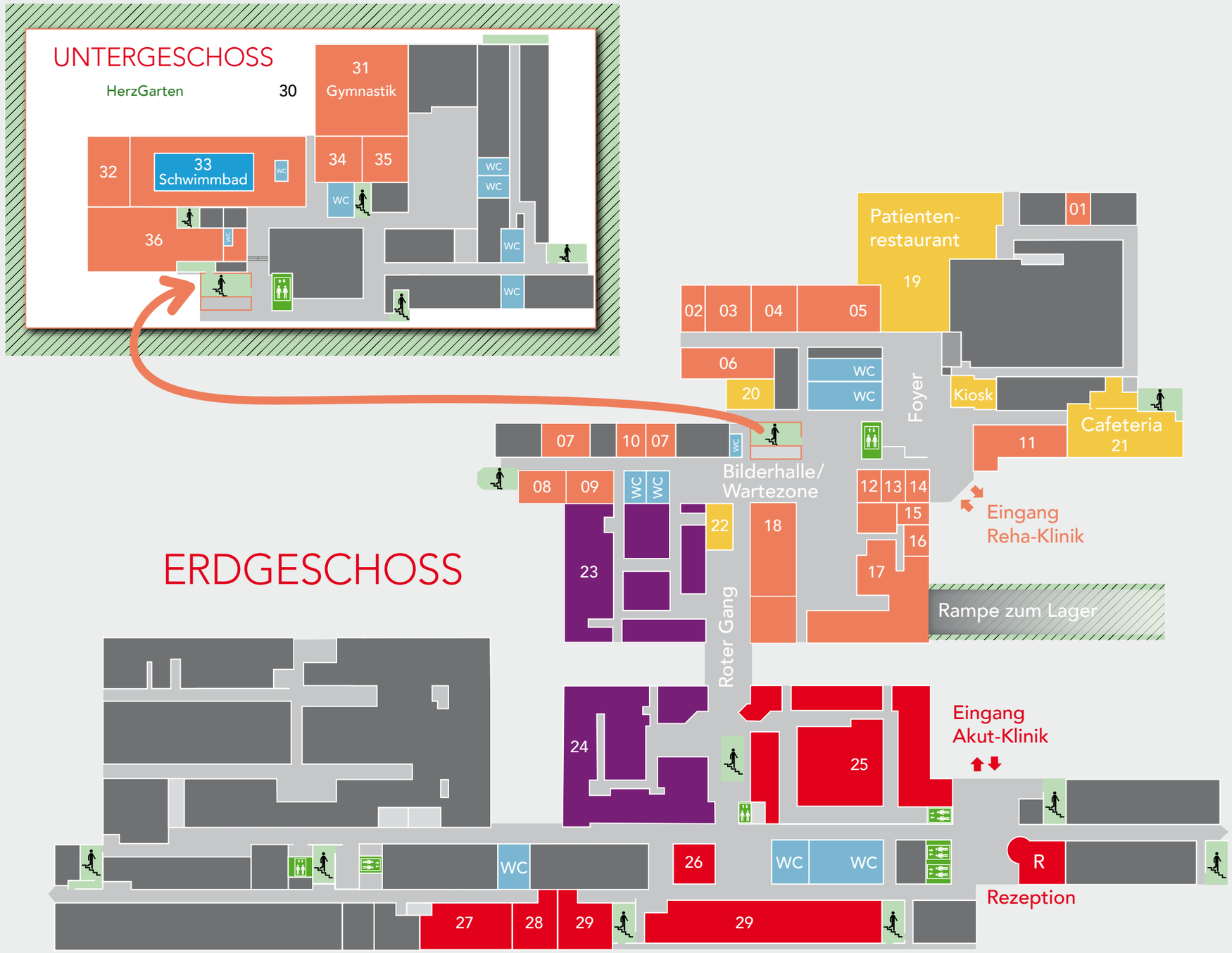
Darüber hinaus möchten wir Ihnen einen Einblick in die Arbeit unseres Qualitätsmanagements geben: Um unser hohes Niveau zu halten und uns da, wo es möglich ist, stetig weiter zu verbessern, hinterfragen wir kontinuierlich unsere Systeme und Abläufe. Ebenso wird die Zufriedenheit von unseren Patienten, Mitarbeitern und zuweisenden Ärzten regelmäßig analysiert.

Wir wissen, dass Essen Leib und Seele zusammenhält und wie wichtig gesunde und schmackhafte Ernährung für Ihr Wohlbefinden und Ihre Genesung ist. Im Folgenden möchten wir Sie auch mit unserer herz- und gefäßgesunden Küche bekannt machen.

Für Ihre Fragen und Anregungen stehen Ihnen unsere Mitarbeiter selbstverständlich jederzeit zur Verfügung – wir sind gerne für Sie da.

WER, WAS, WO

Lageplan



Abteilungen der Reha-Klinik

Abteilungen der Akut-Klinik

WC Besucher-WC

Fahrstuhl

Treppe

01 Lehrküche
02 Raum der Besinnung
03 Vortragsraum II
04 Vortragsraum I
05 Ruheraum
06 MTT 1 (Med. Trainingstherapie)
07 Patientenaufnahme Reha
08, 09 Reha-Funktionsdiagnostik (Echo/Ergo/LZ)
10 Sekretariat Rehabilitation
11, 14 Sozialdienst
12 Untersuchungsraum Ultraschall
13 Umkleide Tagespatienten
15, 16 Klinische Psychologie
17 Bewegungstherapie / Mehrzweckraum
18 Physikalische Therapie / Ergotherapie

Im Untergeschoss:
30 Roter Platz
31 Gymnastikraum
32 Ergometer
33 Schwimmbad
34 Wartezone
35 Entspannungstherapie
36 MTT 2 (Medizinische Trainingstherapie)

19 Patientenrestaurant
20 MOSAIK
21 Cafeteria
22 Waschsalon

R Rezeption
25 Radiologie
26 Zentrale Patientenaufnahme Akut
27 Kardiologie
28 Herz-Thorax-Chirurgie
29 Zentrale Funktionsdiagnostik

23 Externe kardiologische Praxis
24 Externe angiologische Praxis und Gefäßchirurgie

Der Tag nach Ihrer Anreise

Herzlich willkommen!

Zunächst erfolgt Ihre ärztliche und pflegerische Aufnahme in der Zentralen Patientenaufnahme Reha (ZPA Reha). Des Weiteren erhalten Sie eine Essens-, Blutdruck- und Medikamenteneinweisung. Gegebenenfalls erfolgt an diesem Tag auch der sogenannte Sechs-Minuten-Gehtest zur Prüfung Ihrer Leistungsfähigkeit. Der Test zeigt Ihre aktuelle Belastbarkeit und dient als Grundlage der Therapieplanung.

06:30 – 07:00 Uhr	Bitte wiegen Sie sich im Funktionszimmer und messen Sie Ihren Blutdruck sowie gegebenenfalls Ihre Körpertemperatur.
07:30 Uhr	Frühstück (im Restaurant im Erdgeschoss)
ab 08:00 Uhr	An Wochentagen kommt jetzt ein Physiotherapeut zu Ihnen in Ihr Zimmer, bitte warten Sie dort. Wenn der Sechs-Minuten-Gehtest nicht am Vortag durchgeführt wurde, wird er jetzt vorgenommen.
09:00 Uhr	**Visite auf den Stationen 21, 11, 12 und 14** Seite A: Montag und Donnerstag Seite B: Dienstag und Freitag
12:00 Uhr	Mittagessen (in unserem Patientenrestaurant)
ab 13:00 Uhr	Beginn Ihrer unterschiedlichen Behandlungen. Wann und wo welche Therapien stattfinden, entnehmen Sie bitte Ihrem Plan, den Sie zwischen Montag und Freitag in Ihrem Postfach finden. Die Postfächer befinden sich am Eingang der Station, gegenüber dem Fahrstuhl. Die Nummer Ihres Fachs ist identisch mit Ihrer Zimmernummer. Den Postfachschlüssel erhalten Sie gemeinsam mit Ihrem Zimmerschlüssel an Ihrem Anreisetag.
16:00 – 17:00 Uhr	Bitte messen Sie wieder Ihren Blutdruck und gegebenenfalls Ihre Temperatur.
17:30 Uhr	Abendessen (im Restaurant im Erdgeschoss)
18:15 – 19:00 Uhr	Bitte sehen Sie nach, ob Sie Nachrichten in Ihrem Postfach haben. Bei dem diensthabenden Pflegepersonal können Sie Schlaf- und Schmerzmedikamente für die Nacht erhalten.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt!

Ihr Pflegeteam

Leitfaden zur Messung des Blutdrucks

Die Vitalzeichenmessung

Falls nicht anders verordnet, messen Sie Ihren Blutdruck bitte – nach einer Einweisung durch das Pflegepersonal – selbst, und zwar an den ersten sieben Tagen Ihres Aufenthalts sowie an den Visitentagen:

morgens
zwischen 06:30 und 07:30 Uhr

abends
zwischen 16:00 und 17:00 Uhr

Visite auf den Stationen 21, 11, 12 und 14
Seite A: Montag und Donnerstag
Seite B: Dienstag und Freitag

Wir bitten Sie, bei der Blutdruckmessung Folgendes zu beachten:

- In den 10 Minuten vor der Messung sollten Sie sich nicht anstrengen.
- Der Blutdruck sollte im Sitzen bestimmt werden.
- Messen Sie immer am selben Arm und zwar an dem, dessen Druck höher ist.
- Bitte warten Sie nach der ersten Prüfung, bis sich das Gerät ausgeschaltet hat. Danach prüfen Sie den Blutdruck erneut.

Tragen Sie bitte die ermittelten Werte in Ihr Protokoll zur „Vitalzeichenmessung“ ein.

zu niedriger Blutdruck:	unter 90/60 mmHG
normaler Blutdruck:	bis 139/89 mmHG
Bluthochdruck:	ab 140/90 mmHG

Bei weiteren Fragen zu Ihren Werten können Sie sich während der Visite an Ihren Arzt wenden.

Warum ist der Blutdruck wichtig?

Das Herz schlägt bei einem durchschnittlichen Erwachsenen etwa 50 bis 100 Mal pro Minute. Dabei wird Blut in die Arterien gepumpt, um die Organe mit Nährstoffen und Sauerstoff zu versorgen. Das Blut übt dabei von innen Druck auf die Gefäßwände aus. Ein erheblich zu niedriger Druck (Hypotonie) birgt die Gefahr einer Unterversorgung des Gehirns. Beim Bluthochdruck muss das Herz ständig mit mehr Anstrengung arbeiten. Dies erzeugt ein hohes gesundheitliches Risiko: Herzinfarkt, Schlaganfall, Arteriosklerose. Behandelt wird die Volkskrankheit Bluthochdruck mit einer Verbesserung des Lebensstils: mehr Bewegung, gesünderes Essen – keine Zigaretten, weniger Alkohol und weniger Stress. Bei hohen Werten werden zusätzlich Medikamente eingesetzt.

Verbände und Medikamente

Einweisung und Ausgabe

Am ersten Tag Ihres Aufenthalts erfolgt eine Medikamenten-Einweisung, zu der Sie auch Ihre Medikamente erhalten. Nachfolgend benötigte Mittel können Sie sich dann im Dienstzimmer zu folgenden Zeiten abholen:

Montag bis Freitag, 12:30 – 14:30 Uhr

Am Wochenende und an Feiertagen findet keine Medikamentenausgabe statt. Wenn Sie jedoch akut Medizin benötigen, beispielsweise Schmerz- oder Schlafmittel, so können Sie hierzu selbstverständlich jederzeit unser Pflegepersonal ansprechen.

Medikamenten-Einweisung

Dieser Kurs vermittelt Ihnen genaue Kenntnisse über die Wirkung, die Dosierung und die Zeit der Einnahme Ihrer Medikamente. Im Anschluss bekommen Sie von uns die Medikamente, mit denen Sie dann selbstständig Ihre Tagesdosis gemäß Ihrem Plan zusammenstellen. Wenn Sie zuckerkrank sind, also an Diabetes leiden, zeigen wir Ihnen, wie Sie den Wert Ihres Blutzuckers bestimmen und wie Sie sich das Insulin spritzen müssen.

Verbände

Die Verbände werden täglich auf Station gewechselt. Auf ärztliche Anordnung erfolgt der Verbandswechsel im Wundzentrum, die Termine sind ggf. auf dem Behandlungsplan vermerkt.

Der Tag Ihrer Abreise

Wir freuen uns, dass es Ihnen besser geht

Bitte verlassen Sie Ihr Zimmer mit Ihrem Gepäck bis 08:30 Uhr.

Sie können danach gern noch an den Mahlzeiten teilnehmen und sich in der Eingangshalle an unserem Kamin aufhalten.

Den Mitarbeitern der Pflege geben Sie bitte Folgendes zurück:

- Ihren Zimmerschlüssel
- das Protokoll mit Ihren Blutdruckwerten
- das Körbchen für die Medikamente

Für Ihre ersten zwei bis drei Tage nehmen Sie von uns die entsprechende Menge an Arzneimitteln mit. Sollten Sie hierfür nicht mehr ausreichend Medikamente haben, lassen Sie sich diese bitte am Tag vor Ihrer Abreise zu den regulären Ausgabezeiten geben.

Im Dienstzimmer erhalten Sie von uns:

- Ihren Entlassungsbrief
- gegebenenfalls eine Verordnung für die Herzsportgruppe

Wenn Sie Hilfe beim Transport Ihres Gepäcks benötigen, sagen Sie uns bitte Bescheid.

Wir wünschen Ihnen für die Zukunft alles Gute!

Ihr Pflegeteam

Qualitätsmanagement

Zertifizierte Qualität für eine bestmögliche Behandlung

Die kontinuierliche Erfüllung der internen und externen Anforderungen an die bestmögliche medizinische Versorgung unserer Patienten stellt unseren Anspruch an Qualität dar. Um diesem Anspruch nachzukommen hat das HGZ Bad Bevensen ein integriertes Qualitätsmanagement (QM) etabliert.

Alle Mitarbeiter arbeiten interdisziplinär und intraprofessionell zusammen, um unseren Patienten die bestmögliche Behandlungsqualität zu bieten. Dazu orientieren sie sich an den aktuellen medizinischen Leitlinien, arbeiten nach internen Standards und nutzen (Medizin-)Geräte auf dem aktuellsten Stand der Technik.

Sämtliche Prozesse und Arbeitsabläufe im HGZ Bad Bevensen sind dokumentiert, standardisiert, kommuniziert und werden regelmäßig intern auditiert. Neue Mitarbeiter werden strukturiert eingearbeitet. Alle Mitarbeiter bilden sich kontinuierlich fort und absolvieren ihre Pflichtschulungen über die Online-Akademie. In kontinuierlichen Besprechungen werden strategische und aktuelle Informationen ausgetauscht.

Durch regelmäßige Befragungen und die Auswertung von Rückmeldungen unserer Patienten, Mitarbeiter und Zuweiser erfahren wir, wie wir uns und unsere Prozesse verbessern und weiterentwickeln können. Durch interne Audits stellen wir unser QM-System jährlich auf den Prüfstand und identifizieren Verbesserungspotenziale. Die Zertifizierung unseres QM-Systems durch externe Auditoren bestätigt diese Arbeit.

Unser QM-System ist nach DIN EN ISO 9001 und DEGEMED zertifiziert. Ergänzend dazu auch unsere Patientenschulungen, -seminare und -vorträge in unserer Rehabilitationsklinik (Exzellente Patientenschulung, siehe auch Seite 24).

Ansprechpartnerin:
Anna Katharina Hubert

Tel.: 05821 82-3709
E-Mail: a.hubert@hgz-bb.de

Ansprechpartnerin:
Sandra Reißky

Tel.: 05821 82-6419
E-Mail: s.reissk@hgz-bb.de

Rehabilitation Zertifizierte Qualität DEGEMED ISO 9001: 2015

LGA InterCert Zertifiziertes QM-System DIN EN ISO 9001:2015

Täglich frisch

Unser Küchenteam versorgt Sie herz- und gefäßgesund

Frische Zutaten, wenn möglich aus der Region, und in unserer eigenen Küche zubereitete Speisen – diese Besonderheiten in der deutschen Kliniklandschaft zeichnen das HGZ aus. Küchenchef Hauke Drögemüller, seine Stellvertreterin Dorle Meyerholz und ihr Team legen sehr viel Wert auf gesunde Ernährung. Gemeinsam mit unseren Expertinnen der Ernährungsmedizin gestalten sie einen vielfältigen Speiseplan. Gerichte mit Fleisch und Fisch werden ebenso geboten wie vegetarische und vegane. Auch auf kulturelle Besonderheiten ist das Küchenteam vorbereitet. So wird beispielsweise für Patienten und Mitarbeiter muslimischen Glaubens kenntlich gemacht, ob Schweinefleisch enthalten ist. Fast täglich finden neben deutscher Küche auch internationale Gerichte den Weg auf die Tische des HGZ, beispielsweise thailändisches Lammcurry, türkische Pizza Lahmancun, spanische Paella und indonesische Reisgerichte.

Gerade zu Heiligabend und Silvester hat das Festessen für die meisten Menschen eine ganz besondere Bedeutung. Deshalb bieten wir in der Advents- und Weihnachtszeit sowie zum Jahreswechsel typische Schlemmereien und Festmenüs, zu denen auch die Angehörigen unserer Patienten herzlich eingeladen sind.

Über 300 Gerichte sind es, die Hauke Drögemüller grundsätzlich im Angebot hat und aus denen er wöchentlich das Angebot zusammenstellt. Täglich können unsere Patienten aus drei Gerichten wählen. Mit einem Herz gekennzeichnet wird jeden Tag das Menü, das besonders gesund ist und bei einer Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems die Gesundheit stärkt. Bei der Beurteilung werden die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) berücksichtigt. Diese beinhalten unter anderem, dass pro Woche an maximal drei Tagen Fleisch gegessen werden sollte, an zwei Tagen Fisch und an den verbleibenden Tagen vegetarische Speisen. Auch wird auf wenig Fett und Cholesterin geachtet. Sogar die frischen Aufstriche werden bei uns aus gesunden Zutaten selbst gemacht.

Die Grünen Damen

Unsere Grünen Engel

Diese Damen und Herren sind für Sie da

Wünschen Sie sich einen Menschen, der Ihnen zuhört? Ihnen Aufmerksamkeit schenkt für die größeren und kleineren Sorgen? Der Ihnen ein Buch, eine Zeitung oder eine andere Kleinigkeit aus dem Kiosk besorgt? Würden Sie sich gern etwas vorlesen oder sich bei einem kleinen Gang begleiten lassen? Die Grünen Damen (und Herren) schenken Ihnen dafür ihre Zeit. Sie erkennen sie an ihren namensgebenden grünen Kitteln.

Montags bis freitags sind die ehrenamtlich tätigen Frauen bei uns auf den Stationen vormittags im Einsatz. Sie können ihnen alles anvertrauen, denn sie unterliegen der Schweigepflicht.

Erst grau, dann pink, dann grün

Zur Geschichte der Grünen Damen

Die Kittel der Ehrenamtlichen waren ursprünglich grau und wurden dann nach dem Vorbild der in den USA Pink Ladies genannten freiwilligen Damen vorübergehend pink. Immer sollte die Farbe den Patienten zeigen, dass die Mitarbeiterinnen nicht zum ärztlich-pflegerischen Personal gehören, sondern seelischen Beistand und praktische Unterstützung leisten. Die Initiative entstand während des Ersten Weltkrieges in amerikanischen Krankenhäusern als ehrenamtlicher Dienst in christlicher Nächstenliebe. Später wurden auch Männer in diesem Rahmen aktiv. In den 1960er-Jahren initiierte Brigitte Schröder, Ehefrau eines ehemaligen Bundesministers, nach dem Vorbild der Pink Ladies in den USA die erste Freiwilligengruppe Deutschlands und gründete die Evangelische Krankenhaus-Hilfe e.V. in Bonn. Unterdessen sind Grüne Damen und Herren bundesweit in vielen Kliniken und Altenhilfeeinrichtungen aktiv.

Bei uns im HGZ sind die Grünen Damen seit 2004 tätig. Ihr Lohn ist das beruhigende Gefühl, etwas Sinnvolles getan zu haben.

Wenn Sie selbst Interesse an einem ehrenamtlichen Einsatz als Grüne Dame oder Grüner Herr haben, können Sie gern in unserer Klinik hospitieren. Erwartet wird von Ihnen Einfühlungsvermögen, absolute Verschwiegenheit, psychische Belastbarkeit sowie die Bereitschaft zu Selbstreflexion und Fortbildung. Weitere Informationen erhalten Sie beim Sozialdienst.

Ansprechpartnerin: Julia Riedel
Tel. 05821 82-1494

Service

Für Ihr Rundum-sorglos-Gefühl

Die Mitarbeiterinnen des Services kümmern sich um Ihr Wohlbefinden

Stets einen kompetenten Ansprechpartner bei alltäglichen Fragen und Sorgen zur Seite zu haben und sich gut aufgehoben wissen – ein besonderer Fokus unseres Services liegt auf dem fürsorglichen, offenen und menschlichen Umgang mit unseren Patienten. 20 Mitarbeiterinnen, von denen viele die stete Weiterentwicklung unseres Hauses über viele Jahre hinweg begleitet haben, sind hierfür verantwortlich. Täglich kümmern sich sieben Mitarbeiterinnen von 06:00 Uhr früh bis 20:00 Uhr abends im Schichtsystem um das Wohlbefinden unserer Patienten der Reha-Klinik. 180 Patienten nehmen hier in unserem Restaurant täglich ihre Mahlzeiten ein.

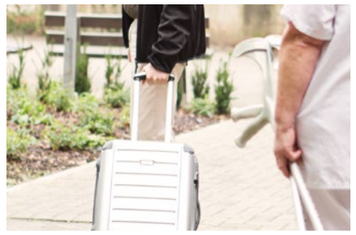
Das vielfältige Aufgabengebiet umfasst natürlich außerdem die für den täglichen Service notwendigen Vorbereitungs- und Nachbereitungsarbeiten, die Unterstützung unserer Patienten während der Mahlzeiten und die Einweisung neuer Reha-Patienten in Gegebenheiten des Restaurants. Unser Team ist stets mit viel Charme, Fingerspitzengefühl, individueller Zuwendung und einem ausgeprägten Gefühl für guten Service im Einsatz.

UNSER SERVICE – VON A – Z

Unser Service für Sie – von A bis Z

Liebe Patientin, lieber Patient,

hier finden Sie alle wichtigen Informationen zu unseren Service-Angeboten in der Reha-Klinik.



Abreise

Grundsätzlich gehen die Krankenkassen und Rentenversicherungen davon aus, dass Sie nach der Reha mit öffentlichen Verkehrsmitteln von der Klinik nach Hause fahren können. Bitte besprechen Sie die Organisation Ihrer Abreise rechtzeitig mit Ihrer Station, diese wird die für Sie infrage kommenden Möglichkeiten herausfinden.

Angehörige und Begleitpersonen

Für Verwandte oder Freunde, die Sie während Ihrer stationären Behandlung begleiten, lautet der offizielle Begriff Begleitpersonen – sie können in einem Zustellbett in Ihrem Zimmer übernachten. Wenn die Anwesenheit medizinisch begründet ist (etwa, weil sie Sie unterstützen), so übernimmt das HGZ die Unterbringungskosten. Begleitpersonen, die als Besuch zu Ihnen kommen, übernehmen die Kosten selbst. Die Pauschale beinhaltet die Übernachtungen, Vollpension und die Teilnahme an den Freizeitangeboten. Leider können Gäste das Schwimmbad nicht nutzen, weil es für die Bewegungstherapie der Patienten benötigt wird. Wir bitten um Verständnis, dass – wenn Sie langfristig in unsere Akut-Klinik verlegt werden müssen – Ihre Begleitperson das Zimmer innerhalb von 24 Stunden freimachen muss, um anderen Patienten den Platz zu überlassen. Im Zweifel besprechen Sie sich bitte mit dem Pflegepersonal.

Bitte beachten Sie:
Außer in Notfällen werden die Begleitpersonen in unserer Klinik **nicht** medizinisch behandelt – hierfür sind, bei Bedarf, die niedergelassenen Ärzte zuständig. Und: Kinder unter 15 Jahren dürfen wir leider nicht als Begleitpersonen aufnehmen.

Besuchszeiten

Gern können Sie während Ihrer Reha Besuch empfangen. Bitte bedenken Sie, dass einige Ihrer Mitpatienten eventuell Mittagsruhe halten und die Therapien in der Regel bis 16:00 Uhr dauern. Außerdem wird die Eingangstür zum Reha-Gebäude um 12 Uhr abgeschlossen. Bitte nutzen Sie dann den Akut-Eingang. Details entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.

Bibliothek

Gern können Sie während Ihres Aufenthalts Lesestoff ausleihen. In der Bibliothek, die sich im Gang vor dem MOSAIK-Kreativraum befindet, können sie aus mehr als 600 Büchern wählen.

Brandschutz

Die Vorschriften zum Brandschutz für das Krankenhaus verbieten strengstens offenes Feuer – dazu gehört unter anderem auch das Anzünden von Kerzen. In verschiedenen Geschäften gibt es Teelichter mit LED, also elektrischem Licht. Diese können Sie gern in Ihrem Zimmer nutzen. Das Nutzen und Laden von E-Bike-Akkus über Steckdosen in der Klinik ist aus Sicherheitsgründen verboten. Hierfür stehen Ihnen die Fächer des Ladeschranks vor dem Eingang des Reha-Gebäudes zur Verfügung. Akkus von z. B. Handys, Powerbanks und Laptops dürfen im Haus geladen werden.

B bis H

Bus & Bahn

Es gibt eine direkte Bahn-Verbindung zwischen Bad Bevensen und Hamburg sowie Hannover. Auch nach Uelzen fährt stündlich ein Zug. Die Reise dorthin dauert rund zehn Minuten, zum Hamburger Hauptbahnhof etwa 50 Minuten. Abfahrt- und Ankunftszeiten können Sie an der Rezeption der Akut-Klinik erfragen, im Internet unter www. bahn.de einsehen oder telefonisch unter 0180 699 6633 erfahren.
Außerdem haben Sie die Möglichkeit, den Linienbusverkehr 7085 zwischen HGZ, DianaKlinik und Bahnhof Bad Bevensen kostenfrei zu nutzen.
Sprechen Sie bitte Ihren Arzt in der Visite an. Sie erhalten von uns eine Kurkarte (Bevensen Card) inkl. einer Berechtigungsinfo zur Nutzung der Buslinie 7085. Die Abfahrt- und Ankunftzeiten entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.

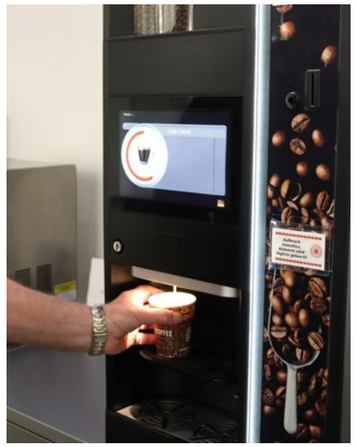
Cafeteria

Wenn Sie die Reha-Klinik betreten und durch den ersten Gang rechts gehen, finden Sie an dessen Ende unsere Cafeteria. In dem hellen Raum, modern und ansprechend eingerichtet, bietet Ihnen das Serviceteam ein umfangreiches Angebot: verschiedene Backwaren, Kaffeespezialitäten, Tee, Softgetränke, Obst und kleine Snacks sowie warme Kleinigkeiten wie Suppen oder Würstchen. Von 10:30 bis 13:30 Uhr steht ein Buffet mit frischen Salaten bereit und in der Zeit von 12:00 bis 13:30 Uhr werden drei warme Menüs, darunter auch ein vegetarisches, angeboten. Bei sonnigem Wetter können Sie gern auch auf der direkt anschließenden Terrasse sitzen und dort essen und trinken.

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag:
08:00 bis 17:00 Uhr
Samstag, Sonntag, Feiertage:
11:00 bis 17:00 Uhr

Fahrgeld-erstattung

Wenn Sie Ihre Heimfahrt antreten, erhalten Sie am Tag vor Ihrer Abreise zwischen 12:00 und 15:00 Uhr an der Rezeption je nach Kostenträger eine Fahrkostenerstattung. Legen Sie hierfür die Fahrbescheinigung vor, die Sie im Dienstzimmer Ihrer Station erhalten haben.



Getränkeautomat

In der Bilderhalle vor dem Eingang zum Roten Gang sowie bei der Zentralen Patientenaufnahme unserer Akut-Klinik befinden sich Kaffeeautomaten.

Hausordnung

Bitte beachten Sie die im HGZ geltende Hausordnung. Sie finden Sie als Aushang am Eingang zum Treppenhaus, gegenüber den Aufzügen.

H bis R

Hygiene

Am Haupteingang, vor dem Restaurant, vor den Stationen – überall stehen Behälter mit Desinfektionsmittel für Sie bereit. Das HGZ beteiligt sich an der „Aktion saubere Hände", um der Entwicklung von multiresistenten Keimen entgegenzutreten. Wir bitten Sie und Ihre Angehörigen, sich regelmäßig und gründlich die Hände zu desinfizieren.

Infokasten

Wenn Sie die Reha-Klinik betreten, finden Sie auf der linken Seite, hinter dem Wartebereich für den Sozialdienst, einen großen Schaukasten. Hier hängen wir Plakate mit Informationen über die verschiedenen Möglichkeiten Ihrer Freizeitgestaltung aus.

Kiosk

Direkt gegenüber dem Eingang zur Reha-Klinik, im Erdgeschoss, finden Sie unseren Kiosk. Hier können Sie alles kaufen, was Ihnen den Aufenthalt einfacher, praktischer und unterhaltsamer macht – von Tageszeitungen und Zeitschriften über diverse Artikel zur Körperpflege bis hin zu Kleidung, kleinen Geschenkartikeln und Postkarten. Natürlich erhalten Sie dort auch Erfrischungen wie kalte Getränke, Eis und Süßigkeiten.

Öffnungszeiten:
Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen am Kiosk sowie auf den Stationen.

Lob und Kritik

Wir möchten, dass Sie mit unseren Leistungen zufrieden sind. Tragen Sie bitte Ihre Wünsche und Beschwerden unseren Mitarbeiterinnen des Qualitätsmanagements unter Telefon -6655 zwischen 08:00 und 16:00 Uhr vor. In besonderen Fällen auch den Chefärzten oder der Klinikleitung. Auch unsere eigens dafür eingerichteten Briefkästen auf den Stationen im Akut-Gebäude und im Eingangsbereich der Reha-Klinik sammeln Lob und Kritik.

Müllentsorgung

Ein kleiner Tischmülleimer steht in Ihrem Zimmer. Größere Abfallmengen entsorgen Sie bitte in den Behältern auf Ihrer Station – im Sinne des Umweltschutzes getrennt nach Papier, Glas, Restmüll und Leichtverpackungsmüll.

Post

An der Außenterrasse der Cafeteria steht ein öffentlicher Briefkasten. Dessen Leerungszeiten entnehmen Sie bitte der kleinen Infotafel am Briefkasten. Briefmarken für im Kiosk gekaufte Karten können Sie am Kiosk oder an der Rezeption kaufen.

Rauchen

Das Rauchen stellt einen der größten Risikofaktoren für Erkrankungen an Herz und Gefäßen dar. Daher darf in unseren Kliniken grundsätzlich nicht geraucht werden, auch nicht auf dem Balkon oder vor dem Eingang. Das Rauchen ist ausschließlich in den extra ausgewiesenen Bereichen im Außengelände gestattet.

R bis S

Raum der Besinnung

Dieser liebevoll eingerichtete Raum ist besonders hell und freundlich. Im Erdgeschoss, links vom Restaurant am Ende des Ganges, lädt er ein, innezuhalten, Belastendes abzulegen und neue Kraft zu schöpfen. Unabhängig von der religiösen und geistigen Herkunft steht er allen Menschen offen für Stille und Gebet. Drei Fensterbilder der Künstlerin Susanne Kaiser nehmen den Blick in die Natur auf. Im Regal stehen Heilige Schriften, Gebetbücher und meditative Texte. Auf dem Pult aus heimischem Kirschbaum, gefertigt von dem Holzdesigner Johannes Lintzel aus dem Wendland, liegt ein Buch für spirituelle Wünsche.

Restaurant

Willkommen in unserem Patientenrestaurant! Wir kochen jeden Tag für Sie frisch und servieren die Speisen in offener und moderner Atmosphäre. Wenn sich bei Ihnen ein Behandlungstermin mit den Essenszeiten überschneidet, können Sie die entsprechende Mahlzeit gern anschließend zu sich nehmen. Wenn Sie gar nicht teilnehmen, melden Sie sich bitte vorher auf Ihrer Station ab. Ihr Platz wird Ihnen am ersten Tag zugewiesen.

Rollatoren und Rollstühle:
Ausschließlich Patienten mit Gehhilfen können zum Frühstück und Abendessen 15 Minuten vor den angegebenen Zeiten in das Restaurant kommen, um in Ruhe ihre Speisen am Buffet zu wählen. Bitte stellen Sie Ihre Rollatoren nur an den hierfür vorgesehenen Plätzen ab.

Zwischenmahlzeiten:
Für Diabetiker bieten wir morgens und abends Obst oder Joghurt an, diese können Sie mit auf Ihr Zimmer nehmen. Auf Wunsch bereiten wir Ihnen gern den Tee Ihrer Wahl zu.

Öffnungszeiten:
Die Öffnungszeiten zum Frühstück sowie fürs Mittag- und Abendessen entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen vor Ort.

Wenn Sie zu einer dieser Uhrzeiten bei einer Behandlung sind, kommen Sie bitte anschließend zum Essen.

Rezeption

Direkt am Eingang der Akut-Klinik begrüßen Sie die Mitarbeiter des Empfangs. Die Rezeption ist rund um die Uhr besetzt (ab 18:00 Uhr und an Wochenenden mit einem Wachdienst).

Ruheraum

In behaglicher Atmosphäre können Sie hier einen Moment ganz in Ruhe durchatmen. Die bequemen Liegestühle laden zum Entspannen ein und sind vor allem ein Angebot für unsere ambulanten Patientinnen und Patienten, denen wir hier eine Rückzugsmöglichkeit bieten möchten. Sie finden den Ruheraum im Reha-Gebäude gleich links neben dem Patientenrestaurant.

Seelsorge

Wenn Ihnen oder Ihren Angehörigen etwas auf dem Herzen liegt und Sie ein Gespräch oder weitere seelsorgliche Begleitung wünschen, steht Ihnen unsere Klinikseelsorge zur Seite. Sie können sich unabhängig von Ihrer persönlichen, konfessionellen oder weltanschaulichen Einstellung an sie wenden. Das Büro befindet sich in der Akut-Klinik, Zimmer 6653, nahe dem Hubschrauberlandeplatz. Gern können Sie auch unter der internen Nummer -6315 um einen seelsorglichen Besuch bitten.

S bis Z

Spiele

Gesellschafts-, Karten- und Brettspiele wie Backgammon und Stratego liegen in den Regalen der Bibliothek. Setzen Sie sich gern in den Aufenthaltsbereichen zusammen. Sie können sich auch ein Spiel ausleihen, um es mit auf Ihr Zimmer zu nehmen.

Telefon

Für Telefonate können Sie in Ihrem Zimmer ein Telefon nutzen. Außerdem steht dort für Sie ein Safe bereit, in dem Sie während Ihres Aufenthalts Ihre Wertsachen aufbewahren können. Auch die Nutzung von WLAN ist möglich.
Detaillierte Informationen hierzu finden Sie in unserer kleinen HGZ-Broschüre „Für Ihre persönliche Nutzung: Telefon, WLAN und Safe“.

Tiere

Bitte füttern Sie keine Vögel auf den Balkonen – durch herabfallende Futterreste könnten Mäuse angelockt werden. Die Hygienevorschriften für Krankenhäuser verbieten wegen der Gefahr von Bakterienherden (wie Salmonellen und Ungeziefer) solche Futterplätze. Außerdem besteht die Gefahr, dass Körner auf den Flachdächern keimen und die Isolierung unter der Kiesschüttung zerstören. Bitte beachten Sie auch, dass Haustiere in der Klinik grundsätzlich nicht erlaubt sind.

Wäschewechsel

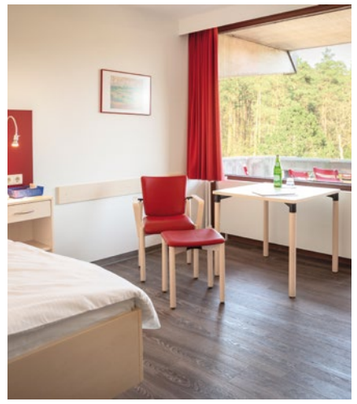
Ihre Handtücher und Bettwäsche werden einmal wöchentlich gewechselt. Auf Nachfrage kann ein häufigerer Wechsel erfolgen.

Waschmaschine und Trockner

Im sogenannten Roten Gang, welcher die Reha- mit der Akut-Klinik verbindet, haben wir einen modernen, einladenden Waschsalon für Sie geschaffen. Auf der einen Seite stehen – erhöht – zwei Waschmaschinen und zwei Trockner; auf der anderen Seite kleine Sofas und ein Tisch. So können Sie in angenehmer Atmosphäre warten. Der Selbstkostenpreis für das Waschen und den Trockner ist abhängig vom Programm. Bitte beachten Sie, dass Sie hierfür Münzen benötigen. Der Waschsalon ist von 08:00 bis 22:00 Uhr geöffnet. Wenn Sie Kleidungsstücke in die Reinigung geben möchten, wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiterinnen der Rezeption.

Wertsachen

Sie haben die Möglichkeit Ihre Wertsachen im Zimmer-Safe oder im Tresor an der Rezeption im Akut-Gebäude sicher zu verwahren. Bei Verlust von Wertsachen, die nicht sicher verwahrt wurden, übernimmt das HGZ keine Haftung.



Zimmer

In der Reha-Klinik hat jeder Patient ein Einzelzimmer. Es ist mit Dusche, WC und einem Nichtraucherbalkon sowie einem Telefon und einem Fernseher ausgestattet. Bitte nutzen Sie diese Geräte aus Rücksicht auf Ihre Mitpatienten in Zimmerlautstärke. Jedes Zimmer verfügt auch über einen Safe, für dessen Nutzung eine Telefonkarte erforderlich ist. Das Telefonieren ist für Sie kostenfrei. Im HGZ dürfen Sie auch Ihr Mobiltelefon nutzen. Ihre Zimmer werden drei Mal wöchentlich grundgereinigt. Auf Wunsch erhalten Sie gern eine Wolldecke.

2 DIE REHA-KLINIK

24 Klinik für kardiologische und angiologische Rehabilitation
26 Pflege
29 Bewegungstherapie
32 Klinische Psychologie
34 Ernährungsmedizin
36 Sozialdienst
37 MOSAIK

Mit vereinten Kräften für Sie da

1976 eröffnete unsere Reha-Klinik als ein Vorreiter: Die Bewegungstherapie für die kardiologische und angiologische Reha war in Deutschland noch weitgehend unbekannt. Ein Spezialist aus Schweden, Lars Wiraeus, schuf bei uns die Grundlagen dieses Konzepts. Das Team der Bewegungstherapie entwickelte sich seitdem stetig weiter – sowohl in der Praxis als auch in der Theorie: So veröffentlichten unsere Bewegungsexperten Beiträge in Fachartikeln und Fachbüchern und wirkten an der Entwicklung der Lehre mit. Unsere Abteilung für Rehabilitation ist unterdessen überregional bekannt und zeichnet sich durch einige Besonderheiten aus. Die wichtigste ist vermutlich die enge, interdisziplinäre Zusammenarbeit unseres Teams, durch die wir Ihnen eine flexible und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte individuelle Therapie garantieren.

Unsere Bewegungstherapie stärkt mit körperlichem Training Muskeln, Herz, Gefäße und Beweglichkeit – beispielsweise durch Wassergymnastik, Laufen und Gerätetraining. Gemeinsam für die Gesundheit unserer Patienten sind Physiotherapeuten, Gymnastiklehrer, Diplom-Sportlehrer, Masseure, Medizinische Bademeister und Ergotherapeuten aktiv. Die Energie für die Fitness wird aus Essen und Trinken gewonnen: Unsere Experten der Ernährungsmedizin vermitteln Wissen und praktische Tipps für eine gesunde Ernährung. Unser Sozialdienst berät und unterstützt, beispielsweise bei der Inanspruchnahme von Sozialleistungen. Unser Team der Klinischen Psychologie widmet sich unter anderem dem Zusammenhang zwischen psychischen und körperlichen Beschwerden, die zu einer Krankheit geführt haben oder aus denen eine Krankheit entstehen kann. Unser Programm MOSAIK bietet Ihnen Angebote zu Entspannung und Aktivität.

Wir legen Wert darauf, dass Sie bei uns eine individuelle Behandlung erfahren. Dafür stehen beispielsweise auch unsere Programme RehaPLUS+, für jüngere, berufstätige Patienten, und EvaPLUS+, speziell für Frauen.

Gebündelt werden unsere Abteilungen mit insgesamt über 30 Mitarbeitern von Teamleiter Alexander Bär.

Unsere Therapeuten vereint der Fokus auf Körper, Geist und Seele. Für das gemeinsame Ziel, die körperliche und seelische Belastbarkeit unserer Patienten zu fördern, möglichst viel von ihrer früheren Leistungsfähigkeit wieder aufzubauen und sie dabei zu unterstützen, selbst für ihre Gesundheit aktiv zu werden, nimmt jede unserer Abteilungen einen wichtigen Platz ein. Bei uns in der Reha erhalten Sie und auch Patienten der Akut-Abteilungen vielfältige, sich ergänzende Behandlungen und Trainings – an 365 Tagen im Jahr.

Abteilungen der Reha-Klinik

Kardiologische und angiologische Rehabilitation

Fit werden für Alltag und Beruf

Chefarzt Dr. Christian Baumbach, Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Sozialmedizin und Notfallmedizin, ist ein Experte auf dem Gebiet der kardiovaskulären Rehabilitation mit den Schwerpunkten Leistungsbeurteilung, sozialmedizinische Begutachtung und Vorbeugung gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Das HGZ bietet als eines der wenigen Krankenhäuser in Deutschland sowohl eine Akut- als auch eine Reha-Klinik. So können allen Reha-Patienten auch die diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten der Akutmedizin geboten werden. Die individuellen Trainings- und Schulungsprogramme der Reha werden in Abstimmung mit den entsprechenden Spezialisten des Akut-Bereichs erarbeitet. Das Ziel ist, unsere Patienten auf dem Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben bestmöglich zu fördern und zu fordern. Dies bedeutet für die Gesundheit von Herz und Gefäßen: die Reduktion gefährdender Faktoren und die Aktivierung von Faktoren, die die Gesundheit von Herz und Gefäßen im Alltag stärken.

Dafür soll die funktionelle Gesundheit dauerhaft verbessert werden, bei fortbestehenden Funktionseinschränkungen streben unsere Experten die bestmögliche Verbesserung an. Diese hängt ab von der persönlichen Leistungsfähigkeit, von der Nutzung der Ressourcen und Fördermöglichkeiten sowie von den Zielen jedes Einzelnen – deshalb wird jeder Patient bei uns individuell gesehen und behandelt.

Schulungen in der Rehabilitation

- Bewegungstherapie – abgestuftes AVK-Training
- spezielles Prothesentraining mit Gangschulung für amputierte Patienten
- Ergometertraining – Pedal-, Laufband-, Fahrradergometrie
- Krafttraining mit modernen Trainingsgeräten
- Schulungen – über das Kreislaufsystem und über Herz- und Gefäßerkrankungen
- Ernährungskurs
- Diabetikerschulung – Typ-II-Diabetes mit MEDIAS 2
- Stressabbauseminar
- Entspannungstraining
- individuelle Beratung zur beruflichen Situation
- Die Schulungen in der Rehabilitation sind mit dem Qualitätssiegel der DEGEMED „Exzellente Patientenschulung“ ausgezeichnet.

Medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation (MBOR)

Das Therapieprogramm unserer Rehabilitation wurde stetig weiterentwickelt. Ein Fokus wurde dabei auf das medizinisch-beruflich orientierte Basisangebot gelegt. Mit diesem bieten wir Informationen, Schulungen und Trainings zur Vorbereitung des Wiedereinstiegs in ein erfülltes Berufsleben. Reduziert werden so weit wie möglich die Beeinträchtigungen sowie die durch die Krankheit verursachten Funktions- und Aktivitätsstörungen. Dabei berücksichtigen wir die physischen und psychischen Anforderungen des Arbeitsplatzes jedes einzelnen Patienten. Die Schulungsangebote in den Bereichen der Psychologie, Krankengymnastik und Ergotherapie sowie spezielle Tests zur Prüfung der körperlichen Leistungsfähigkeit passen wir an jeden Patienten individuell an.

Mögliche Untersuchungen in der Rehabilitation

- **Blutuntersuchungen/Labor**
- **Ruhe-EKG** – bei Aufnahme, jederzeit bei Herzbeschwerden
- **6-Minuten-Gehtest** – als Eingangstest zur Abschätzung der individuellen Belastbarkeit
- **Belastungs-EKG** – auf dem Fahrrad oder Laufband, Registrierung von EKG, Blutdruck und Herzfrequenz, u. a. zur Abklärung der Kreislauffunktion unter Belastung und der aktuellen Leistungsfähigkeit
- **Ereignis-Rekorder** – zur Aufzeichnung von Herzrhythmusstörungen
- **Langzeit-EKG** – kontinuierliche Aufzeichnung des Herzrhythmus’ über mindestens 24 Stunden
- **Langzeit-Blutdruckmessung** – kontinuierliche Aufzeichnung des Blutdrucks über 24 Stunden
- **Echokardiografie (transthorakal/tranösophageal)** – Ultraschalluntersuchung des Herzens, v. a. zur Beurteilung der Schlagkraft des Herzens und von Herzklappenfehlern
- **Spiroergometrie** – ein Belastungs-EKG mit zusätzlicher Bestimmung von u. a. der Konzentration von O_2 und CO_2 in der Atemluft, zur genaueren Prüfung der aktuellen Leistungsfähigkeit von Herz und Lunge
- **Lungenfunktion** – Bestimmung der Atemleistung der Lunge
- **Schlaf-Apnoe-Screening** – Aufzeichnung der Sauerstoffsättigung des Bluts, der Atembewegungen von Brust- und Bauchmuskulatur und des Atemflusses
- **Schilddrüsensonografie** – Ultraschalluntersuchung der Schilddrüse
- **Abdomensonografie** – Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane
- **Duplexsonografie der Hals- oder Bauch-Becken-Beinschlagadern** – Ultraschalluntersuchung der Schlagadern von Bauch, Becken und Beinen
- **Duplexsonografie der Beinvenen** – Ultraschalluntersuchung der Beinvenen
- **Konzentrations- und Gedächtnistest**

Abteilungen der Reha-Klinik

Pflege

Kompetent, qualifiziert und wohltuend

Der Pflegedienst des HGZ bildet gemeinsam mit Ärzten und Therapeuten ein eingespieltes Team. Das Ziel der Pflege ist es, unsere Patienten auf dem Weg der Genesung zu unterstützen – für eine möglichst rasche Rückkehr zu Eigenständigkeit und Selbstverantwortung. Individuelle Wünsche und Bedürfnisse nehmen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflege wahr, die Besonderheiten jedes Patienten respektieren sie. Im OP, auf den Intensiv- und Normalstationen sowie in der Rehabilitation kümmern sich mehr als 300 hervorragend qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter um Ihre individuelle Betreuung.

Sabine Gerhardt, Pflegedirektorin, ist Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivpflege sowie Diplom-Kauffrau und verfügt über langjährige Erfahrungen in leitenden Positionen im Gesundheitswesen.

Auf hohem Niveau

Unsere Pflegekräfte erwerben regelmäßig verschiedene Zusatzqualifikationen zur fachkundigen Versorgung bestimmter Krankheitsbilder sowie für medizinische und pflegerische Herausforderungen. So gehören zu unserem Pflegeteam u. a. zertifizierte Wundmanager, die als Wund-Team und im Wundzentrum zusammenarbeiten.

Unser Pflege- und Funktionsdienst ist stets auf dem aktuellsten Wissensstand – dank unserer strukturierten Einarbeitung neuer Mitarbeiter und unserer kontinuierlichen innerbetrieblichen Fortbildung.

Qualifizierte Praxisanleiter begleiten unsere Auszubildenden in der Krankenpflege in der Praxis.

Anleiten und unterstützen, fördern und fordern

Patienten in der kardiologischen und angiologischen Rehabilitation haben ein akutes und oft auch einschneidendes Krankheitserlebnis hinter sich. Neben der Wiederherstellung und weiteren Verbesserung der funktionellen Gesundheit geht es in der Rehabilitation auch um das Erlernen des richtigen Umgangs mit dem eigenen Körper und der Erkrankung, um eine größtmögliche Eigenaktivität zu erreichen und damit fit zu werden für Alltag und Beruf. Die Patienten erfahren hierbei Unterstützung und Begleitung auch durch die Pflegefachkräfte auf den Stationen. Britta Behrendt leitet das rund 40-köpfige Team der Pflege REHA. Die examinierten Gesundheits- und KrankenpflegerInnen dieses auf den vier Stationen der Reha-Klinik arbeitenden Teams sind sehr erfahren in der Pflege von Patienten mit Herz- und Gefäßerkrankungen. Sie sind langjährige Mitarbeiter des HGZ. Viele von ihnen haben umfangreiche Erfahrungen auch durch ihre Tätigkeit im Akut-Bereich der Klinik gesammelt. Sie beherrschen das Spektrum der akutmedizinischen Pflegemaßnahmen und begleiten jeden Patienten schrittweise zurück in seinen möglichst selbstständigen Alltag.

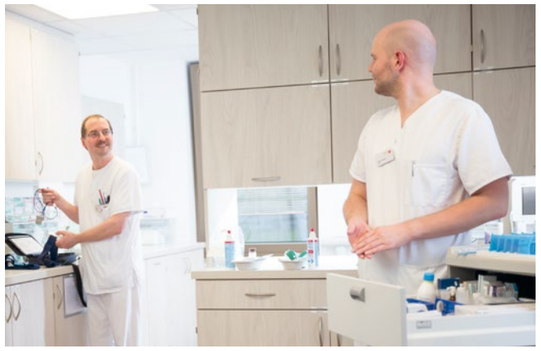
Ausgehend von der jeweiligen individuellen Verfassung erfährt der Patient so viel Unterstützung wie nötig. Dabei wird sensibel und klar verdeutlicht, warum parallel auch die Eigenständigkeit und Selbstverantwortung gefordert werden.

Seine Station und die Gegebenheiten der Klinik lernt jeder neue Patient auf einem gemeinsamen Rundgang mit einem Mitarbeiter des Pflegeteams kennen. Unsere Schwestern und Pfleger schulen die Patienten für die selbstständige Blutdruckmessung und das Bereitstellen der Medikamente für die tägliche Einnahme. Dabei wird den Patienten neben den Einnahmehinweisen auch die Wirkungsweise der Medikamente erklärt. Mindestens drei Tage lang werden die Patienten dabei begleitet. Mit diesem Rückhalt fällt es leichter, Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten zu bekommen.

Medizinische Behandlung, Krankenbeobachtung und individuelle Unterstützung des Patienten bei der schrittweisen Steigerung der Aktivität und des Wissens über den Umgang mit seiner Erkrankung – all das ist Pflege in der Rehabilitationsklinik.

Pflege

Unterstützung für unsere Pflege



Stationsassistentinnen und Servicekräfte unterstützen unsere Gesundheits- und Krankenpfleger bei ihrer Arbeit. Stationsübergreifend gewährleistet ein routiniertes Versorgungsteam reibungslose Klinikabläufe durch die pünktlichen Transporte unserer Patienten von und zu Operationen und Untersuchungen, durch die gründliche Bettenaufbereitung und die zuverlässige Versorgung der Stationen mit allen notwendigen Verbrauchsgütern.

Operiert heißt noch nicht gesund – über die Komplexität des Pflegeberufs

Interview mit der Gesundheits- und Krankenpflegerin Rebecca Kruse

ImPULS: Liebe Frau Kruse, Ihr Beruf ist anstrengend und verantwortungsvoll. Was mögen Sie an Ihrer Arbeit?

Rebecca Kruse: Ich arbeite sehr gerne mit Menschen zusammen und ich helfe gerne. Meine Berufswahl habe ich noch nie bereut. Wenn die Patienten ganz in ihren Alltag und ihr Arbeitsleben zurückkehren können, ist das für alle die größte Freude. Ich gebe alles für meinen Beruf und das Haus hier. Wir sind rund um die Uhr mit vollem Einsatz für unsere Patienten da.

ImPULS: Was beinhaltet Ihre tägliche Arbeit?

Rebecca Kruse: Viele unterschiedliche Bereiche. Für unsere Patienten ermitteln wir individuell den Pflegebedarf, erstellen die Planung, verantworten die Organisation und sorgen für Versorgung, Wundmanagement und Hygiene. Was wir tun, dokumentieren wir in der sogenannten Kurve. Anhand dieser können wir den Genesungsverlauf verfolgen. Auch die Angehörigen unterstützen wir und wir leiten Auszubildende, Pflegeassistenten und Praktikanten an.

ImPULS: Welche Ausbildung liegt Ihrer Arbeit zugrunde?

Rebecca Kruse: Die Ausbildung ist in Praxis und Theorie fachübergreifend. So haben wir beispielsweise alle über 200 Knochen des Menschen auswendig gelernt. Ich wurde als Auszubildende auch in der Gynäkologie, der inneren Medizin und der Psychiatrie eingesetzt. Denn der Patient ist vielleicht gestürzt beim Infarkt und hat sich eine Hand gebrochen. Oder er hat Diabetes, meist heilen Wunden dann schlechter. Oder er bekommt eine Depression. Wir sind umfassend ausgebildet und so auf alles vorbereitet.

ImPULS: Arbeiten auch Sie fachübergreifend?

Rebecca Kruse: Immer. Hat der Patient Übergewicht? Bluthochdruck? Raucht er? Da etliche Faktoren eine erfolgreiche Reha beeinflussen, nehmen wir jede Woche mit Ärzten, Sozialpädagogen, Diätassistenten und Psychologen an der Stationsbesprechung teil. Hier stimmen wir die Behandlung individuell für jeden Patienten gemeinsam ab.

Bewegungstherapie

Leitbild

Wir sind ein multiprofessionelles Therapeuten-Team der Fachrichtungen Physiotherapie, Sporttherapie, Ergotherapie und Physikalische Therapie. Wir möchten den Patienten zur Eigenverantwortlichkeit führen, ihm Freude an Bewegung vermitteln und ihm dabei als kompetenter Ansprechpartner zur Seite stehen. Der Erhalt der Selbstständigkeit und die Teilhabe am sozialen Leben sind dabei unsere Ziele.

Wir motivieren und zeigen realistische Ziele auf. Wir sind flexibel im Handeln und erweitern unser Wissen durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungen.

Ihr therapeutisches Team des HGZ

Ablauf

Sie erhalten für jede Woche einen neuen Behandlungsplan, den Sie in Ihrem Postfach finden. Außerdem erhalten Sie von uns Informationsmaterial mit Übungen, die Sie zum eigenständigen Training nutzen können. Die modernen, ansprechenden Räume der Bewegungstherapie finden Sie im Unter- und Erdgeschoss der Reha-Klinik.

Alexander Bär, Physiotherapeut, Fachwirt IHK und ausgebildeter Heilpraktiker, leitet unsere therapeutischen Teams – mit einem stets offenen Ohr für seine Mitarbeiter und viel Ruhe und Geduld, auch wenn es hektisch wird: „Die Arbeit für andere Menschen, ihnen zu helfen, wenn sie Unterstützung benötigen, und mich in sie hineinzuversetzen – das ist mir besonders wichtig."

Die aktiven Angebote der Bewegungstherapie: für mehr Ausdauer und Muskelkraft

» Training mit Ergometer	→ Standfahrrad, Laufband oder Rudergerät u. a.
» Skistock-Wandern	→ Gehen, unterstützt von zwei Stöcken
» Laufen	→ Jogging, achtsames Laufen
» Funktionsgymnastik	→ Training der Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Entspannung
» medizinische Trainingstherapie	→ gerätegestütztes Krafttraining zum Aufbau der Muskulatur
» Aquafitness	→ gelenkschonende Gymnastik im Wasser
» Atem- und Entspannungstherapie	→ Übungen zur Verbesserung der Lungenfunktion
» arterielles oder venöses Gefäßtraining	→ Entstauung der Beinvenen und durchblutungsförderndes Training
» Rückenberatung	→ Vermittlung von Wissen und Übungen zur Entlastung der Wirbelsäule
» Motivationsschulung	→ Wie legt man den inneren Schweinehund an die Leine und nimmt ihn mit?
» Krankengymnastik (KGE)	→ individuelle Physiotherapie
» meditative Bewegung	→ als Frühgymnastik
» Schlingentisch	→ Teil der Physiotherapie. In von der Decke hängenden Schlaufen werden die Gelenke für eine schonende Behandlung entlastet
» manuelle Lymphdrainage	→ Abbau von Wasseransammlungen im Gewebe durch spezielle Massagetechniken
» Prothesenschulung	→ Gangschulung für Patienten nach einer Amputation

Abteilungen der Reha-Klinik

Bewegungstherapie

Gegen den Schweinehund

Mit unseren Bewegungstherapeuten werden Sie fit

RehaPLUS+ ist unser Programm für jüngere (bis 65 Jahre), berufstätige Erkrankte. Wir haben es für sie im Jahr 2005 – auf Basis einer Patientenbefragung – geschaffen. Die Anzahl der Trainingstermine ist hier höher und unsere Patienten erhalten mehr spezifische, auf die Arbeit zugeschnittene Informationen.

Thomas Langkrär, Physiotherapeut, mit Patienten

Treppen steigen, die Reisetasche hochheben, mit den Kindern eine Radtour machen, seinem Hobby nachgehen, wieder arbeiten – einen mobilen Alltag möglich zu machen, ist das Ziel der Bewegungstherapie. Denn zum Gehen, Heben und Tragen brauchen wir unsere 656 Muskeln. Damit sie zuverlässig arbeiten, benötigen sie Sauerstoff und Bewegung. Wenn man krank ist oder nach einer Operation länger liegen muss, sich also kaum regen kann, lässt die Muskelkraft innerhalb der ersten sieben bis zehn Tage um ca. 25 Prozent nach. Der Herzmuskel kann sich in seiner Leistung um 10 Prozent verringern. Daher muss man die Muskeln anschließend wieder aufbauen: Bewegung ist für die erfolgreiche Bewältigung von Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen unerlässlich. Und ebenso für die Belastungsfähigkeit des Körpers nach Operationen. Wir mobilisieren die Patienten bereits am Krankenbett. Am Anfang bilden Atemtherapie und dynamische Übungen der Muskulatur die Schwerpunkte. Die Dosierung ist dabei besonders wichtig. Ein zu starker Reiz kann den Patienten zurückwerfen. Zu schwache Reize bleiben wirkungslos. Neben den Parametern Blutdruck, Puls und Atmung hilft für die Beurteilung der richtigen Belastung die langjährige Erfahrung unserer Therapeuten. Häufig setzen sie Bettergometer, Gehwagen, Atemtherapiegeräte oder Therapiebänder ein. Das Team schult Patienten, die Hilfsmittel benötigen (wie eine Beinprothese) und lindert Lymphödeme mit manueller Lymphdrainage. Grundsätzlich aktivieren unsere Therapeuten die Stärken ihrer Patienten und motivieren sie dadurch, weiter an ihren Zielen zu arbeiten.

Unser Therapiekonzept bezieht sich auf die International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF), die 2001 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) verabschiedet worden ist. Mithilfe der ICF kann die aktuelle Bewegungsfähigkeit jedes Menschen – oder deren Beeinträchtigung – beschrieben und klassifiziert werden. Dabei wird in der ICF Krankheit nicht in erster Linie als biologisches Defizit betrachtet. Die Beschreibung von Einschränkungen bezieht sich auch auf die individuelle Situation des Betroffenen. Eine wesentliche Rolle haben dabei die Fähigkeiten, die eine Teilhabe am öffentlichen Leben ermöglichen. Deshalb arbeiten unsere Bewegungstherapeuten eng mit dem Sozialdienst zusammen. Das gesamte Reha-Team fördert Autonomie und Selbstvertrauen. Läuft alles nach Plan, können unsere Patienten schon nach wenigen Tagen wieder kurze Gehstrecken bewältigen.

Wir begleiten Sie dabei, gesund zu werden und die Bewegung zu finden, die Sie gern in den Alltag mitnehmen. Ob Sie dann Golf spielen, zur Gymnastik gehen oder schwimmen: Freude an der Bewegung ist der Schlüssel zur Fitness.

Ein Sprichwort sagt: „Der Mensch ist so jung wie seine Gefäße." Unsere Gefäße bis zu den feinsten Kapillaren mit einer Gesamtlänge von 130.000 Kilometern versorgen den ganzen Körper mit Sauerstoff und sind somit für alle Funktionen grundlegend wichtig.

Alles im grünen Bereich

Unser HerzGarten

Studien belegen den positiven Effekt der Gartentherapie. Seit Anfang der 70er-Jahre ist sie in den USA ein Studienfach, seit 2007 auch in Saarbrücken. In Deutschland kann man sich für diese Therapie auch zunehmend weiterbilden.

Für unsere Patienten bieten wir seit dem Sommer 2011 eine Gartentherapie an – für einen weiteren Schritt in Richtung höherer Selbstständigkeit und Lebensqualität. Dafür verbinden wir die positiven Aspekte des Gärtnerns mit bewegungstherapeutischen Aktivitäten in der Natur. An Hoch- oder Erdbeeten können die Patienten je nach vorhandenem Aktivitätsgrad und entsprechender Leistungsfähigkeit Saat ausbringen, Blumen pflanzen, Kräuter und Gemüse ernten und Pflegearbeiten ausführen. Das fördert die Feinmotorik, den Tastsinn und schult die Wahrnehmung über verschiedene Sinneskanäle. Unser nahe am Waldrand gelegener HerzGarten ist ein Platz zum Wohlfühlen. Er bietet Wege mit unterschiedlicher Pflasterung, ausladende Bäume, Wiesenflächen und einen kleinen Fischteich, über den eine Brücke führt. In der Gartentherapie vermitteln wir den Patienten das heilende und gesundheitsfördernde Potential eines Gartens und einer „natürlichen" Umgebung und motivieren sie zu einem gesundheitsbewussten und aktiven Lebensstil.

EvaPLUS+

Frauenherzen schlagen anders

EvaPLUS+ ist ein vom HGZ entwickeltes Behandlungsprogramm für Frauen. Denn dass Frauen eine andere Therapie bei Herzkrankheiten brauchen als Männer, ist heute eine gesicherte medizinische Erkenntnis. Früher wurden die Geschlechter viel zu oft gleich behandelt, obwohl Studien überwiegend an Männern durchgeführt wurden. Dies führte dazu, dass Herzerkrankungen bei Frauen oft (zu) spät erkannt und nicht immer angemessen behandelt wurden. Inzwischen deckt die Forschung immer mehr wichtige Unterschiede bei den Beschwerden, für die Diagnostik und die Therapie auf. So kündigt sich der weibliche Herzinfarkt selten mit den typisch männlichen Symptomen an – wie einem Gefühl von Enge in der Brust und Schmerzen, die in den Arm ausstrahlen. Frauen reagieren eher mit Übelkeit, Erbrechen, Atemnot und Schwindel.

Für die Zeit nach der Erkrankung ermöglicht EvaPLUS+ unseren Patientinnen ein an ihre Bedürfnisse angepasstes Angebot für mehr Lebensqualität. Es geht auf die sozialen, psychischen und körperlichen Unterschiede von Frauen und Männern gleichen Alters ein. Diese entstehen beispielsweise durch die häufige Doppelbelastung von Frauen durch die Vereinbarung von Beruf und Familie sowie Hormonumstellungen in den Wechseljahren und eine psychisch andere Krankheitsverarbeitung. Wir konzentrieren uns dabei auf die Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung und Entspannung und vermitteln praktische Tipps für den Alltag. Diese helfen, die Krankheit besser zu verarbeiten.

Klinische Psychologie

Kraft für die Seele

Die Psychologen des HGZ stärken Sie für einen positiven Umgang mit Ihrer neuen Lebenssituation

Psychologin Beate Warntjen im Gespräch mit einer Patientin

Für Ihren Heilungsprozess bieten wir Ihnen psychologische Hilfe an – denn Körper und Seele bilden eine Einheit. Ist der Körper geschwächt, leidet die Psyche mit. Das ist normal, da gerade Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Operationen für die meisten Menschen gravierende Ereignisse sind, die Leib und Leben belasten. Atemnot, ein massiver Druck auf der Brust und starke Schmerzen können Hilflosigkeit und Ängste auslösen. Auch die Zeit direkt nach dem operativen Eingriff nehmen viele Patienten besonders intensiv wahr; sie fühlen sich empfindlicher, weinen schneller und grübeln mehr. Häufig treten ungewohnte Stimmungsschwankungen auf, ebenso Sorgen um die Zukunft. Viele Patienten fragen sich, ob sich ihre neue Situation negativ auf Familienleben oder Beruf auswirken wird. Auch ist es für viele Menschen schwierig, sich dauerhaft von lieb gewonnenen Genussmitteln wie Zigaretten, Alkohol oder Fast Food zu verabschieden.

Jetzt gilt es, die Zukunft positiv anzugehen und wieder Selbstvertrauen zu entwickeln. Um Sie in dieser Situation zu unterstützen, bieten wir Ihnen Einzel- und Gruppengespräche zur Krankheits- und Stressbewältigung und zum Umgang mit Ängsten an. Auch mit Themen wie privaten und beruflichen Belastungen können Sie sich an uns wenden. Wir möchten Sie dabei stärken, Kraft und Selbstvertrauen zu entwickeln, um diese Lebensphase gut bewältigen zu können. Außerdem informieren wir Sie darüber, welche Angebote es auch nach der Reha gibt.

Wir veranstalten jede Woche Kurse mit diesen Themen:

- Nichtrauchertraining
- Stressbewältigung
- Entspannung
- Leichter durchs Leben – psychologische Unterstützung beim Abnehmen

Folgerisiko Depressionen

Menschen mit Herzerkrankungen haben ein erhöhtes Risiko, depressiv zu werden. Das ist kein Ausdruck von Versagen, sondern liegt daran, dass Krankheiten oft persönliche, soziale und biologische Folgen nach sich ziehen. Diese können so beträchtlich sein, dass sie zu einer weiteren Erkrankung führen. Wie bei einer abklingenden Erkältung: Das Immunsystem wird so beansprucht, dass man anfälliger für Viren und Bakterien ist – und sich gleich wieder eine Grippe einfängt. Da Depressionen mit viel Leid und sogar auch mit einer geringeren Lebenserwartung einhergehen, möchten wir Sie ermutigen, möglichst früh psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Der tägliche Kampf mit dem Tiger

Warum kann Stress krank machen? Interview mit dem Team der klinischen Psychologie

ImPULS: „Du, ich kann jetzt nicht, ich bin im Stress“ scheint in unseren Breitengraden ein häufiger Satz zu sein. Stress – was ist das eigentlich?

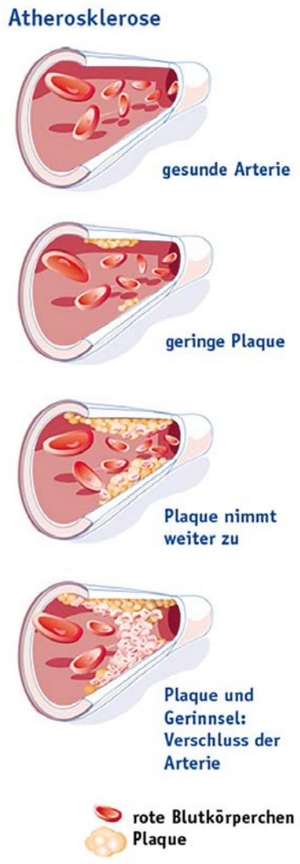
Klinische Psychologie: Der Begriff stammt aus dem Englischen und bezeichnete früher die Spannung oder Belastung zur Prüfung von Metallen und Glas in der Industrie. Er wurde 1936 von dem Mediziner Hans Selye auf den Menschen übertragen. Die Stressreaktion an sich ist aber eine uralte körperliche Alarmreaktion. Ihr Ziel: das Leben durch einen reflexhaften Angriffs- und Fluchtmechanismus zu sichern. Heute stresst uns zum Beispiel der Büroalltag – unser Körper reagiert aber nach wie vor, als müssten wir mit einem Raubtier kämpfen oder vor ihm flüchten.

ImPULS: Wie das?

Klinische Psychologie: Alle Reize, die der Organismus als bedrohlich oder herausfordernd einstuft, lösen eine Stressreaktion im Gehirn aus. Stresshormone wie Adrenalin werden ausgeschüttet, alle Körperreserven werden blitzartig mobilisiert. Um den Körper besser mit Sauerstoff zu versorgen, erweitern sich die Bronchien, die Atmung wird schneller und flacher. Das Herz schlägt schneller und kräftiger. Der Blutdruck steigt. Die Blutgefäße des Herzens, des Gehirns, und der großen Muskeln werden weiter gestellt. Gleichzeitig verengen die Gefäße der Körperperipherie und des Verdauungstraktes. Die Leber stellt Blutzucker und -fette als Energien bereit, um die Muskeln für Kampf oder Flucht zu wappnen. Die Schmerztoleranz erhöht sich.

ImPULS: Jetzt hätte ich also gute Chancen, den mich ärgernden Chef im Boxkampf zu schlagen. Was geschieht aber, wenn ich das nicht tue und am Schreibtisch meinen Aktenberg abarbeite?

Klinische Psychologie: Die bereitgestellten Energien werden vom Körper nicht verbraucht. Blutzucker und -fette können sich an den Innenwänden der Blutgefäße ablagern und Atherosklerose begünstigen, umgangssprachlich Arterienverkalkung. Die Ablagerungen werden medizinisch als Plaques bezeichnet, durch sie werden Blutgefäße zunehmend verengt und sie verlieren an Elastizität. Wenn sich an den Plaques Blutplättchen ablagern, bildet sich ein Blutgerinnsel (Thrombus). Wenn sich dieses löst, kann es vom Blutstrom zu Herz, Lunge oder Gehirn gespült werden, dort die Blutversorgung verstopfen und einen Herzinfarkt, eine Lungenembolie oder einen Schlaganfall verursachen.
Aus ständiger Alarmbereitschaft können Gefühle der Gereiztheit und langfristig Depressionen resultieren.



ImPULS: Was kann ich gegen den Stress tun?

Klinische Psychologie: Für unsere Patienten bieten wir wöchentliche Kurse und Einzelberatungen an. Dabei kann und soll nicht jeglicher Stress vermieden werden. Es geht darum, die eigenen Warnsignale für Stress kennenzulernen und künftig besser mit ihnen umzugehen – z. B. durch einen weniger perfektionistischen Leistungsanspruch, Entspannungstechniken und Bewegung.

Abteilungen der Reha-Klinik

Ernährungsmedizin

Brust oder Keule?

Mit den Ernährungs-Experten des HGZ werden Sie zum Besser-Esser

Anke Pfabel mit Patientinnen in unserer Lehrküche

Essen Sie lieber Tofu oder Gänsebrust? Kochen Sie selbst oder bestellen Sie Ihr Essen gern? Alle Aspekte Ihres Lebens beeinflussen Ihre Gesundheit. Besonders wichtig ist Ihre Ernährung. Und Essen ist viel mehr als nur die Aufnahme von Kalorien und Nährstoffen. Es ist auch relevant für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden. Unser umfangreiches Beratungsangebot bietet Ihnen deshalb die Basisinformationen für eine gesunde und schmackhafte Ernährung.

Dazu gehören:

- Vorträge zu Themen wie „Essen nach dem Herzinfarkt“ und „Ballaststoffe – ein Plus für Ihre Ernährung“.
- Betreuung am Buffet: Bei der Zusammenstellung Ihrer Mahlzeiten stehen wir Ihnen morgens zu ausgewählten Zeiten im Restaurant gerne beratend zur Verfügung.
- In unserer Lehrküche können Sie das Gelernte umsetzen, unter Anleitung gesund kochen und dann natürlich gemeinsam genießen.

Wir möchten Sie dazu anregen, Ihre Essgewohnheiten zu überdenken und gegebenenfalls eigenverantwortlich und alltagstauglich zu ändern. Denn eine frische und abwechslungsreiche Ernährung kann drohende Krankheiten abwenden und bestehende teilweise lindern. Unser Schwerpunkt ist daher die Schulung von Patienten mit Bluthochdruck, Übergewicht, zu hohen Cholesterinwerten und Diabetes. Außerdem vermitteln wir Ihnen, wie man eine beginnende Zuckerkrankheit (Prädiabetes) noch stoppen kann. Für Frauen haben wir ein spezielles Ernährungsprogramm zu dem Modul EvaPLUS+ entwickelt und für Berufstätige eines zu dem Modul RehaPLUS+. Bei Interesse und Fragen sprechen Sie uns, Ihre Diät- und Diabetesassistentinnen, gerne morgens am Buffet an. Auch für Einzelgespräche stehen wir gerne zur Verfügung.

Tipps für eine gesunde Ernährung

Gemüse ist kalorienarm und vitaminreich. Brot, Nudeln und Reis aus Vollkorn enthalten reichlich Ballaststoffe und sättigen lange. Hülsenfrüchte liefern pflanzliches Eiweiß. Fetter Seefisch ebenso wie Nüsse liefern Omega-3-Fettsäuren, diese helfen den Cholesterinspiegel zu senken. Fertigprodukte, Wurst und Süßes (auch Saft und Marmelade) sollten Sie nur selten zu sich nehmen – sie enthalten zu wenige Nährstoffe, aber enorme Mengen an ungesundem Fett und Kalorien. Meiden Sie generell Zucker (Obst nur in Maßen), Salz und Alkohol. Trinken Sie mindestens anderthalb Liter Wasser, Tee oder selbst gemischte Fruchtschorlen.

Zucker

Köstlich, günstig und überall verfügbar

Laut Statistik verzehren wir in Deutschland jährlich rund 32,1 kg raffinierten Haushaltszucker pro Kopf – obwohl unser Körper kein Gramm davon benötigt. Doch da die Muttermilch süß ist, sind wir von Geburt an auf die Formel „süß = wunderbar“ konditioniert. Die Energie, die wir täglich brauchen, liefern Kohlenhydrate aus Brot, Nudeln, Kartoffeln oder Reis, die unser Körper so aufspalten kann, dass Traubenzucker entsteht, der langsam dosiert ins Blut gelangt. Purer Zucker hingegen geht schnell ins Blut und gibt zunächst einen Kick – wir fühlen uns kurzzeitig wach und fit. Dann wird das Hormon Insulin ausgeschüttet, infolgedessen sinkt der Blutzuckerspiegel, wir bekommen wieder Hunger und essen mehr. Außerdem wird überschüssiger Zucker vom Körper nicht verbrannt, sondern als Fett eingelagert. Zucker bedeutet viele Kalorien ohne Nährstoffe, sogenannte „leere Kalorien“. Eine zuckerarme Ernährung ist also ein wichtiger Schritt zu einem gesunden Körpergewicht – das die Blutzucker- und Blutfettwerte sowie den Blutdruck verbessern kann. Unser Zuckerkonsum hat sich in den letzten Jahrzehnten fast verdreifacht – wo ist der Zucker überall versteckt?

Sozialdienst

Gemeinsam stark

Mit dem Sozialdienst meistern Sie neue Herausforderungen

Bieten Unterstützung: Eberhard Stock, Julia Riedel vom Sozialdienst.

Eine akute Erkrankung kann das Leben von heute auf morgen auf den Kopf stellen. Wie geht es nun finanziell und beruflich nach der Rehabilitation weiter? Wie werde ich nach der Entlassung zu Hause zurechtkommen?

Die Mitarbeiter des Sozialdienstes unterstützen Sie und Ihre Angehörigen dabei, Probleme, die im Zusammenhang der Erkrankung entstanden sind, bereits während des Reha-Aufenthalts anzugehen. Sie geben Hilfestellungen auf dem Weg zurück in ein selbstständiges Leben. Die Diplom-Sozialarbeiter und Diplom-Sozialpädagogen beraten auf Basis gesetzlicher Bestimmungen bei der Wiedereingliederung in das Berufsleben, der Vorbereitung auf die Entlassung in das häusliche Umfeld und bezüglich der Inanspruchnahme von Sozialleistungen.

Das Team leistet auch ganz praktische Hilfe, indem es Kontakte zu Krankenkassen und Ämtern herstellt, beim Ausfüllen von Anträgen hilft und weitergehende Maßnahmen einleitet. Ein Beispiel: Der Sozialdienst organisiert einen ambulanten Pflegedienst, der zu Hause z. B. das Insulin spritzt oder den Verbandswechsel übernimmt.

Die Sozialdienstmitarbeiter arbeiten eng mit den Rehabilitationsärzten und weiteren Kollegen des Reha-Teams zusammen – ganz im Sinne der interdisziplinären Ausrichtung am HGZ.

Die Schwerpunkte der sozialrechtlichen und psychosozialen Beratung sind:

- Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben
- stufenweise Wiedereingliederung am Arbeitsplatz
- Nachsorgeleistungen der Rentenversicherungsträger
- finanzielle Absicherung, z. B. Übergangsgeld, Krankengeld etc.
- Schwerbehindertenrecht und Kündigungsschutz
- Vermittlung von häuslicher Krankenpflege
- ambulante Hilfen nach der Entlassung (Haushaltshilfe, Essen auf Rädern etc.)
- Hilfsmittelversorgung
- Pflegeversicherung
- altersgerechtes Wohnen
- Rente
- Selbsthilfegruppen
- Befreiung von der Zuzahlung
- Bewältigung des Krankheitsverlaufs
- Angehörigenberatung

Zur Geschichte

Entstanden ist der Sozialdienst vor über 100 Jahren. Während der Industrialisierung wuchs die Zahl Bedürftiger, die eine medizinische Behandlung nicht bezahlen konnten. Ziel der ersten Krankenhausfürsorge war es, diese Finanzierung zu sichern und, wenn möglich, im Anschluss einen Arbeitsplatz zu vermitteln. Die Frauenrechtlerin Jeanette Schwerin und Albert Levy, Doktor der Philosophie, gründeten 1893 in Berlin die erste Gruppe für soziale Hilfsarbeit mit Mädchen und Frauen. Die Gutbürgerlichen unterstützten nun ehrenamtlich arme und kranke Menschen. Heute bietet die Deutsche Vereinigung für Sozialarbeit im Gesundheitswesen (DVSG) die Möglichkeit zu Information, Beratung, professionellem Austausch und Fortbildungen.

Bitte kommen Sie bei einem Anliegen in eine unserer offenen Sprechstunden, für die Sie keinen Termin benötigen. Die Zeiten entnehmen Sie den Flyern im Wartebereich in der Reha-Eingangshalle.
Den Sozialdienst erreichen Sie unter der Durchwahl -1494.

MOSAIK

Kunst und Kultur im HGZ

Impulse und Erholung für Ihre Gesundheit

Das MOSAIK-Team bietet verschiedene kreative Aktivitäten an.

Zu Ihrer Genesung tragen auch anregende Aktivität und Entspannung bei. Wir möchten, dass unsere Patienten auch mit gesundheitlichen Einschränkungen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Dass sie sich wohlfühlen, Ablenkung vom Reha-Alltag finden, informiert, unterhalten und inspiriert werden. Hierfür bieten wir Ihnen während Ihres Reha-Aufenthalts vielfältige Möglichkeiten.

Der griechische Philosoph Platon stellte bereits 400 Jahre vor Christus fest: „Man kann nicht die Augen heilen ohne den Kopf, den Kopf nicht ohne den Leib und den Leib nicht ohne die Seele.“ Diese ganzheitliche Sicht ist das Fundament unserer Patientenfürsorge.

Unser buntes MOSAIK-Programm bietet Alten und Jungen, Gesunden und Kranken, Mitarbeitern, Patienten und Gästen Abwechslung und Unterhaltung. Anmeldungen für die Teilnahme an Veranstaltungen sind nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei. Seien es Vorträge oder Konzerte, Spiele- oder Rätselabende - kommen Sie einfach herein, wir freuen uns!

Vielleicht haben Sie auch Lust, ein Puzzle zu legen, zu kickern, zum Dart oder Sie möchten in kleiner Runde ein Gesellschaftsspiel spielen - wir halten Spiele und weitere Materialien zur Ausleihe bereit, damit Sie ihre Freizeit bei uns im Haus gestalten können.

3 KLINIKEN UND LEISTUNGSSPEKTRUM

40 Klinik für Kardiologie
42 Klinik für Herz-Thorax-Chirurgie
44 Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin
46 Klinik für Gefäßchirurgie
48 Klinik für Angiologie
50 Klinik für Radiologie

Ausgezeichnete Spitzenmedizin

Sehen, stehen, laufen, denken: Ohne das Herz geht nichts. Rund 3,2 Milliarden Mal schlägt es während eines 80-jährigen Lebens. Und jeden einzelnen Tag pumpt es 8.000 Liter Blut durch unser Gefäßsystem, welches mit seinen feinen Verästelungen mehr als 100.000 Kilometer lang ist. Damit gehört das Herz-Kreislauf-System zu den wichtigsten Organen des Menschen.

Unsere Kliniken bieten Ihnen eine hoch spezialisierte Behandlung: durch unsere Experten, die fachkundig auf ihrem Gebiet und im beständigen Austausch miteinander arbeiten, modernste Medizintechnik und engagierte Pflege.

Das Herz- und Gefäßzentrum Bad Bevensen (HGZ) zählt zu den wenigen medizinischen Spezialkliniken in Deutschland, in denen Ärzte, Pfleger und weitere Fachkräfte ihre Patienten in allen Phasen der Erkrankung behandeln – vom akuten Notfall bis zur Rehabilitation.

Durch unsere Konzentration auf das Herz sowie die Blut- und Lymphgefäße verfügen unsere Spezialisten über ausgeprägtes Fachwissen und umfassende Erfahrungswerte. Sie führen sämtliche Behandlungsmethoden mit den modernsten Techniken gemäß den entsprechenden Leitlinien durch, bis hin zur Kunstherzimplantation. Unsere hoch qualifizierten Ärzte tauschen sich sowohl fächerübergreifend als auch mit den Kollegen aus Therapie und Pflege regelmäßig aus.

Auch sehr betagte Patienten können wir erfolgreich therapieren. Zum Beispiel bei kranken Herzklappen. Die Schwere der im HGZ behandelten Fälle liegt deutlich über dem Durchschnitt der Herzzentren in Deutschland. Für viele – bisher nicht behandelbare – Patienten bedeutet dies die Chance auf ein Stück Lebensqualität.

Kliniken und Leistungsspektrum

Kardiologie

Vernetzte Medizin auf höchstem Niveau

Chefarzt Prof. Dr. med. Bjoern Andrew Remppis, Direktor der Klinik für Kardiologie, ist ausgewiesener Spezialist auf dem Gebiet der Herzinsuffizienz (Herzschwäche) und unter anderem Mitentwickler des Troponin-Tests. Erhöhte Werte des Eiweißes Troponin im Blut können auf einen Herzinfarkt hindeuten.

Die Kardiologen des HGZ behandeln jährlich über 5.000 stationäre sowie 5.000 ambulante Patienten. Aufgabenschwerpunkt ist eine exakte Differenzialdiagnostik – also die Abgrenzung unterschiedlicher Krankheiten mit ähnlichen Symptomen – als Grundlage für eine optimale, individuelle Behandlung.

Spezialist, wenn's um Luft und Lunge geht

Lukas Hundack leitet die Pneumologie im HGZ

ImPULS: Herr Hundack, ein Pneumologe in einem Herz- und Gefäßzentrum – wie passt das zusammen?

Lukas Hundack: Das liegt im Grunde auf der Hand. Denn zwischen Herz und Lunge gibt es sehr häufig Wechselwirkungen. Ein klassisches Beispiel dafür ist das Symptom der Luftnot. Hierfür können sowohl Herz- als auch Lungenerkrankungen die Ursache sein. Eine Spezialität der Sektion Pneumologie, Beatmungsmedizin und kardio-pulmonale Interaktion ist es daher auch, ein besonderes Augenmerk auf die optimale Diagnostik dieser beiden Organsysteme und der dort auftretenden Krankheiten zu legen.

ImPULS: Auf welche Gebiete sind Sie dabei spezialisiert?

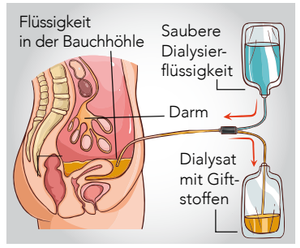
Lukas Hundack: Im Fokus meiner Tätigkeit stehen die akute Behandlung der chronisch obstruktiven Bronchitis (COPD) oder des Asthma bronchiale, die Einstellung von Heimbeatmungen sowie die endoskopische Abklärung unklarer Lungenbefunde. Neben der Sicherung der pneumologischen Basisversorgung möchte ich aber auch die bestehenden Strukturen und Kooperationen weiter ausbauen und neue Behandlungsangebote erschließen.

ImPULS: Welche sind das?

Lukas Hundack: Gemeinsam mit dem Team und den weiteren beteiligten Disziplinen unseres Hauses möchte ich zum Beispiel das Angebot der nichtinvasiven Beatmung weiterentwickeln- ausbauen und neue Schwerpunkte wie die interventionelle Pneumologie und pulmonale Hypertonie (Lungenhochdruck) etablieren. Unser Ziel ist es, für Patienten und Zuweiser in der Region künftig erste Ansprechpartner für alle Lungenerkrankungen zu sein.

Bauchfelldialyse

Eine neue alte Therapie gegen die schwere Herzinsuffizienz



Herzschwäche ist die häufigste Diagnose in deutschen Krankenhäusern. In der Regel zieht sie weitere Organe wie Lunge und Niere stark in Mitleidenschaft, wodurch sich in den Lungen, der Bauchhöhle und im Brustraum Flüssigkeit sammelt. Der Schwerkranke bekommt Atemnot und wird stark geschwächt. Prof. Bjoern A. Remppis setzt in diesen Fällen auf eine Methode, die bislang bei der reinen Nierenschwäche zur Ausschwemmung von Wasser und Giftstoffen angewandt wurde: „Mittels Bauchfelldialyse konnten wir schwerst herzkranke Patienten stabilisieren und manche sogar von der Transplantationsliste herunternehmen."

Ein kleiner Katheter wird in die Bauchhöhle eingepflanzt, durch den zwei bis drei Liter Spülflüssigkeit in die Bauchhöhle geleitet werden, wo das Bauchfell als Dialysemembran wirkt. Die Substanzen, die ausgeschieden werden sollen, wandern vom Blut entlang des Konzentrationsgefälles durch das Bauchfell in die Dialyselösung. Nach einigen Stunden wird entsprechend der Dialyseleistung mehr Flüssigkeit mit den Nierengiften wieder abgeleitet, sodass der Körper überflüssiges Wasser verliert. Der Patient kann die Bauchfelldialyse zu Hause selbst durchführen. Nur alle sechs Wochen ist eine Kontrolle beim Nephrologen nötig.

Leistungsspektrum

- **Untersuchungen in unseren Herzkatheterlaboren –** Katheter: schmaler Schlauch, der durch ein Blutgefäß zum Herzen geführt wird
- **PTCA (Perkutane transluminale coronare Angioplastie) –** Aufweitung von verengten Blutgefäßen mittels eines über Katheter eingeführten, aufblasbaren Mini-Ballons
- **Implantationen von Stents –** Weitung von verengten oder verschlossenen Blutgefäßen mittels kleiner Gefäßstützen aus Edelstahl
- **Echokardiografie –** Ultraschall-Untersuchung des Herzens mithilfe neuester Technik, inklusive 3-D
- **Mehrschicht-Computertomograf (MS-CT) –** Berechnung der Menge von Kalkablagerungen in Gefäßen (Kalk-Score)
- **Hochfeld-Magnetresonanztomograf (MRT) –** bildgebendes Verfahren auf Grundlage von Magnetfeldern zur weiteren Diagnostik von Kardiomyopathien (Herzmuskel-Erkrankungen) und Myokarditiden (Entzündungen des Herzmuskels)
- **elektrophysiologische Untersuchungen (EPU) bei Herzrhythmusstörungen –** Prüfung des Ursprungsortes von Rhythmusstörungen durch Analyse der Signalübertragung mithilfe in das Herz eingebrachter Elektrodenkatheter
- **Katheterablation zur Beseitigung von Herzrhythmusstörungen –** Verödung elektrisch leitender Herzbereiche, die kreisende elektrische Bewegungen und damit Herzrhythmusstörungen auslösen
- **Implantation und Überprüfung von Herzschrittmachern und Defibrillatoren –** zur Behandlung von Patienten mit zu schwachem Herzschlag bzw. möglichen Herzschlagausfällen
- **systemkardiologische Betreuung von Patienten mit Herzinsuffizienz (Herzschwäche) –** interdisziplinäre Behandlung auf Basis eines neuen Verständnisses der Herzschwäche als im Körper vernetzter Erkrankung

Kardiopulmonale Funktionsdiagnostik:

- Belastungs-EKG (Messung der Reaktion des Herzens bei körperlicher Aktivität)
- Langzeit-EKG (Messung der elektrischen Aktivität des Herzens über 24 Stunden) und Blutdruckmessung
- Spiroergometrie (Messung der Atemgase)
- Laufbandergometrie (Erfassung der körperlichen Leistungsfähigkeit)
- Echokardiografie (Ultraschall des Herzens)
- Duplexsonografie (Ultraschall der Blutgefäße)

Kliniken und Leistungsspektrum

Herz-Thorax-Chirurgie

Spitzenmedizin mit schonenden Verfahren

Chefarzt Prof. Dr. med. univ. Gerhard Wimmer-Greinecker zählt auf dem Gebiet der minimalinvasiven Herzchirurgie zu den weltweit führenden Spezialisten.

Die Experten der Klinik für Herz-Thorax-Chirurgie nehmen operative Eingriffe am Herzen, der Lunge sowie an der herznahen Hauptschlagader vor. Seit der Eröffnung im Jahre 1993 wurden hier mehr als 35.000 Eingriffe durchgeführt, die meisten an Herzklappen und an den Herzkranzgefäßen. Mehr als 1.200 Operationen am offenen Herzen führen die OP-Teams jährlich durch.

Wenn möglich, wenden unsere Experten dabei Patienten schonende Techniken an: Durch kleine Schnitte wird weniger Gewebe verletzt. Dadurch verringern sich Schmerzen und auch das Risiko einer Infektion. So kann beispielsweise bei Operationen an den Herzklappen die Schlüsselloch-Chirurgie offene Operationen ersetzen. Wird ein Bypass gelegt, können die Ärzte des HGZ Patienten auch am schlagenden Herzen operieren und auf die Herz-Lungen-Maschine verzichten. Dies ist schonender und deshalb vor allem bei Patienten mit vielen Begleiterkrankungen von Vorteil.

Etwa 3,2 Milliarden Mal schlägt das Herz während eines 80-jährigen Menschenlebens.

Leistungsspektrum

- **Bypass-Operation (bei koronarer Herzkrankheit) –** Engstellen an den Herzkranzgefäßen werden mit körpereigenen Arterien und auch Venen überbrückt, an der Herz-Lungen-Maschine oder am schlagenden Herzen
- **Rekonstruktion und Ersatz von Herzklappen –** wenn möglich, Erhalt der körpereigenen Klappe oder Ersatz durch mechanische oder biologische Klappenprothese, fast ausschließlich über minimal-invasive Zugänge
- **chirurgische Therapie des Vorhofflimmerns (Herzrhythmus-Störung) –** gezielte Verödung von Gewebe zur Unterbindung unkoordinierter elektrischer Impulse
- **chirurgische Behandlung der Herzinsuffizienz –** beispielsweise mittels Kunstherz oder operativer Remodellierung der vergrößerten linken Herzkammer
- **Operationen an der herznahen Hauptschlagader und des Aortenbogens –** beispielsweise als Ersatz durch Gefäßprothese
- **Therapie angeborener Herzfehler im Erwachsenenalter**
- **Hybrid-Verfahren –** Eingriffe, bei denen sowohl chirurgische Techniken als auch katheterinterventionelle Techniken der Kardiologie zum Einsatz kommen (siehe rechts stehenden Bericht)
- **Thoraxchirurgie –** Eingriffe an Lunge und Rippenfell

Mehr Raum für modernste Ausstattung – unser Hybrid-OP

In einem Hybrid-OP arbeiten Spezialisten unterschiedlicher Fachrichtungen Hand in Hand. Aufgrund der komplexen Ausstattung können Herz-Thorax- und Gefäßchirurgen, Kardiologen, Angiologen, Radiologen und Anästhesisten mit vereintem Fachwissen gleichzeitig diagnostizieren und behandeln.

In unserem 100 m^2 umfassenden Hybrid-Operationssaal, der Anfang 2016 eröffnet wurde, sind eine Herzkatheteranlage zur Darstellung von Herz und Gefäßen sowie modernste Technologien der Herz- und Gefäßchirurgie vereint. Beliebig um den Patienten positioniert werden kann ein leistungsstarkes Röntgensystem, das Echtzeit-Bilder in maximaler Auflösung liefert. Für eine noch bessere Darstellung anatomischer Strukturen ist die Bildfusion, das heißt die Zusammenführung von Bilddateien aus Röntgen, Computertomografie, Magnetresonanztomografie und Ultraschall möglich. Mehrere Monitore ermöglichen die Einsicht in die Bildgebung aus allen Arbeitspositionen.

Aufgrund der präziseren Einblicke in den menschlichen Körper kurz vor und während des Eingriffs können unsere Spezialisten viele Eingriffe minimal-invasiv, also ohne eine offene Operation, durchführen. Diese können im Hybrid-OP gegebenenfalls während einer Narkose mit interventionellen Techniken kombiniert werden. So kann beispielsweise binnen einer Operation ein Bypass gelegt und ein verengtes Blutgefäß mithilfe eines Stents erweitert werden.

Dank präziser Bildgebungsverfahren können Eingriffe sehr genau geplant und durchgeführt sowie der Behandlungserfolg noch während des Eingriffs geprüft werden. Dies ermöglicht für viele Patienten schonende minimal-invasive Verfahren und verkürzte Operations- sowie Genesungszeiten. Auch komplexe Eingriffe bei älteren und umfassend erkrankten (multimorbiden) Patienten, für die eine Operation unter Einsatz einer Herz-Lungen-Maschine mit hohem Risiko verbunden wäre, können mit höherer Sicherheit durchgeführt werden.

Aufgrund der modernen Ausstattung ist die Strahlen- und Kontrastmitteldosis für Patienten und Personal weiter verringert worden. Die Umgebung eines komplett ausgestatteten herzchirurgischen OPs bietet ein Maximum an Sicherheit, falls es doch einmal zu einer Komplikation kommen sollte.

Neue Therapiemöglichkeiten – Beispiel minimal-invasiver Aortenklappenersatz

Dank der Hightech-Ausstattung sind im Hybrid-OP komplexe Eingriffe wie beispielsweise der Ersatz einer Aortenklappe – der Herzklappe zwischen der linken Herzkammer und der Hauptschlagader – schonend minimal-invasiv realisierbar. Dabei wird die Klappenprothese mithilfe eines Katheters entweder über die Leistenarterie oder über einen Hautschnitt im Bereich des linken Brustkorbs bis zum Herzen geschoben. Eine bestimmte Software unterstützt die Ärzte sowohl bei der Planung als auch während der Durchführung bei der richtigen Positionierung der Klappenprothese. Außerdem kann der Arzt noch in der gleichen Sitzung eine Erfolgskontrolle durchführen.

Kliniken und Leistungsspektrum

Anästhesiologie und Intensivmedizin

Operationen in sicheren Händen

Chefarzt Dr. med. Aiman Alken, Ärztlicher Direktor und Facharzt für Anästhesiologie mit Weiterbildung in der Speziellen Anästhesiologischen Intensivmedizin, führte unter anderem die Narkose zur ersten Lungentransplantation Deutschlands durch.

Operative Eingriffe werden unter einer regionalen Anästhesie oder Vollnarkose durchgeführt. Narkosemittel können auf verschiedenen Wegen verabreicht werden, durch Einatmung (Inhalation) oder Spritzen (intravenös); oft werden die Verfahren kombiniert. Eine regionale Anästhesie bewirkt die Schmerzausschaltung einzelner Körperregionen über die Blockierung von Nervenbahnen. Unter einer Vollnarkose erfolgt eine vorübergehende Ausschaltung von Bewusstsein und Schmerzempfinden. Hierfür werden ein oder mehrere Narkosemittel verabreicht, die im zentralen Nervensystem wirken, sowie gegebenenfalls auch Wirkstoffe zur Entspannung der Skelettmuskulatur. Alle Anästhetika unterdrücken die elektrische Leitfähigkeit der Nerven für eine bestimmte Zeit, sodass die weitergeleiteten Schmerzreize das Gehirn nicht mehr erreichen. In der Regel ist mit der Vollnarkose eine Gedächtnislücke (Amnesie) verbunden, an die OP können sich die Patienten später nicht erinnern. In jedem Fall ist die Operation völlig schmerzfrei. Belastungen und Risiken durch Nebenwirkungen halten unsere Experten so gering wie möglich. So bekommen unsere Patienten das größtmögliche Maß an Sicherheit. Nach den Operationen können die Erkrankten über Infusionspumpen ihre Schmerzfreiheit selbst kontrollieren.

Unsere Erfahrungswerte

Rund 3.500 Narkosen werden jährlich im HGZ durchgeführt. Den erfahrenen Anästhesisten stehen dafür sowohl im Operationstrakt als auch auf der Intensivstation modernste medizintechnische Geräte zur Verfügung.

Leistungsspektrum

- **Narkose bei Operationen und diagnostischen Eingriffen –** Schmerzfreiheit, sichere Narkoseüberwachung und Anpassung der Narkosetiefe
- **Intensivtherapie –** ärztliche Betreuung der chirurgischen Intensivpflegestation, u. a. umfangreiche und dauerhafte Überwachung lebenswichtiger Organfunktionen
- **Schmerztherapie –** z. B. patientengesteuerte Infusionspumpen, Nervenblockade mit oder ohne Kathetertechnik, klassische medikamentöse Schmerzbekämpfung
- **Blutversorgung** „Blutdepot“
- **Zentrallabor –** labormedizinische Untersuchungen in den Bereichen Hämatologie (Lehre des Blutes und blutbildender Organe), Hämostaseologie (Lehre der Blutgerinnung und ihrer Störungen), Immunologie (Lehre der körperlichen Abwehr von Krankheitserregern) und Klinische Chemie (Erfassung chemischer Kenngrößen aus physiologischen oder chemischen Vorgängen im Körper)
- **Rettungsmedizin –** Erkennung und Behandlung medizinischer Notfälle

Gut aufgehoben auf unserer Intensivstation

Hier behandeln wir Patienten nach Operationen und grundsätzlich in lebensbedrohlichen Zuständen. Anästhesisten, verschiedene weitere Fachärzte und speziell ausgebildetes Pflegepersonal betreuen die Patienten lückenlos. Dafür stehen ihnen hochwertige Geräte zur Verfügung. An den Monitoren werden die existenziellen Funktionen des Körpers permanent überwacht und behandelt. Dazu gehören beispielsweise Atmung, Blutdruck, Körpertemperatur und der Sauerstoffgehalt im Blut; oberste Priorität hat dabei das Ziel, Infektionen zu vermeiden. Alle Patienten auf den Intensivstationen sind geschwächt und daher besonders anfällig für Infektionen. Das HGZ erfüllt nicht nur die staatlichen Hygienevorschriften – über diese hinaus nehmen die Mitarbeiter beispielsweise regelmäßig an Hygieneschulungen teil.

Unsere Ausstattung für Ihre Sicherheit

Monitorbild
Das Monitorbild dient der kontinuierlichen Überwachung der Vitalfunktionen: Blutdruck, EKG, Narkosetiefe, Sauerstoffkonzentration im Blut, Venen- und Arteriendruck, Körpertemperatur.

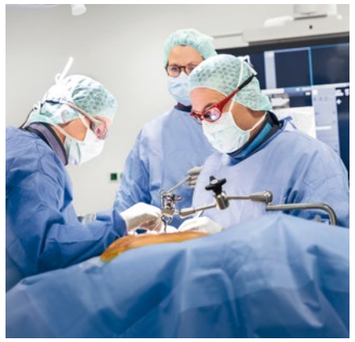
Narkosewagen
Auf dem Narkosewagen liegen alle Medikamente und Bedarfsmaterialien zur Narkoseführung und Kreislaufstabilisierung bereit.

Lagerung
Während der Narkose achten wir auf eine fachgerechte Körperlagerung und sorgen mit neuester Technik für eine Kontrolle der Körpertemperatur.

Narkosegerät
Das Narkosegerät ist ein hochmodernes Beatmungsgerät. Es gewährleistet eine sichere und lungenschonende, individuell eingestellte Beatmung während der Operation.

Gefäßchirurgie

Individuelle Behandlungen in fachübergreifender Zusammenarbeit



100.000 Kilometer lang ist das Blutgefäßsystem des Menschen mit all seinen Verästelungen – die Länge entspricht damit 2,5 Mal unserem Erdumfang. Das medizinische Fachgebiet der Gefäßchirurgie umfasst die Behandlung der Gefäße, also von Schlagadern und Venen. Die Klinik für Gefäßchirurgie ist Teil unseres Gefäßzentrums. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Angiologen, Radiologen und Gefäßchirurgen werden optimale Voraussetzungen für individuelle Behandlungen geschaffen.

Aufgrund der medizinischen Fortschritte unterliegt die Gefäßchirurgie seit einigen Jahren einem stetigen Wandel: Offene operative und minimal-invasive Eingriffe stehen dem Patienten gleichermaßen zur Verfügung – aus beiden Bereichen kann die jeweils individuell beste Methode ausgewählt werden.

Chefarzt Dr. med. Thomas Nolte, Direktor des Gefäßzentrums, ist ein Pionier der endovaskulären Versorgung von Aortenaneurysmen (Aussackungen der Hauptschlagader) und Leiter des Kompetenzzentrums Carotischirurgie (Operation bei Verengung der Halsschlagader).

Leistungsspektrum

In der Gefäßchirurgie werden Blutgefäße behandelt.

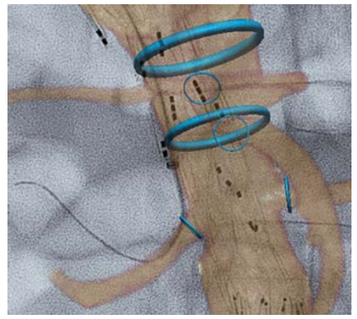
- **Carotis-Chirurgie –** Entfernung von die Halsschlagader verengenden Ablagerungen durch Ausschälung, Erweiterung mit einem Streifen (Patch) oder Versorgung mit einer Gefäßprothese – operativ oder interventionell
- **Aorten-Chirurgie bei Aneurysma (Erweiterung der Hauptschlagader, siehe nebenstehende Artikel) –** Behandlung mithilfe endovaskulärer Maßnahmen (innerhalb eines Gefäßes über einen kleinen Katheterzugang, offene Operation oder Hybrid-Eingriff, bei dem Gefäßchirurgen und Angiologen zusammenarbeiten)
- **Durchblutungsstörungen der Beine bis zum Fuß –** Überbrückung einer geschädigten Ader durch eine körpereigene Vene oder eine künstliche Gefäßprothese als eine Art „Umgehungsstraße" (sogenannter distaler Bypass) oder interventionelle Wiedereröffnung der Gefäße
- **Eingriffe an der Aorta bei verengten und verschlossenen Gefäßen –** z. B. mit Techniken wie Stentimplantationen (interventionell) oder chirurgischer Wiedereröffnung der Gefäße mithilfe eines Bypass'
- **Operationen an den Arterien der Eingeweide –** z. B. Entfernung von Blutgerinnseln mithilfe eines Ballonkatheters (interventionell) oder Überbrückung von Engstellen mittels Bypass (operativ)
- **chirurgische Eingriffe an den Arterien der Nieren –** beispielsweise durch Weitung mit einem Ballon und anschließender Stentimplantation (interventionell)
- **Rekonstruktionen von Arterien im Becken und in der Leiste –** durch Einsatz von Gefäßprothesen (interventionell) oder mithilfe eines operativen Eingriffs
- **Gewebsuntergang und diabetisches Fußsyndrom –** operative Behandlung: Fußgelenk erhaltend oder als Amputation
- **Operationen von komplexen Krampfadern –** Herausziehen gestauter Venen mittels Stripping
- **standardisiertes Wundmanagement –** mit Wundanfrischung (Beförderung der Heilung durch saubere Wundausschneidung) und plastischem Hautverschluss

Schonende Gefäß-Operation dank innovativer 3-D-Echtzeit-Navigation

Ein Aneurysma der Brust- und Bauchaorta ist für den Betroffenen sehr gefährlich – es ist eine sackförmige Erweiterung der Hauptschlagader, die lange Zeit keine Beschwerden verursacht und oft erst spät erkannt wird. Sie kann reißen, wenn sie zu groß wird, was ohne Therapie aufgrund starker innerer Blutungen tödlich endet.

Im HGZ können Aneurysmen erfolgreich durch eine Gefäßprothese (Stent) ausgeschaltet werden – nicht mehr offen durch eine große Operation, sondern minimal-invasiv. Eine Herausforderung hierbei ist, den Stent exakt zu positionieren, da wichtige Gefäßabgänge wie die Eingeweide- und Nierenarterien nicht verschlossen werden dürfen. Um diese während des Eingriffs sehen zu können, muss mit belastender Röntgenstrahlung und Kontrastmittel gearbeitet werden, zudem ist nur eine zweidimensionale Darstellung möglich.

Die Chirurgen des HGZ nutzen hierfür eine innovative Technik: den VesselNavigator. Während des Eingriffs wird ein dreidimensionales Modell des Gefäßsystems in die Echtzeit-Röntgenbildgebung eingeblendet. Als Quelle dient das zuvor angefertigte Planungs-CT. Dies ermöglicht Ärzten eine verlässliche Sicht auf die Gefäßanatomie ihres Patienten auch aus anderen Betrachtungswinkeln und erleichtert die Navigation in den Gefäßen. Der Eingriff ist sicherer und schonender, sodass unsere Patienten die Klinik schneller verlassen können. Weil sie weniger Kontrastmittel verabreicht bekommen, werden die Nieren weniger belastet. Somit kommt der Eingriff erstmals auch Menschen mit eingeschränkter Nierenfunktion zugute, etwa Älteren oder Diabetes-Patienten.



Der VesselNavigator lässt Gefäße während des Eingriffs sichtbar werden. Damit können die Ärzte einen Stent exakt positionieren.

Premiere am HGZ: neue Gefäßprothesen bei Aortenaneurysma

Interview mit Claudia Habisch, Leitende Oberärztin der Klinik für Gefäßchirurgie

ImPULS: Warum stellen die neuen, am HGZ verwendeten Gefäßprothesen einen Fortschritt dar?

Claudia Habisch: Insbesondere bei Aneurysmen, also Erweiterungen, der Brustaorta oder der Bauchaorta waren die notwendigen Operationen zum vorbeugenden Ersatz der Hauptschlagader häufig für die Patienten belastend und mit erhöhtem Risiko verbunden.

Vielen dieser Patienten kann im HGZ ein minimal-invasives Operationsverfahren, also ein Verfahren über einen nur kleinen Schnitt, als Alternative angeboten werden. Sogar der Eingriff ohne Schnitt und vollständig über eine Punktion durchgeführt ist – abhängig vom Krankheitsbild – aufgrund sehr kleiner Aortenendoprothesen bei uns möglich.

ImPULS: Was ist das Neue an den hierbei verwendeten Endoprothesen, also an den Implantaten, durch die das geschädigte Gefäß ersetzt wird?

Claudia Habisch: Die neuen Endoprothesen, übrigens individuelle Einzelanfertigungen für jeden Patienten, bilden mit Fenstern und Seitenarmen die Struktur der Aorta nach. Über kleine Seitenäste werden sie in die Eingeweide- und Nierenarterien verzweigt. Die Operation stellt besondere Anforderungen an das Operationsteam. Über die notwendige apparative Ausstattung verfügen nur wenige Hochleistungszentren in Deutschland.

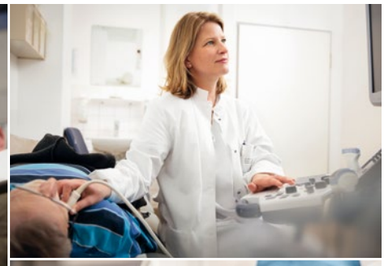
ImPULS: Welches sind die Vorteile für den Patienten?

Claudia Habisch: Die Operation ist weniger riskant als ein offener Eingriff, verursacht nur kleine Schnittnarben und die Patienten sind nach der Operation relativ schnell wieder mobil.

Kliniken und Leistungsspektrum

Angiologie

Medizin mit breitem Spektrum

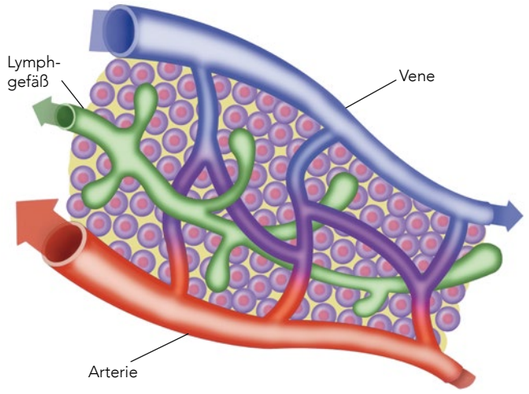


Die Experten der Klinik für Angiologie im HGZ behandeln Patienten aus ganz Deutschland mit arteriellen, venösen und lymphatischen Gefäßerkrankungen – sie ist die einzige angiologische Schwerpunktabteilung Deutschlands, in der das gesamte Spektrum von Gefäßerkrankungen von der Akut- bis hin zur Rehabilitationsphase behandelt werden kann. Die Klinik ist Ausbildungszentrum für das Curriculum Interventionelle Angiologie.

Leistungsspektrum

- **Therapie der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK)** – konservativ, interventionell und rehabilitativ (siehe Artikel)
- **tiefe Venenthrombosen (Blutgerinnsel in Venen)** – z. B. lokale, medikamentöse Auflösung des Gerinnsels mithilfe eines eingeführten Katheters (Katheterlyse), Bandagierung
- **Lungenembolie (Verstopfung eines Blutgefäßes in der Lunge)** – medikamentöse Behandlung, Wiederherstellung der Venenstruktur unter Klappenerhalt
- **katheterinterventionelle Rekanalisation verschlossener Becken- und Bauchvenen**
- **chronisch venöse Insuffizienz und Varikosis (schwache Venen und Krampfadern)** – chirurgisches Verfahren (Stripping) oder Lasertherapie innerhalb der Vene, Bandagierung
- **Therapie von Lymphödemen (Schwellungen durch Ansammlung von Gewebsflüssigkeit in den Zellzwischenräumen)** – manuelle Lymphdrainagen, Kompressionsverbände und Bewegungstherapie, Beeinflussung der Risikofaktoren für arteriosklerotische Erkrankungen
- **Wundheilungsstörungen wie beim diabetischen Fußsyndrom (Wunden aufgrund von z. B. Durchblutungsstörungen oder diabetesbedingtem verminderten Schmerzempfinden)** – Wiederherstellung der Durchblutung, Einsatz moderner Verbandsstoffe, zertifiziertes Wundzentrum zur kontinuierlichen Behandlung, Abheilung und Erhaltung des geheilten Status'
- **Therapie innerer Krankheiten mit Auswirkungen auf das Gefäßsystem, z. B. arterielle Hypertonie (Bluthochdruck) und Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit/ Erkrankung des Stoffwechsels)** – Therapie, z. B. Gabe des Hormons Insulin, Blutdrucksenker, Lebensstilwandel
- **moderne multimodale Therapie von Problemwunden an den Extremitäten, insbesondere auch bei diabetischem Fußsyndrom**

Die Blut- und Lymphgefäße



Die Gesundheit der Blut- und Lymphgefäße ist wichtig, weil durch die Adern der eingeatmete Sauerstoff aus der Lunge in alle Winkel des Körpers verteilt wird. Sauerstoff ist so etwas wie der Strom des Körpers, die lebensnotwendige Energie. Er wird für den Zellstoffwechsel benötigt. Dieser stellt den Aufbau und Erhalt unserer Körpersubstanz sowie die Energiegewinnung für unsere Aktivitäten sicher. Bekommen unsere Zellen keinen Sauerstoff mehr, so sterben sie ab – ebenso, wie ein Feuer ohne Sauerstoff erlischt.

Das Lymphnetz besteht wie die Adern aus schlauchförmigen Gefäßen, in denen Flüssigkeit aus dem Gewebe (Lymphe) abtransportiert wird. Das Lymphsystem ist besonders für die Verdauung von Fetten wichtig.

Die periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)

Bei Verengungen oder einem Verschluss von Schlagadern mit verminderter Blut- und Sauerstoffversorgung der Muskulatur kommt es zu Schmerzen im betroffenen Bein. Sie zwingen den Patienten, beim Gehen immer wieder anzuhalten – als würde er vor jedem Schaufenster stehen bleiben, weshalb im Volksmund von der Schaufensterkrankheit gesprochen wird. Hauptursache ist die Atherosklerose, die sogenannte Arterienverkalkung, einhergehend mit Ablagerungen von Blutfetten, Blutpfropfen (Thromben), Bindegewebe und geringen Mengen von Kalk an den Gefäßwänden. Als Folge verengen und verhärten die Arterien, die betroffenen Körperteile werden nicht mehr ausreichend mit Blut und somit Sauerstoff versorgt. Die Symptome steigern sich mit der Schwere der Krankheit: Das Gewebe kann absterben (Nekrose), was zu Geschwüren führt, die eine Amputation nötig machen können. Da oft auch die Schlagadern von Herz und Gehirn verengt sind, erhöht Atherosklerose die Gefahr für Herzinfarkt, Schlaganfall und Nierenversagen.

Mögliche Ursachen der pAVK:

- Rauchen (führt oft zum sogenannten „Raucherbein", der pAVK in Arterien des Beines)
- Bluthochdruck
- Bewegungsmangel
- Übergewicht
- Fett- und andere Stoffwechselstörungen (z. B. Gicht)
- Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)
- krank machender Stress
- das Alter (meist sind Menschen über 40 Jahre betroffen)
- genetische Faktoren
- Verzehr von tierischen Fetten

Behandlungsmöglichkeiten:

Aufgrund der medizinischen Fortschritte können Patienten immer früher und immer häufiger ohne chirurgischen Eingriff behandelt werden.

- bei leichten Symptomen: Änderung des Lebensstils. Zigarettenverzicht, gesünderes Essen, Gehtraining, Senkung des Blutdrucks, Stress drosseln, straffe Einstellung von Blutfett- und Blutzuckerwerten
- bei mittleren Beschwerden: blutverdünnende Arzneimittel, Aufdehnung der Gefäße (Angioplastie), z. B. durch Ballondilatationen, Stents (kleine Gefäßstützen); ergänzend das Behandlungskonzept bei pAVK mit leichten Symptomen (siehe oben)
- bei schweren Symptomen: chirurgische Maßnahmen wie Y-Bypass an den Arterien des Beckens und der Bauchschlagader bis zum Fuß möglich), operative Entfernung von Thromben; ergänzend das Behandlungskonzept bei pAVK mit leichten Symptomen

Radiologie

Präzise Verfahren für Diagnostik und Therapie

Chefarzt Dr. med. Wulf Euringer, Facharzt für Radiologie, baut als erfahrener Spezialist im HGZ bildgesteuerte Eingriffe im Körper ohne Schnitt, also ohne offene Operation, weiter aus.

Mehr als 20 Jahre Erfahrung besitzt das Team der Klinik für Radiologie in der Diagnose von Erkrankungen der Gefäße, des Herzens und der Lunge. Hochspezialisiert ist es auf die Therapie von Gefäßerkrankungen durch minimalinvasive, interventionelle Maßnahmen.

Leistungsspektrum

Ambulanz

- **Röntgenaufnahmen der Organe des Brustraums (Thorax) –** Abbildung des Körperinneren aufgrund der unterschiedlichen Absorption von Röntgenstrahlen durch menschliches Gewebe
- **Phlebografien –** medizinisches Untersuchungsverfahren zur Beurteilung der Venen durch Röntgendiagnostik
- **Angiografien (aller Organe mit Ausnahme des Herzens) –** Darstellung von Blutgefäßen mithilfe von Bildgebungsverfahren wie Röntgen oder CT-Angiografie
- **PTA (perkutane transluminale Angioplastie) –** im Becken- und Oberschenkelbereich im Stadium II b: Verfahren zur Erweiterung oder Wiedereröffnung verengter oder verschlossener Blutgefäße

Stationäre Versorgung

- **Durchführung aller konventionellen Röntgenverfahren**
- **Phlebografien –** siehe oben
- **Cavaschirm –** Filter, die zur Prophylaxe von Lungenembolien implantiert werden
- **Angiografien aller Gefäßregionen –** siehe oben
- **Ballondilatation –** Aufdehnung eines verengten Gefäßabschnitts mithilfe eines Ballonkatheters
- **lokale Lyse –** Blutgerinnsel in den Gefäßen (Thrombose) werden durch Medikamente aus einem einliegenden Katheter aufgelöst – alternativ können diese auch kathetergestützt abgesaugt werden
- **Sympaticolyse –** Eingriff für bessere Durchblutung zu behandelnder Blutgefäße
- **Stentimplantationen –** Einsetzung von Gefäßprothesen zur Sicherstellung der Durchblutung
- **Embolisationen –** künstlicher Verschluss von Blutgefäßen durch Metallspiralen und flüssige Kunststoffe über einen Katheter
- **Atherektomie –** Gefäßwandablagerungen, die zu einer Einengung führen, können z.B. mittels Laser oder alternativ mit mechanischen Verfahren über Katheter abgetragen werden
- **3D-Rekonstruktionen, z.B. des Herzens –** Computertomografie des Herzens: detaillierte Darstellung durch Röntgenstrahlung
- **renale Denervation –** kathetergestützte Therapieform der Nervenbahnen der Nierenarterien bei schwer oder nicht einstellbarem Bluthochdruck

Kliniken und Leistungsspektrum

Einblicke in die Radiologie

Als Experten der radiologischen Bildgebung und Therapie unterstützen wir die Arbeit unserer Kollegen in der Angiologie und Gefäßchirurgie. Zu unseren wichtigsten Leistungen gehört außerdem, direkte Eingriffe im Katheterlabor unter Röntgenkontrolle vorzunehmen.

Wir bieten unseren Patienten bewährte, aber auch innovative Therapiemöglichkeiten, die besonders risikoarm und hinsichtlich der eingesetzten Techniken und Produkte stets auf dem aktuellsten Stand der medizinischen Erkenntnisse sind.

Hervorzuheben sind in diesem Zusammenhang die Embolisation (künstlicher Verschluss von Blutgefäßen), der Einsatz von beschichteten Stents (Gefäßimplantate, meist kleine Gittergerüste in Röhrchenform), die große Erfahrung in der Behandlung von Nierenarterienstenosen (Verengungen der Nierenarterien) und die Behandlung der Unterschenkelarterien bei nicht heilenden Wunden.

Für diese Eingriffe und die Behandlung von möglichen Komplikationen hält die Abteilung eine umfassende medizintechnische Ausstattung vor.

Neueste Computertomografie verkürzt die Untersuchung

Unsere radiologische Abteilung ist spezialisiert auf die Bildgebung des Herzens, der Herzkranzgefäße, des Gefäßsystems von Rumpf und Extremitäten (Arme und Beine) sowie des zentralen Nervensystems. Mit dem Computertomografen (CT) lassen sich die Gefäße so präzise darstellen, dass im Einzelfall auf eine Untersuchung mit dem Katheter verzichtet werden kann, etwa bei der sogenannten Schaufensterkrankheit oder bei dem Verdacht auf eine Erkrankung der Herzkranzgefäße.

Bei diesen Untersuchungen zeichnet der CT auf 128 Detektorzeilen die Röntgenstrahlen der rotierenden Röntgenröhre auf. Bei einer Umdrehung in 0,4 Sekunden werden 128 Schichtbilder mit einer Auflösung von 0,5 Millimeter aufgenommen. Auf diese Weise kann in wenigen Sekunden der gesamte Körper untersucht werden.

Aus diesen Daten können wir anschließend an unseren hochmodernen Rekonstruktionscomputern präzise Bilder und farbige dreidimensionale Ansichten erstellen. So lässt sich auf den Millimeter genau ausmessen und berechnen, wie groß eine Prothese (zum Beispiel ein Stent oder eine künstliche Aortenklappe) sein muss, wenn ein entsprechender kathetergestützter Eingriff, zum Beispiel bei einem Aneurysma, geplant ist.

„Der Heideduft steigt in die blaue Sommerluft“

Theodor Storm (1817-1888)

4 DIE BUNTEN SEITEN

53 Das HGZ – Geschichte und Selbstverständnis
54 Bad Bevensen
56 Bad Bevensen & Lüneburger Heide
57 Hätten Sie das gewusst?

Das HGZ – Spitzenmedizin mit Herz

Geschichte und Selbstverständnis

1971: Das Grundstück der HKK wird von Kapitän Lindemann und seiner Frau erworben

1977: Das erste Team ist komplett. Heute sind im HGZ mehr als 900 Mitarbeiter tätig

Sohn und Töchter des Klinikgründers Friedrich W. Gosselk: Heide Raschke, Antje Melzheimer, Karin Bischof, Detlef Gosselk (v.l.n.r.)

Das HGZ ist ein besonderes Haus – aufgrund seiner Spitzenmedizin, seiner Geschichte, seiner Unternehmenskultur und seines Selbstverständnisses.

Gegründet wurde die Herz-Kreislauf-Klinik Bevensen (HKK) 1976 als reine Reha-Klinik von Friedrich Wilhelm Gosselk. Anstoß war für ihn seine erfolgreiche Reha nach einem Herzinfarkt mit zu damaliger Zeit innovativen Methoden. Auch sein Sohn Detlef und die drei Töchter Karin Bischof, Antje Melzheimer und Heide Raschke traten in das Unternehmen ein.

Die Familie und ihre Mitarbeiter bauten die HKK in den folgenden Jahrzehnten beständig aus. 1978 entstand die gefäßmedizinische Rehabilitations-Abteilung (Angiologie), 1988 erfolgte die Erweiterung um das 130-Akut-Bettenhaus mit den Fachdisziplinen Kardiologie und Angiologie. 1993 wurden die Herz-Thorax- und die Gefäßchirurgie eröffnet.

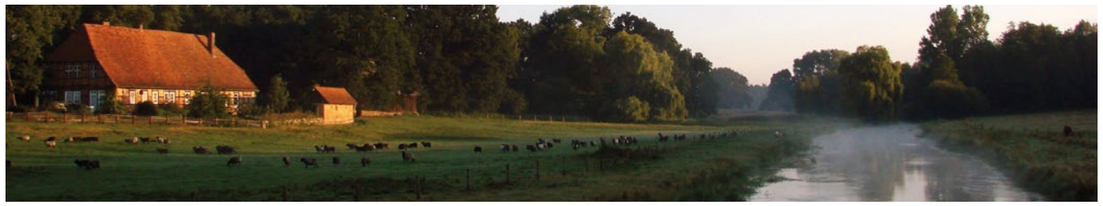
Die Umfirmierung zur Aktiengesellschaft in Familienbesitz, als Herz-Kreislauf-Klinik Bevensen AG, erfolgte 1995, 2004 wurde die HKK in Herz- und Gefäßzentrum Bad Bevensen (HGZ) umbenannt. 2011 zogen sich die Geschwister Gosselk aus dem aktiven Krankenhausbetrieb zurück. Die DIANA Kliniken AG übernahm 2013 die Aktienmehrheit der Herz-Kreislauf-Klinik Bevensen AG.

Die DianaKlinik in Bad Bevensen ist eines der größten medizinischen Rehabilitationszentren Norddeutschlands. Ihre Fachbereiche: Neurologie, Psychosomatik, Orthopädie sowie Akut- und Reha-Geriatrie. Der Zusammenschluss stärkt beide Häuser und bildet einen Gegenentwurf zu den stetig wachsenden Klinikketten.

Heute stehen im HGZ für die Versorgung von erwachsenen Patienten – Akut und Reha – insgesamt 364 Betten zur Verfügung. Das Krankenhaus bietet modernste Techniken, welche durch Qualitätsprüfungen fortlaufend überwacht werden. Jedes Jahr führen die Kompetenzteams über 1.200 Operationen am offenen Herzen durch. Insgesamt verzeichnet die Klinik für Herz-Thorax-Chirurgie mehr als 2.000 Operationen jährlich. Rund 3.500 Narkosen erfolgen pro Jahr. In der Klinik für Kardiologie werden jährlich 4.300 Patienten stationär und 4.000 ambulant behandelt. Als medizinisches Leistungszentrum steht das HGZ in ständigem Austausch mit internationalen Spezialisten auf dem Gebiet der Herz- und Gefäßmedizin.

Neben der medizinischen Qualität und Fachkompetenz bilden die Werte des Firmengründers Friedrich Wilhelm Gosselk weiterhin das Leitbild: Die Patienten werden als Individuen und in einem menschlich zugewandten Umfeld betreut.

Bad Bevensen



Unsere Kliniken befinden sich am östlichen Rand von Bad Bevensen; mitten im Wald und trotzdem nah am Stadtkern. Der niedersächsische Kurort ist mit seinen rund 9.000 Einwohnern gemütlich klein, der angrenzende Naturpark Lüneburger Heide dafür umso größer. Im Dreieck mit Hannover und Hamburg liegt Bad Bevensen verkehrsgünstig und dennoch ruhig. Der Metronom-Zug fährt im Stundentakt. Die Stadt ist optimal auf Patienten und Besucher eingestellt: durch ihre spezialisierten Kliniken, die niedergelassenen Ärzte, spirituelle, meditative und kulturelle Angebote, das Thermal-Jod-Sole-Heilbad, den Kurpark und die hervorragenden Bedingungen für Spaziergänger, Radfahrer, Reiter und Paddler.

Der Kurpark – Oase der Ruhe

Er liegt im Zentrum der Stadt und umfasst etwa zwölf Hektar. Damit ist der Kurpark größer als 16 Fußballfelder. Rechts und links der Ilmenau – eines Nebenflusses der Elbe – liegen gepflegte Wiesen mit teils mächtigen Bäumen, umgeben von Blumenbeeten. Außerdem gehören zum Park:

- der **Garten der Sinne**: Hier stehen fünf Installationen, die dazu einladen, bewusst zu fühlen, zu hören und zu sehen – zum Beispiel das begehbare Spiegelkaleidoskop. Wer hineingeht, sieht seinen Körper aus unterschiedlichen Perspektiven und kann so ein neues Bild von sich gewinnen.
- die **Sonnenuhr**: Sie ist eine der größten Europas, seit 1998 ragt ihr Edelstahlmast fast 16 Meter in den Himmel. Außer dem Stand der Sonne verrät der Mast Wissenswertes über Kalender, Jahreszeiten, Geografie und Astronomie. Ein rundes Zifferblatt zeigt verschiedene Uhrzeiten.
- der **Neptunbrunnen:** Er sprudelt am Übergang zur Altstadt. Die 2,40 Meter hohe Figur aus Bronze stellt die Wassergottheit mit Dreizack dar.
- die **Pergola:** Der Laubengang aus Holz wurde 2011 gebaut und spendet an heißen Tagen Abkühlung; der mit Glasplatten gedeckte Teil sammelt die Sonnenwärme an kühleren Tagen. Einige Bänke und Liegen lassen sich direkt nach dem Stand der Sonne ausrichten. Die großzügige Anlage ist überall barrierefrei gestaltet.

Mehr Infos unter www.bad-bevensen-tourismus.de

Bad Bevensen

Die Jod-Sole-Therme

Jod-Sole-Therme

Dahlenburger Str. 1
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 5779
www.jod-sole-therme.de

Öffnungszeiten

Jod-Sole-Therme:
Montag bis Samstag
9 bis 22 Uhr
Sonn- und Feiertage
9 bis 20 Uhr

Sauna-Landschaft:
Montag bis Samstag
9.30 bis 22 Uhr
Sonn- und Feiertage
9.30 bis 20 Uhr

Beim Baden im bis zu 35 Grad warmen Heilwasser können Sie sich entspannen, Stress abbauen und in wenigen Stunden viel für Ihre Gesundheit tun. Denn die Mineralien des Thermalwassers kurbeln den Stoffwechsel an. Die wässrige Salzlösung (Sole) beider Quellen wird aus Tiefen bis zu 700 Meter unter dem Meeresspiegel gefördert.

Um die staatliche Anerkennung als Heilquelle zu bekommen, muss ein Liter Wasser mindestens ein Gramm gelöste Mineralstoffe oder Spurenelemente enthalten.

Der Salzgehalt der Therme in Bad Bevensen beträgt über zehn Prozent, der von Jod zwischen drei und sieben.

Die moderne Badelandschaft umfasst insgesamt mehr als 1.200 m^2. Alle Becken sind mit Düsen ausgestattet, die durch unterschiedliche Sprudel den Körper massieren. An die Therme schließt sich die Saunalandschaft an. Überaus beliebt sind hier die Blockhaus-Saunen und die Kräutersauna im Freien mit einem kleinen Park mit Wasserlauf, Brücke, Liegebereich und Tauchbecken.

Die Tourist-Information im Kurzentrum ist für Sie da

Hier können Sie sich zum Beispiel informieren, wo Sie direkt um die Ecke Fahrräder und E-Bikes ausleihen können.

Dahlenburger Str. 1
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 976830
Telefax: 05821 9768325

April bis Oktober:
Montag bis Freitag: 09:00 bis 17:30 Uhr
samstags, sonntags und feiertags:
09:30 bis 17:00 Uhr

November bis März:
Montag bis Freitag: 09:00 bis 16:30 Uhr
samstags, sonntags und feiertags:
09:30 bis 14:00 Uhr

Am 25. Dezember bleibt die Tourist-Information geschlossen.

Bad Bevensen & Lüneburger Heide

Die Geschichte Bad Bevensens

59 Grabhügel aus der Bronzezeit (1500 bis 600 vor Christus) weisen darauf hin, dass die Gegend schon früh besiedelt war. Auf der Uferterrasse des Flusses Ilmenau wurden eisenzeitliche Hausgrundrisse von Klein Bünstorf entdeckt und ausgegraben.

- Für das Jahr 830 nach Christus ist die Existenz einer Holzkirche überliefert, die zum Erzdiakonat in Verden (Aller) gehörte.
- 1162 wird ein ‚Werendagus de Bevenhusen', möglicherweise ein Beamter, in einer Urkunde Heinrich des Löwen als Zeuge erwähnt.
- 1762 brannte die Gemeinde Jastorf bei Bevensen. Der größte Teil des Ortes, nämlich 37 Gebäude, wurde innerhalb von zwei Stunden zu Asche.
- Seit 1929 besitzt Bevensen die Stadtrechte und ist anerkannter Luftkurort.
- 1964 wurde die Quelle des Heilbades bei Bohrungen nach Erdöl entdeckt und an die Stadt verkauft.
- Seit dem 12. Mai 1976 darf Bad Bevensen nach der staatlichen Anerkennung als Mineralheilbad das „Bad" im Namen tragen.

Der Ortsname Bevensen geht auf die Nachnamen Beuenhusen (1162), Hevenhusen (1219) und Bevenhusen zurück.

Kultur: die Kleinodien privater Sammler

Es sind die Kostbarkeiten des Alltags, die den Reiz der hiesigen Museen ausmachen. Eine der größten Privatsammlungen in Deutschland zeigt Familie Schliekau in zehn Räumen ihres Hauses: Hausrat, Musikinstrumente, Porzellan und Waffen aus der Region und der ganzen Welt. In Niendorf lassen sich 30 alte Traktoren bestaunen.

Museum Schliekau
Kurze Straße 4
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 1384
www.historisches-bevensen.de

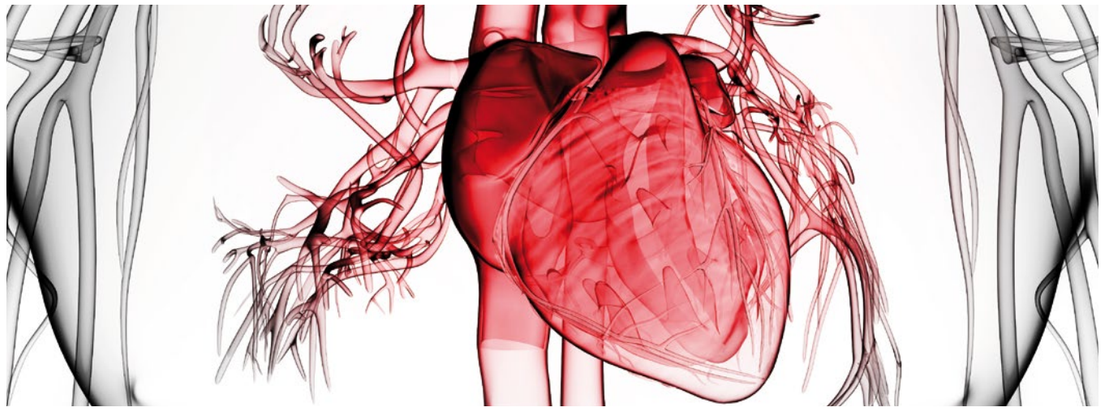
Heimat- und Treckermuseum
Hof Scharnhop
Niendorf 1, Haus Nr. 2
29591 Römstedt
Telefon: 05807 248

Naturpark in Violett

Der „Naturschutzpark Lüneburger Heide" wurde 1922 gegründet und ist berühmt für sein violettes Heidekraut, das im August und September blüht. Schon davor zog die Geestlandschaft in Niedersachsen Ausflügler und Künstler an - wie den Dichter Hermann Löns (1866-1914) und den Schriftsteller Theodor Storm (1817-1888). Heute bildet der Park mit rund 230 km² die größte zusammenhängende Heidefläche Westeuropas. Der Wilseder Berg (169 Meter) ist der höchste Ort der norddeutschen Tiefebene und ein geschätztes Ausgflugsziel. Unterwegs können Sie Herden von Heidschnucken treffen, die von Schäfern betreut werden, aber frei herumlaufen.

www.naturpark-lueneburger-heide.de

Hätten Sie das gewusst?



Das Herz – ein Wunderwerk der Natur

Organe sind so vielfältig aufgebaut wie die Tierwelt selbst. Das menschliche Herz gleicht übrigens dem des Schweins.

Im Herzen sind sich Mensch und Borstentier überraschend ähnlich. Das Herz des Schweins wiegt bis zu 400 Gramm, das des Menschen maximal 500 Gramm. Auch sind die Organe gleich aufgebaut: Scheidewände trennen sie in eine rechte und eine linke Hälfte und diese wiederum sind jeweils in Vorhof und Kammer geteilt. Die vier Herzklappen wirken als Rückschlagventile, die den Blutfluss in nur eine Richtung zulassen.

Das menschliche Herz ist ein Hochleistungsmotor: In siebzig Lebensjahren öffnen und schließen sich die Klappen rund zwei Milliarden Mal. Auch die Herzen anderer Lebewesen sind kleine Wunderwerke, funktionieren oft aber ganz anders.

Die Weltmacht, zumindest zahlenmäßig, machen auf unserer Erde die Gliederfüßer mit rund 80 Prozent aller Tierarten aus: Insekten, Tausendfüßler, Krebs- und Spinnentiere. Ihre Herzen liegen röhrenförmig entlang des Rückens und funktionieren ohne Rückschlagventile, wie ein Fluss. Das Blut oder die Hämolymphe (der Blutersatz einiger Tierarten) wird mittels durch die Herzwände verlaufender Kontraktionswellen bewegt. Das Blut tritt meistens über seitliche Öffnungen – die sogenannten Ostien – ins Herz ein. Die Fangschreckenkrebse besitzen davon 13 Paare.

Bei den auf dem Meeresboden lebenden Manteltieren Ciona ändert sich die Richtung der Kontraktionswellen rhythmisch, sodass die Flussrichtung des Blutes wechselt. Einige Lebewesen verfügen sogar über mehrere Herzen. Kopffüßer, beispielsweise Tintenfische, haben ein weitgehend geschlossenes Gefäßsystem. Zu dem Hauptherzen kommen noch zwei Kiemenherzen, die das Blut durch die Kapillaren der Kiemen pumpen. Ihre Funktion ist der rechten Herzhälfte der Säuger ähnlich, die den Lungenkreislauf antreibt. Bei vielen Insekten pressen zusätzliche Herzen – bis zu einige Dutzend – in Flügeln, Beinen und Antennen die Hämolymphe durch die schmalen Körperanhänge.

Auch in Gewicht und Größe sind Herzen unterschiedlich. Besonders effektiv ist der Sauerstoffhaushalt von Pottwalen. Er ermöglicht ihnen, bis zu 90 Minuten lang und bis zu 3.000 Meter tief zu tauchen. Bei jedem einzelnen Atemzug kann ein Wal bis zu 90 Prozent des gesamten Luftvolumens der Lunge austauschen (bei einem Landsäuger liegt dieser Wert bei etwa 15 Prozent).

Der Blauwal ist das größte und schwerste Tier der Welt, sein Herz wiegt fast so viel wie ein VW Käfer (knapp eine Tonne). Es schlägt zwei bis sechs Mal pro Minute. Ganz anders das Herz des Kolibris: Es wiegt nur 90 Milligramm, die kleine Beatbox schlägt im Flug aber bis zu 1.200 Mal pro Minute. Beim Menschen dagegen sind es zwischen 60 und 90 Mal pro Minute, beim Schwein bis zu 80 Mal. Markante Unterschiede zu unseren rosa Mitbewohnern müssen also jenseits des Herzens gesucht werden …

5 GESUNDHEIT PLUS

59 IRENA, DEFI-Treff
60 Motivation – ein Interview
62 Tipps für ein gesundes Leben
63 Informationen/Impressum

Mögliche Behandlungen nach der Reha

Finanziert von den Rentenversicherungen:

Intensivierte Rehabilitationsnachsorge

IRENA steht für Intensivierte Rehabilitationsnachsorge und meint ein ambulantes Behandlungsprogramm der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV). Patienten können es bei der DRV beantragen und zwölf Monate nach der klassischen Reha in Anspruch nehmen. Während der Nachsorge können Sie 24 Trainings- und Schulungstermine wahrnehmen. Diese haben das Ziel, den Gewinn an Wissen und Fitness weiter auszubauen, um im Alltag langfristig besser Fuß zu fassen. Sie können IRENA nutzen, wenn es in der Nähe Ihres Wohnortes eine von der DRV zugelassene stationäre oder ambulante Rehabilitationseinrichtung gibt. An unserer Klinik können wir Ihnen das Programm anbieten, wenn Sie in einem Umkreis von 45 Kilometern wohnen.

Weitere Informationen: www.drv-bund.de (Deutsche Rentenversicherung Bund)

DEFI-Treff – Selbsthilfegruppe für Menschen mit einem eingesetzten Defibrillator

Einige empfinden ihn als Bedrohung, für andere ist er ein stets wachender Schutzengel: der implantierte Defibrillator. Bei akuten lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörungen gibt er unvermittelt einen elektrischen Impuls ab und kann so Herzrhythmusstörungen beenden. Dieser Schock kann schmerzhaft sein, weswegen viele Patienten sich davor fürchten. Um diese und andere Ängste durch Aufklärung und Austausch zu mindern, wurde im HGZ der DEFI-Treff gegründet.

„Viele Menschen fühlen sich nach der Implantation dem Defibrillator ausgeliefert und sind verunsichert", erläutert Dr. Christian Baumbach, Chefarzt der Klinik für kardiologische Rehabilitation. „Einige reduzieren ihre Außenkontakte und vermeiden körperliche Anstrengungen. Dabei steigt die Wahrscheinlichkeit von Herzrhythmusstörungen keinesfalls durch Bewegung oder Sport an." Häufig treten auch Unsicherheiten vor der Benutzung von Haushaltsgeräten auf, die allerdings in der Regel unbegründet sind.

Die Klinikseelsorge, das Team der Klinischen Psychologie sowie Ärzte helfen Betroffenen und Angehörigen dabei, diffuse Ängste und Unsicherheiten einzudämmen. Darüber hinaus lernen viele gerade durch die Unterstützung anderer Betroffener und deren Perspektiven, ihr Leben mit dem „Defi" zu akzeptieren und zu gestalten.

Der DEFI-Treff findet jeweils am ersten Mittwoch der Monate März, Juni, September und Dezember im HGZ statt.

Weitere Informationen erhalten Sie vom Team der Klinischen Psychologie unter Telefon 05821 82-1380 (AB) oder per Mail an psychologie@hgz-bb.de

Motivation

Bewegung – ein gesundes Stück Alltag

Interview mit Lars Wiraeus

Als reine Reha-Klinik wurde das heutige Herz- und Gefäßzentrum (HGZ) Bad Bevensen 1976 eröffnet. Dabei übernahm sie damals eine Vorreiterrolle: Die Bewegungstherapie für die kardiologische und angiologische Reha war in Deutschland noch weitgehend unbekannt. Ein Spezialist aus Schweden, Lars Wiraeus, schuf in Bad Bevensen die Grundlagen dieses Konzepts. Seitdem entwickelten sich Team und Spektrum der Bewegungstherapie im HGZ stetig weiter – sehr zur Freude von Wiraeus, der im ImPuls-Interview über die Entstehung des Konzepts, dessen Ziele und seine ganz persönlichen Bewegungstipps spricht.

ImPULS: Herr Wiraeus, Sie werden als Pionier des Herzsports bezeichnet. Wie ist es dazu gekommen?

Lars Wiraeus: Während meiner Ausbildung in Hamburg wurde uns beigebracht, dass ein Patient nach einem Herzinfarkt sechs Wochen lang Bettruhe halten sollte. Als ich 1970 nach Schweden zurückkehrte, lernte ich dort das „Göteborger Modell" kennen. Dieses sieht eine Frühmobilisierung der Patienten schon nach drei Wochen vor, anschließend wird ambulant weiter trainiert. Als ich 1973 wieder nach Deutschland ging, habe ich dieses Modell in einer Reha-Klinik in Wintermoor eingeführt. Dort wurde es Teil des Anschlussheilverfahrens.

ImPULS: Im HGZ ist Ihr Name eng mit der aktiven Bewegungstherapie verknüpft. Warum ist das so?

Lars Wiraeus: Als die Klinik in Wintermoor geschlossen wurde, bin ich 1976 zusammen mit dem dortigen Chefarzt und einem Teil seines Teams nach Bad Bevensen gekommen. Hier wurde gerade die Reha-Klinik eröffnet. Und auch hier haben wir das „Göteborger Modell" etabliert, nach dem im HGZ bis heute gearbeitet wird. Es war eine spannende Zeit damals. Anfangs hatten wir kaum Patienten, in Deutschland gab es gerade mal 50 Herzsportgruppen. Heute sind es etwa 6000. Damals haben wir im HGZ auch Lehrkräfte für Krankengymnastikschulen ausgebildet und Übungsleiter für Herzgruppen weitergebildet.

ImPULS: Was ist denn eigentlich das Besondere am „Göteborger Modell"?

Lars Wiraeus: Ein Kernstück ist die Anstrengungsskala nach Borg – entwickelt vom schwedischen Physiologen Gunnar Borg. Anhand der Skala können die Herzpatienten ihr subjektives Belastungsempfinden einschätzen. Das ist bei Therapeuten und Patienten sehr gut angekommen. Denn es geht nicht nur ums Trainieren, um messbare Erfolge, sondern um die eigene Körperwahrnehmung.

ImPULS: Heißt das, die Menschen sollten viel öfter auf ihren Körper und seine Signale hören?

Lars Wiraeus: Auf jeden Fall! Und Bewegung spielt dabei eine bedeutende Rolle. Früher hatte das Thema Bewegung keinen so großen Stellenwert; manche haben es sogar eher als Strafe empfunden. Natürlich gehört auch die manuelle Therapie zur Rehabilitation dazu. Aber die eigene Bewegung ist sehr wichtig – und einfach eine schöne Sache.

ImPULS: Erklären Sie uns das doch ein bisschen genauer…

Lars Wiraeus: Bewegung trainiert nicht nur den Körper, sondern auch den Geist. Eine halbe Stunde Spazierengehen zum Beispiel bringt mehr für das Gehirn als Kreuzworträtsel lösen. Das sogenannte Arbeitsgedächtnis verbessert sich dadurch nachweislich. Jeder sollte mehr Bewegung in seinen Alltag bringen – schließlich verbringt jeder von uns im Durchschnitt neun Stunden am Tag im Sitzen. Und dabei geht es nicht darum, irgendwelche Höchstleistungen zu vollbringen.

Lars Wiraeus (vorn) hat am HGZ Bad Bevensen den Grundstein für die aktive Bewegungstherapie gelegt. Noch heute wird das Konzept weiterverfolgt und -entwickelt.

ImPULS: Was meinen Sie damit?

Lars Wiraeus: Ich muss nicht unbedingt drei Mal die Woche Sport machen und trainieren. Es genügt schon, wenn man sich eine halbe Stunde pro Tag bewegt – Spazierengehen, Gartenarbeit, Treppensteigen und ähnliche Aktivitäten bringen viel. Das muss man den Menschen immer wieder bewusstmachen, das muss in die Köpfe rein. Auch die eher ungeliebte Hausarbeit ist aktive Bewegung. Aber heutzutage haben wir ja schon selbstfahrende Staubsauger…

ImPULS: Sie sind heute 75 Jahre alt. Welche Bedeutung hat Bewegung für Sie persönlich?

Lars Wiraeus: Ich laufe seit 60 Jahren. Sehr langsam, jeden Tag eine halbe Stunde. Dieses Slow Jogging oder auch „Schüttellaufen" ist gut für die Ausdauer. Und man kann dabei nur einen Fehler machen: zu schnell laufen. Auch das muss man den Menschen immer wieder klarmachen: Es geht um die Dosierung und die Dauerhaftigkeit. Am Anfang ist wenig viel, und es geht darum, die Bewegung dauerhaft in seinen Alltag einzubauen, körpereigene Kräfte zu mobilisieren und dabei auf seinen Körper zu hören.

ImPULS: Dazu braucht es natürlich auch Motivation…

Lars Wiraeus: Genau. Und deshalb wird den Patienten auch nicht das gezeigt, was sie nicht können. Wir zeigen ihnen vor allem auf, was sie alles können. Und ganz wichtig ist es, zu vermitteln: Bewegung ist etwas anderes als Leibesübungen oder Schulsport. Sie ist Bestandteil des alltäglichen Lebens. Und es ist toll, zu sehen, wie der heutige Leiter der Therapie am HGZ, Alexander Bär, und sein Team dieses Konzept leben und weiterentwickeln.

ImPULS: Welches Element der aktiven Bewegungstherapie ist für Sie persönlich das wichtigste und damit unverzichtbar?

Lars Wiraeus: Die Atemübungen.

ImPULS: Warum?

Lars Wiraeus: Das Atmen ist die Grundlage von allem. Und mit Atemübungen, wie sie auch im Yoga angewendet werden, lässt sich die Gesundheit positiv beeinflussen. So wird mit gezielten Atemübungen zum Beispiel das Stresshormon Cortisol im Körper reduziert, was wiederum den Blutdruck positiv beeinflusst.

ImPULS: Also sollten wir uns alle nicht nur regelmäßig bewegen, sondern auch einfach öfter mal ganz tief durchatmen?

Lars Wiraeus: So ist es. Es gibt Untersuchungen, nach denen Kinder 20 bis 40 Mal in der Stunde seufzen, also ganz tief Luft holen. Oft ganz unbewusst. Erwachsene machen nur etwa zehn Seufzer pro Stunde. Mit Training kann man Muskeln aufbauen und mit Dehnungsübungen die Beweglichkeit verbessern. Aber mit Atemübungen spürt man, dass sich die Gesamtsituation verbessert.

Gesundheit

Zehn Tipps für ein gesundes Leben

Was macht Ihnen Freude? Im Bett frühstücken bis mittags? „Tatort“ gucken? Schwarzwälder Kirschtorte? Gesünder leben heißt nicht, auf alles, was Spaß macht, verzichten zu müssen. Denn das Belohnungssystem im Gehirn (mesolimbisches System) ist eine der stärksten Kräfte des Körpers. Das Bedürfnis nach guten Gefühlen zu ignorieren, ist daher auf Dauer unmöglich. Es gilt, eine Balance zu finden zwischen Pflicht und Kür. So kommt man nicht darum herum, sich mehr zu bewegen – aber wie, entscheiden Sie. Ob Tanzen, Turnen oder Tai Chi – dran bleiben Sie vor allem, wenn Sie es gern tun. Wer also aufhören will zu rauchen, braucht Selbstbeherrschung – aber auch einen motivierenden Ersatz. Unsere Tipps zeigen, dass Gesundheit und Genuss kein Widerspruch sein müssen:

1. **Anspruch** Täglich joggen, nie wieder Alkohol, zwei Kilogramm pro Woche abnehmen – wer gleichzeitig zu viel will, scheitert eher. Schmieden Sie realistische, längerfristige Pläne.

2. **Berührung** Filme wie „Wolke 9“ und „Wenn Liebe so einfach wäre“ zeigen, dass Zärtlichkeit und Sexualität nicht nur der Jugend wichtig sind.

3. **Besser essen** Leckere, kalorienreduzierte Alternativen gibt es reichlich. Zum Beispiel Quark statt Mascarpone (Tiramisu), Tatar statt gemischtem Hack (Bolognesesauce).

4. **Merkfähigkeit** Gehirnjogging hilft, das Gedächtnis fit zu halten – und kann vor Krankheiten schützen. Sinnvoll ist, was den Geist konstruktiv anregt. Endlich Tolstois „Anna Karenina“ lesen, Rätsel lösen, Skat spielen …

5. **Miteinander** Sie plaudern gern? Enge Beziehungen können die Gesundheit stärken. Wer einsam ist, fühlt sich schlechter, wird eher krank und hat eine geringere Lebenserwartung. Stärken Sie den Kontakt zu Menschen, mit denen Sie sich wohlfühlen.

6. **Schlaf** Früher hielt man ein Nickerchen, heute gibt’s nur noch Power-Napping. Dabei ist Schlaf ein Allheilmittel, er kräftigt Seele, Herz und Zellen. Nehmen Sie Ihren Schlaf wichtig!

7. **Schmerzen** Auch Indianer kennen Schmerz! Gegen den können außer Tabletten aber auch Atemübungen, Schlaf, Techniken zur Entspannung und Sport wirken.

8. **Stress** Wie, Sie arbeiten 60 Stunden pro Woche und fühlen sich nicht gestresst? Finden Sie heraus, was Sie persönlich unter Druck setzt – und erlauben Sie sich, davon Abstand zu nehmen.

9. **Vielseitig essen** Sie müssen nicht jeden Abend 125 Gramm gedünsteten Brokkoli zu sich nehmen. Essen Sie bunt! Wer nur noch isst, was ihm nicht schmeckt, hält keine Diät durch.

10. **Glück** Haben Sie Spaß! Wer glücklich ist, lebt länger – räumen Sie Ihrer Zufriedenheit Priorität ein. Sie träumen von einer Kreuzfahrt? Dann buchen Sie jetzt!

IMPRESSUM

ImPULS – mein Patientenmagazin

Herausgeber:
Herz- und Gefäßzentrum
Bad Bevensen
Römstedter Straße 25
29549 Bad Bevensen
www.hgz-bb.de

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:
Dirk Ludemann

Texte und Konzeption: Birga Berndsen / Ines Bräutigam

Fotos: BAD BEVENSEN MARKETING GMBH, BAROQUINE Katrin Arfmann, Birga Berndsen, Ines Bräutigam, Christina Clasen, Fotolia, Fatma Jandali, iStockphoto, Lüneburger Heide GmbH, Studio Lüdeking, Malin Mauritsen, Shutterstock, Unsplash

Grafische Konzeption: Fatma Jandali
Illustrationen: Fatma Jandali, Katrin Schumann

Dargestellte Patienten haben sich mit der Veröffentlichung ihres Namens und von Bildern einverstanden erklärt.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir überwiegend die männliche Form. Im Sinne der Gleichbehandlung gelten die entsprechenden Begriffe jedoch grundsätzlich für alle Geschlechter. Die gewählten Formulierungen haben nur redaktionelle Gründe und beinhalten keinerlei Wertung.

Alles Gute
für Ihre Gesundheit!