



Nr. 2 • April / Mai 2014 • 3. Jahrgang

forum bochum

GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT FÜR UNSERE STADT

Kostenlos!
Zum Mitnehmen



Greenlight-Laser

Mindert Prostata-Beschwerden

Babybauch-Shooting

150 Jahre Augusta: große Feier

Heuschnupfen-Saison

15 Tipps für Sommer-Spaß



Frank-Dagobert Müller und Team am neuen, größeren Firmengelände am Wallbaumweg in Langendreer.

Bekannte Firma, bekannter Name, bewährte Qualität

Diesem Mann ist sein Beruf quasi in die Wiege gelegt worden. Urgroßvater, Großvater, Vater ... – Frank-Dagobert Müller lebt und liebt das Dachdeckerhandwerk in vierter Generation und war als ältester Sohn über 30 Jahre im väterlichen Betrieb in Langendreer tätig.

Tradition startet neu durch

Jetzt, da sich die Altfirma nur noch verwaltungstechnischen Aufgaben widmet, führt der Dachdeckermeister die Familientradition im eigenen Unternehmen erfolgreich fort. Dabei kann Frank-Dagobert Müller nicht nur auf die eigenen Stärken, sondern auch auf die Erfahrung des „alten“ Personalstamms bauen, das gemeinsam mit ihm im neuen Betrieb noch einmal begeistert durchstartet: geballte Kompetenz rund um das Thema Bedachung – vom

Kleinstauftrag bis zum Großprojekt.

Flach-, Spitz- oder Walm-dach, Solaranlagen und Photovoltaik, Dämmung und Energiesparmaßnahmen, aber auch Fassaden, Dachbegrünung sowie Klempnerarbeiten.

Spezialist für Naturschiefer

„Wir führen alle Arbeiten oberhalb der letzten Geschossdecke durch“, erzählt der geprüfte Sachverständige für das Bauhandwerk. Dabei liegt ihm neben der fachlichen Kompetenz vor allem eines am Herzen: „Wir halten ein, was dem Kunden versprochen wurde!“

Ein besonderes Spezialgebiet ist die Ausführung von Arbeiten mit Naturschiefer: „Aus der Erde geschlagen bis aufs Dach! Schiefer ist eine dekorative und langlebige Art der Dach- und Wandeindeckung mit jahrhundertelanger Tradi-

tion“, erläutert der Fachdozent für Schieferarbeiten an der Handwerkskammer Dortmund. „Manche Unternehmen bieten das gar nicht mehr an!“

Schwerpunkt Schimmelbekämpfung

Eine weitere Kernkompetenz bildet die Bekämpfung von Schimmel. „Ein brisantes Thema, für Mieter und Vermieter gleichermaßen“, weiß Frank-Dagobert Müller.

„Allzu schnell heißt es da ‚falsch gelüftet‘ oder ‚unsachgemäß gedämmt‘. Wir gehen den Ursachen für Schimmelbildung präzise auf den Grund, beispielsweise mit Langzeitmessgeräten, die den Temperaturverlauf in der Wohnung minutiös aufzeichnen und Aufschluss über Verursachung und Behebung geben. Schließlich möchten wir, dass Sie sich unter Ihrem Dach geborgen, zu Hause und wohl fühlen.“



*Für Ihr Dach...
egal ob steil oder flach*

Frank-Dagobert Müller Dach-Wand-Abdichtungs GmbH & Co KG
Tel. 02 34 / 9 27 88 44-8 +++ Mobil 0 15 78/ 27 27 707
www.dagobert-mueller.de

Editorial

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit als einen „Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens“. Da liegt es auf der Hand, dass sich nicht nur Ärzte und Krankenschwestern um unsere Gesundheit kümmern.

Die aktive Förderung der Gesundheit mit Sport, Wellness und Ernährung wird immer wichtiger. Alles zusammen steigert das Wohlbefinden. Dazu kommt, dass die Menschen in unserem Land immer älter werden und immer länger gesund leben – dank modernster Medizin, guter Medikamente sowie einer ausgewogenen und gesunden Lebensweise. Die Gesundheitswirtschaft ist die Branche der Zukunft, denn vor allem in Deutschland wächst der Wunsch nach einem gesunden und aktiven Leben. Der Weg dorthin soll auch Spaß machen: Wellness-Reisen, medizinische Kosmetik oder gesundheitsfördernde Lebensmittel stehen hoch im Kurs. Die Arbeit an der eigenen Gesundheit wird zu einem „Event“.

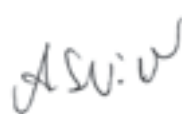
Kein Wunder also, dass die Gesundheitsmesse in der Stadtpark-Gastronomie bei ihrer dritten Auflage erneut mit einem gewachsenen Informationsangebot aufwartete und überzeugte. Das Medizinische Qualitätsnetz Bochum und seine Gesundheitspartner präsentierten unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz einmal mehr die Vielfalt und Leistungsfähigkeit

des Gesundheitsstandortes Bochum und warben gleichzeitig für die gesundheitliche Vorbeugung und Stärkung des Gesundheitsbewusstseins.

Auch diese Gesundheitsmesse war wieder eine reine Informationsbörse ohne Verkaufsangebote. Über 60 Aussteller – so viele wie noch nie – gaben einen Querschnitt durch den Gesundheitsbereich, mit dem sich Bochum immer mehr in den Fokus rückt. Mediziner, Krankenhäuser, Gesundheits-Dienstleister, Selbsthilfe-Gruppen, Pharma-Industrie, Krankenfahrdienste, Hilfs- und Rettungsdienste, Augenoptiker, Feuerwehr Bochum, Hörgeräteakustiker, Krankenversicherungen, Pflegedienste, Sanitätshäuser, Ergotherapeuten, Physiotherapeuten, Anbieter therapeutischer Instrumente, Implantologen und sogar Juristen waren vor Ort. Dazu gesellten sich weitere Experten, darunter auch Chefärzte aus Bochumer Krankenhäusern, die rund 30 Fachvorträge zu den verschiedensten Gesundheitsthemen von A wie Atemwegserkrankungen bis Z wie zulassungsüberschreitende/neue Behandlungsmethoden.

Der Besucherstrom belegte, wie groß das Interesse an Informationen aus dem Gesundheitssektor sind. Und auch wir als forum bochum wollen unseren Teil zu besserer Lebensqualität beitragen – mit fundierten Berichten, spannenden Reportagen und wichtigen Informationen, die von innovativer Medizin bis hin zu unterhaltsamen Buchtipps reichen.

Auch bei unserer zweiten Ausgabe in 2014 wünschen wir viel Spaß beim Blättern und Lesen! Ihr forum-bochum-Team



Andrea Schröder



Eberhard Franken



Nils Rimkus

Aus dem Inhalt



Innovative Medizin

- Tiefe Hirnstimulation hilft bei Parkinson 4
- Greenlight-Laser mindert Beschwerden bei Prostatavergrößerung 5
- Onkologie: 2. Patienten-Infotag im Museum war ein voller Erfolg 5

Gesundheitsstadt Bochum

- Erste hsg-Absolventen im Arbeitsmarkt angekommen 7
- Katholisches Klinikum Bochum überzeugt Qualitätsprüfer 8
- Palliativnetz: „Thema Pflegebedürftigkeit gern verdrängt“ 12
- Gesundheitsmesse erlebte großen Andrang 13
- Augusta schenkt sich zum 150-jährigen Klinik-Jubiläum einen neuen Kreißaal 17



- Präventionsprojekt von Knappschaft und Dietrich-Grönemeyer-Stiftung 18
- „Pantoffelnähe“ und Gemeinschaft zeichnen das Dorf in der Stadt aus 22

- Heimer Institut für Muskelforschung am Bergmannsheil gegründet 24

Fördern, Unterstützen, Spenden

- „Aktiv gegen Brustkrebs“ lädt zum 4. Solidaritätslauf durch den Stadtpark ein 9
- Überlebensgroße Skulpturen des Künstlers Johannes Brus zieren Goetheplatz 26



Rat, Service, Wissen

- Bei Grippe gilt: Schwer erkranken, um schneller gesund zu werden 10
- Zahngesund durch die Osterzeit 11
- 15 Tipps gegen Heuschnupfen 14
- Wie pflege ich ältere Menschen mit Demenz? 25

Bücher, Spiele, Tipps und Mehr

- Backbuch für Nahrungsmittelallergiker aus der Bochumer Uni-Kinderklinik 27
- Gewinnen Sie mit forum bochum Frank Goosens „Raketemänner“ 27

- Zu guter Letzt: Nicht von dieser Welt 30

- IMPRESSUM 30

Tiefe Hirnstimulation hilft bei Parkinson

Knappschaftskrankenhaus: Methode zur Therapie von Bewegungsstörungen



Greift in die Bewegungsabläufe ein: An Morbus Parkinson leiden in Deutschland rund 300.000 Menschen. Die Tiefe Hirnstimulation verspricht Linderung. fobo-Bild: © knipseline / pixelio.de

Eine Verlangsamung der Bewegungsabläufe, eine erhöhte Muskelsteifheit und unkontrollierbares Zittern: Schätzungen der Deutschen Parkinson Vereinigung zufolge leiden bundesweit rund 300.000 Menschen unter einem Morbus Parkinson, einer Erkrankung des Nervensystems. Eine von davon ist die 50-jährige Dagmar Bürger, die seit 2008 nun als erste Patientin wieder mit der Tiefen Hirnstimulation am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum behandelt wurde. Bereits vier Tage nach der Operation geht es ihr spürbar besser: Sie kann aus dem Bett aufstehen, gehen ohne dass ihre Bewegungen einfrieren und ihre Handschrift ist auch wieder fast wie früher. „Ich habe mir nicht vorstellen können, dass man mit diesem Eingriff solche Erfolge erzielen kann“, sagt sie erleichtert.

Bei der Tiefen Hirnstimulation werden feine Elektroden in einer mehrstündigen Operation in das Gehirn eingesetzt. Diese übertragen in der Folge dauerhaft elektrische Impulse in bestimmte Regionen des Gehirns und bringen die Funktion von erkrankten Hirnstrukturen wieder ins Gleichgewicht. Um die Elektroden implantieren zu können, wird der Kopf während

der OP mit einem Rahmen fixiert, damit er sich nicht bewegt, und dann lokal betäubt. Der Patient ist während des Eingriffs bei Bewusstsein und kann sich mit dem Ärzteteam unterhalten. Das ist wichtig, damit der Patient während der OP präzise untersucht werden kann. Nur so können die Wirkung und mögliche Nebenwirkungen der Stimulation überprüft und ein optimales Behandlungsergebnis erzielt werden.

Schrittmacher unter Schlüsselbein

Nach der Implantation der Elektroden wird unter Vollnarkose ein Schrittmacher unter dem Schlüsselbein eingebracht. Mittels eines unter der Haut und hinter dem Ohr verlaufenden Kabels wird die Verbindung zu der Hirnelektrode geschaffen. In den Tagen nach dem Eingriff erfolgt die Feinjustierung des sogenannten „Hirnschrittmachers“. Fortan gibt er dauerhaft eine individuell eingestellte Menge elektrischer Impulse ab, um die „im falschen Takt“ arbeitenden Hirnareale zu synchronisieren.

Keine dauerhaften Schäden

„Vorteil dieser Vorgehensweise ist, dass dabei keine dauerhaften Schäden an Gehirnstrukturen verursacht werden und

die Wirkung der Stimulation auch im späteren Krankheitsverlauf individuell angepasst werden kann“, erklärt Dr. Yaroslav Parpaley, Funktionsoberarzt in der Neurochirurgischen Klinik am Knappschaftskrankenhaus.

Auch wenn die Tiefe Hirnstimulation keinen Einfluss auf den natürlichen Verlauf der Parkinson-Erkrankung hat, so sind die Symptome in den meisten Fällen dank des Hirnschrittmachers besser beherrschbar und es reicht die Verabreichung eines Bruchteils des vorher eingenommenen Medikamentes aus. In internationalen Studien sind die Verbesserung der Beweglichkeit und die Steigerung der Lebensqualität von Parkinson-Patienten über einen längeren Zeitraum bewiesen.

Verbesserungen bei Parkinson-Patienten nach Eingriff bewiesen

Zur Durchführung dieses Eingriffs konnte im Oktober des letzten Jahres mit Dr. Yaroslav Parpaley ein Experte für Stereotaxie und Neuromodulation gewonnen werden, der seitdem das Verfahren der Tiefen Hirnstimulation in enger Zusammenarbeit mit Priv.-Doz. Dr. Sabine Skodda, Leitende Oberärztin der Neurologischen Klinik, wieder in Bochum als effektive Therapie von Bewegungsstörungen etabliert hat.

Eine solche Art der integrierten Versorgung der Patienten durch spezialisierte Neurochirurgen und Neurologen innerhalb eines Hauses wird im Ruhrgebiet derzeit nicht angeboten. Viele Wege von Abteilung zu Abteilung bleiben dem Betroffenen so erspart. „Wir setzen auf eine nahtlos ineinandergreifende Betreuung und vor allem auf Qualität“, erklärt Dr. Parpaley. Denn die Behandlung ist nicht mit der Operation abgeschlossen, sondern mit umfassender neurologischer und neurochirurgischer Vor- und auch Nachsorge verbunden. Dazu gehören beispielsweise die regelmäßige Stimulationsanpassung und die medikamentöse Optimierung. Um eine patientenorientierte Betreuung gewährleisten zu können, plant das Expertenteam am Knappschaftskrankenhaus künftig zehn bis 20 Patienten jährlich mit der Tiefen Hirnstimulation zu behandeln.

Bianca Braunschweig

► Weitere Informationen: Dr. Yaroslav Parpaley, 0234 / 299-80265.

Greenlight-Laser mindert Beschwerden bei einengender Prostatavergrößerung

Augusta-Urologie: Auch Probleme beim Wasserlassen werden gelöst

Außergewöhnlich präzise und schonend arbeitet der Greenlight-Laser der neuesten Generation, der jetzt in der Urologischen Klinik der Augusta-Kranken-Anstalt eingesetzt wird. „High-Tech zum Wohl unserer Patienten mit Beschwerden beim Wasserlassen“, lobt Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Burkhard Ubrig (kleines Foto) die brandneue Technik im Prostatazentrum Ruhrgebiet. „Wir arbeiten minimal-invasiv durch die Harnröhre, mit nur geringen Blutungen und mit sehr kurzem Krankenhausaufenthalt.“



Über 3 Millionen Männer in Deutschland, sagen die Statistiker, haben eine einengende Prostatavergrößerung, aber nur etwa 800.000 gehen wegen der Beschwerden zum Arzt.

Diese gutartige Veränderung der Prostata ist die häufigste von Urologen gestellte Diagnose bei Männern zwischen 45 und 75 Jahren. Statistisch

gesehen sind allein in Bochum gut 13.000 Männer betroffen.

Allein in Bochum sind 13.000 Männer betroffen

Aber weil dies wieder eines von vielen schambesetzten Themen ist, leiden die Herren oft einfach vor sich hin, statt Hilfe in Anspruch zu nehmen, die es in vielerlei Hinsicht gibt. „Wenn sich die Prostata vergrößert“, erklärt Dr. Ubrig, „kann die Harnröhre eingeengt sein, was nicht nur Beschwerden beim Wasserlassen bewirken kann.“ In der Folge können auch – vom Patienten zunächst unbemerkt – Nierenschädigung, Blasenveränderungen und schwere Entzündungen der Blase und der Hoden auftreten. „Hier sollte der Mann also nicht nachlässig sein.“

Schambesetztes Thema offensiv angehen

Bisher standen zur Behandlung Medikamente oder auch die Entfernung von überschüssigem Prostatagewebe durch die Harnröhre (TURP) zur Verfügung. „Heute können wir darüber hinaus äußerst effektiv mit dem neuen Greenlight-Laser behandeln“, sagt Oberarzt Dr. Dirk Scheer. „Mit einem



leistungsstarken Laserstrahl verdampfen wir das einengende Prostatagewebe.“ Auf diese

Weise werde die Abflussbehinderung beseitigt. Diese Methode sei besonders unblutig. eben

Onkologie: 2. Patienten-Infotag im Museum war ein voller Erfolg

Ein toller Erfolg war der zweite Patienten-Infotag zur ergänzenden Onkologie, der - veranstaltet vom Onkologischen Zentrum Augusta - diesmal im Bochumer Kunstmuseum stattfand.

Vor vollem Haus fächerten verschiedene Chefarzte auf, wie Schulmedizin und Komplementärmedizin sich zum Wohl der Patienten ergänzen. Es ging um ein „Leben mit Krebs“ und darum, was man über die Therapie hinaus noch alles tun kann, um die Zeit mit der Krankheit gesünder und lebenswerter zu machen. Dazu gehören Ernährung, psychologische Betreuung und natürlich auch Sport.

Nach dem Podiums-Teil der Veranstaltung, den WAZ-Gesundheitsredakteurin Petra Koruhn sehr einfühlsam moderierte, gab es auch rege Diskussionen mit den Experten. In den Gesprächsinseln war die Meinung der anwesenden Ärzte höchst gefragt bei Betroffenen und Angehörigen. Besonders gut kamen allerdings die unmittelbaren Erfahrungsberichte von Patienten an, die von ihren ganz persönlichen Erfahrungen mit dem Krebs berichteten. Selbsthilfegruppen waren an diesem Samstag mit ihren Infoständen ebenso zahlreich vertreten wie Firmen, die sich mit ihren Produkten um das Wohl der Betroffenen kümmern.

► Die Prostata – wichtige Drüse im Harntrakt

Die Prostata ist eine Drüse. Sie liegt unterhalb der Blase und ist Teil des Harntraktes. Hauptfunktion der Prostata ist die Produktion der Samenflüssigkeit (Trägerlösung für die Spermien). BPO (benign prostatic obstruction) ist eine Auslassbehinderung der Harnblase durch überschüssiges Wachstum von Prostatagewebe im Alter. Die Prostata erreicht normalerweise nach Abschluss der Pubertät zunächst ihre

Endgröße (Kastanie). Bei Männern mittleren Alters beginnt die Prostata meist noch einmal zu wachsen. Die Gründe hierfür sind nicht völlig bekannt. Im Alter von 80 Jahren leiden 80 % der Männer an einer BPO. Dabei kommt es nicht allein auf die Prostatagröße, sondern auf die Form ihres Wachstums an. Eine Untersuchung beim Urologen klärt, ob man von einer Entfernung des wuchernden Prostatagewebes Vorteile hat.

Den ruhigen Blick aufs Leben finden und Altbewährtes neu entdecken

Bochumer Coaching-Team „NeuZeit“ zeigt individuelle Wege auf



„NeuZeit“ mit (v. re.) Anja Bode, Anja Lunau und Oliver Rowedder-Seibel.

fobo-Bild: NeuZeit

Der übergewichtige Manager, die Putzfrau mit Redeangst, die Hausfrau kurz vor dem Burn-out – ein persönliches Coaching hilft bei Problemen, egal in welcher Berufssparte oder individuellen Situation sie entstehen.

Wir – das Coaching-Team „NeuZeit“ – sehen unsere Aufgabe darin, Schwächen in Stärken umzuwandeln, Blockaden und Ängste aufzulösen, Impulse für neue Gedankenmodelle zu kreieren und Sie zu motivieren.

In vielen Lebensbereichen hindern uns unbewusst blockierende Gedankenmuster. Dies zeigt sich in Energieverlust, körperlichen Beschwerden und der Unerreichbarkeit von Zielen, die Sie sich gesetzt haben. Diese blockierenden Gedankenmuster decken wir gemeinsam mit Ihnen auf und wandeln sie in unterstützende, energiegeladene Glaubenssätze um. „Oftmals funktionieren wir wie programmierte Computer“,

sagt Anja Lunau. „Wir haben früh gelernt, Erwartungen zu erfüllen oder an andere zu stellen. Unsere Bedürfnisse sind auf materielle Dinge gerichtet. Entstehen daraus Probleme, fehlen bei vielen Menschen die Impulse, diese alten Gedanken-

„Die größte Entscheidung deines Lebens liegt darin, dass du dein Leben ändern kannst, indem du deine Geisteshaltung änderst.“
(Albert Schweitzer)

modelle zu hinterfragen und neue zu installieren.“

Im NeuZeit-Team haben sich drei Menschen mit unterschiedlichen beruflichen Hintergründen und therapeutischen Schwerpunkten zusammengefunden. Was sie vereint, ist das Ziel, neue Wege in der Behandlung von Menschen in Lebenskrisen zu gehen. Manchen Lesern dürfte „NeuZeit-Hypnose“ schon länger ein Begriff sein.

Die Sozialtherapeutin Anja Lunau arbeitet schon seit vielen

Jahren in einer Einrichtung für psychisch Kranke und im Coachingbereich. Sie wendet in ihrem Coaching unter anderem die Technik der Hypnose an.

Anja Bode hat nach einer Krebserkrankung und einer Firmeninsolvenz ihr Leben

von Grund auf geändert. Nun möchte sie unter anderem mit der hawaiianischen Methode des Ho’oponopono Menschen helfen, sich von alten Blockaden und Denkmustern zu lösen und mehr Zufriedenheit und Selbstverantwortung in ihr Leben zu bringen.

Oliver Rowedder-Seibel ist der Dritte im Bunde. Er legt seinen Schwerpunkt in das Systemische Coaching. Auch er begleitet Menschen in Lebenskrisen, hilft ihnen, die ei-

genen Stärken und Fähigkeiten der Problemlösung zu erkennen und neue Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Dabei hilft ihm seine langjährige Erfahrung als Krankenpfleger in einer psychiatrischen Einrichtung.

Praxis in Bochum-Laer

In unserer Praxis in Bochum-Laer bieten wir Ihnen einen geschützten und unterstützenden Rahmen, damit Sie sich wieder auf sich selbst besinnen und „neu ordnen“ können. Ihren neuen Weg können sie auf unterschiedlichste Art und Weise beschreiten. Wir bieten Seminare, Meditationen, Dao Yoga, Burn-out-Prävention, Hypnose-Coaching und Systemisches Coaching

In-House-Seminare

Wir unterstützen Sie, sich neue Kraftquellen zu erschließen, verborgene Potenziale zu entdecken und einen neuen Raum von Gleichgewicht zu gestalten.

Unsere Coaching-Themen:

- Entwicklungen persönlicher Fähigkeiten
- Beziehungsklärungen
- Konfliktlösungen
- Gewichtsreduktion
- Rauchentwöhnung
- Burn-out-Prävention
- Fragen nach Sinn und Orientierung

Neben der individuellen Beratung in unserer Praxis in Bochum-Laer bietet „NeuZeit“ auch Burnout-Prävention in der Form von In-House-Seminaren über einen oder zwei Tage an.

► Coaching-Team „NeuZeit“

Alte Laerfeldstr. 85
44803 Bochum
Tel.: 02335/7309337
www.neuzeit-hypnose.de
info@neuzeit-hypnose.de

Im Arbeitsmarkt angekommen

Erste hsg-Absolventen mit Bachelor-Weiterentwicklung der Studiengänge



NRW-Wissenschaftsministerin Svenja Schulze und Prof. Dr. Anne Friedrichs, Präsidentin der Hochschule für Gesundheit, bei der Unterzeichnung der Ziel- und Leistungsvereinbarung V in der Staatskanzlei in Düsseldorf.

fobo-Bild: Wolfgang Meyer-Piehl

Die Hochschule für Gesundheit (hsg) konzentriert sich in den nächsten Jahren auf die Weiterentwicklung und Evaluation ihrer fünf Bachelor-Studiengänge Ergotherapie, Hebammenkunde, Logopädie, Physiotherapie und Pflege sowie auf die Entwicklung neuer Studiengänge. Dazu haben NRW-Wissenschaftsministerin Svenja Schulze und Prof. Dr. Anne Friedrichs, Präsidentin der hsg, in Düsseldorf die Ziel- und Leistungsvereinbarung (ZLV) V unterzeichnet.

„Die ersten Absolventen haben ihre Bachelor-Urkunden erhalten. Einige von ihnen arbeiten bereits in ihrem Beruf, andere arbeiten in Teilzeit und schreiben parallel an ihrer Bachelorarbeit. Der Übergang in den Arbeitsmarkt erfolgt aktuell. Darauf sind wir stolz und verfolgen dies mit Interesse und Spannung. Daneben arbeiten wir intensiv an der Weiterentwicklung unserer Studiengänge. Wir entwickeln derzeit ein Qualitätsmanagementkonzept (QM-Konzept), das die umfassende Evaluation unserer fünf Modellstudiengänge sicherstellen soll“, erklärte hsg-Präsidentin Friedrichs.

Eine wissenschaftliche Begleitung der Modellvorhaben ist im Gesetz vorgesehen. Hierzu hatte das Bundesgesundheitsministerium im Jahr 2009 Evaluationsrichtlinien erlassen. Die hsg vollzieht ein umfangreiches Evaluations- und Qualitätsmanagementverfahren, um die Fragen aus den Evaluationsrichtlinien des Bundes zu

beantworten und die wissenschaftliche Begleitung der verschiedenen nordrhein-westfälischen Modellstudiengänge mit Untersuchungsergebnissen zu unterstützen. Die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Modellvorhaben in NRW sollen helfen, die Gesundheitsberufe auf Bundesebene weiterzuentwickeln.

Das von der hsg beauftragte Wissenschaftliche Institut der Ärzte Deutschlands (WIAD) wird Anfang 2015 seine Evaluationsergebnisse vorlegen, die in die Berichterstattung der hsg mit einfließen. Bis heute hat die hsg zwei Zwischenberichte zur Evaluation verfasst und an das NRW-Gesundheitsministerium gesandt. Ende Mai wird ein dritter Bericht vorgelegt. Die Ergebnisse der hsg werden in der Evaluation der Modellstudiengänge durch das NRW-Gesundheitsministerium berücksichtigt.

Politischen Auftrag erfüllen

Friedrichs: „Unsere Aufgabe ist es, im Jahr 2017 aufzeigen zu können, inwieweit die Modellstudiengänge dazu beitragen, den politischen Auftrag zu erfüllen, die gesundheitliche und pflegerische Versorgung der Bevölkerung in der Zukunft sicherzustellen und zu verbessern.“

In den Ziel- und Leistungsvereinbarungen V kündigt die hsg weiterhin ihre Planungen für neue Studiengänge an der hsg an. Im Department für Angewandte Gesundheitswissenschaften ist ein Masterstudiengang in Planung, der die Weiterqua-

lifizierung der ersten hsg-Absolventinnen und Absolventen der hsg ermöglichen soll.

„Im Wintersemester 2014/2015 wollen wir mit zwei neuen Bachelor-Studiengängen starten. Mit dem Studiengang „Gesundheit und Diversity“ richten wir uns an Studieninteressierte mit Hochschulzugangsberechtigung, die sich nach sechs Semestern Vollzeitstudium inklusive Praxisphase für gesundheitswissenschaftlich geprägte Berufsfelder qualifizieren. Der zweite geplante Studiengang ist berufs begleitend und dient der Weiterqualifizierung Berufstätiger. Für den achtsemestrigen Bachelor-Studiengang „Gesundheitsorientierte Sozialraumgestaltung“ können sich Studieninteressierte bewerben, die bereits über eine abgeschlossene Ausbildung in einem Gesundheitsberuf verfügen“, so Friedrichs.

Absolventen des Bachelor-Studiengangs „Gesundheit und Diversity“ sollen an der Schnittstelle zwischen dem Gesundheits- und Bildungssystem zielgruppenspezifische Informations- und Beratungsangebote zur Prävention und Gesundheitsförderung für benachteiligte Personen und Personengruppen entwickeln. Sie sollen diese Angebote praktisch umsetzen und ihre Wirksamkeit mit wissenschaftlichen Methoden überprüfen. Sie können beispielsweise tätig werden in Betrieben, kommunalen und öffentlichen Gesundheitsdiensten, Krankenkassen, Institutionen der Gesundheits- und Verbraucherberatung und Rehabilitationseinrichtungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Absolventinnen und Absolventen des Studiengangs „Gesundheitsorientierte Sozialraumgestaltung“ können aus einer gesundheitswissenschaftlichen Perspektive und mit Blick auf technische Unterstützungssysteme beispielweise das Wohnumfeld sowie das Quartier gestalten. Sie können in Behörden wie im Bau- und Gesundheitsamt, in Gesundheitseinrichtungen, in der Städtebauplanung und in Architekturbüros arbeiten.

Friedrichs: „Für die beiden neuen Studiengänge wollen wir eine neue Organisationseinheit in Form eines zweiten Departments schaffen. Im Moment suchen wir die entsprechenden Wissenschaftler und Studieninteressierten für das neue Angebot der hsg.“

Verbessert: Katholisches Klinikum Bochum überzeugt externe Qualitätsprüfer

Gute Noten für die vier zum Verbund gehörenden Krankenhäuser



Das St. Josef-Hospital bildet mit dem St. Elisabeth Hospital, dem St. Maria-Hilf Krankenhaus und der Klinik Blankenstein das Katholische Klinikum Bochum. fobo-Bild: Sven Vogel

Durchweg gute Noten erzielt das Katholische Klinikum Bochum (KKB) in den Augen von externen Qualitätsprüfern: Im Vergleich zum ohnehin schon guten Ergebnis der letzten KTQ-Prüfung von 2010 konnten die vier zum Verbund gehörenden Krankenhäuser in Bochum und Hattingen das Gesamtergebnis noch einmal um drei Prozent steigern.

Der Leiter des Qualitätsmanagements, Dr. Andreas Hellwig (kleines Foto), bedankt sich bei den 3.500 KKB-Mitarbeitern für

deren Engagement: „Sie setzen sich vor allem in der Patientenversorgung ständig für Verbesserungen ein. Zu den KKB-Stärken zählt die konsequente Orientierung an den Bedürfnissen der Patienten. Es beginnt mit der Kompetenz der Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten, setzt sich fort mit der Notfallversorgung und reicht bis zu den Operationsverfahren. Dr. Andreas Hellwig: „Uns freut genauso, dass auch die Sicherung der Patientenversorgung jedem Vergleich standhält. Exemplarisch genannt

seien hier das Infektionsmanagement unserer Hygieneabteilung, die Meldesysteme für mögliche Risiken und Unfälle sowie der flächendeckende Einsatz von Armbändern zur klaren Patientenidentifikation. Unsere guten bis sehr guten Ergebnisse in allen Abteilungen sind nicht selbstverständlich. Besonders gute Ergebnisse haben wir ebenfalls in der Kategorie Krankenhausführung erreicht. Dabei werden vor allem unser Leitbild, die Bauplanung und das Ethikkomitee hervorgehoben.“

Die KKB-Geschäftsführung um Prof. Dr. Peter Altmeyer will sich auf dem Erfolg nicht ausruhen: „Wir sind stolz auf das gute Zeugnis des St. Josef-Hospitals, des St. Elisabeth-Hospitals, des St. Maria-Hilf-Krankenhauses und der Klinik Blankenstein. Damit erfüllen wir die Forderungen

des Gesetzgebers zur zukünftigen Weiterentwicklung der Qualität in der Patientenversorgung bereits jetzt in vollem Umfang. Das Risiko- und Beschwerdemanagement seien hier als wichtige Bausteine zur Verbesserung der Patientensicherheit genannt. Motiviert durch unsere guten Ergebnisse, werden wir das Ziel, die Qualität unserer Leistungen zu steigern, konsequent weiterverfolgen.“

V. Psaltis



Foto: © Ekkehart Reinsch

Stoltenberg Zahnärzte

Wittekindstr. 42

44894 Bochum - Werne

☎ 0234 - 261470

Mo. - Do.: 7.15 - 20.00 Uhr

Fr.: 7.15 - 17.00 Uhr



Informieren Sie sich
ausführlich:

www.sanfter-laser.de



**Karies entfernen,
ohne Bohrer**



**Fast immer:
ohne Spritze**



**Biostimulation:
bessere Heilung**



**Lippenherpes:
sofort ohne Schmerzen**



Alle Arme fliegen hoch! Sportlich aktiv waren Goß und Klein auch im vergangenen Jahr beim Solidaritätslauf durch den Stadtpark. Der Verein „Aktiv gegen Brustkrebs e.V.“ hatte gerufen, und fast 700 Teilnehmer waren gekommen. fobo-Bild: eb-en

4. Solidaritätslauf durch den Stadtpark

„Aktiv gegen Brustkrebs e.V.“ lädt ein / 700 Teilnehmer vom Vorjahr toppen

Fast 700 Teilnehmer waren im Vorjahr beim Solidaritätslauf des Vereins „Aktiv gegen Brustkrebs“ im Stadtpark auf die Strecke gegangen. Diesmal, bei der vierten Auflage, am 4. Mai ab 10 Uhr, hoffen Veranstalter und die Organisatoren von der Leichtathletik-Abteilung des VfL Bochum wieder auf tolle Beteiligung.

„Moderate, aber regelmäßige Bewegung ist gesund – und sie verbessert die Chancen im Kampf gegen Brustkrebs.“ Das ist die Botschaft, die Esther Götzl, die Vorsitzende des Bochumer Vereins, mit diesem Lauf vermitteln möchte. Ein Solidaritätslauf, den jeder schaffen kann. Heißt: Bewegung hilft. Nicht übermäßig, aber regelmäßig. Nichts anderes wird im Stadtpark praktiziert: Ganze Familien werden wieder unterwegs sein, Hunde, Väter mit Babys auf dem Arm. Ganz klar: ein Lauf für Jedermann. Für Junge und Alte, Männer und Frauen, Betroffene und Solidarische. Die

Ex-Weltmeisterinnen Melanie Paschke und Sabine Braun werden auch diesmal wieder ein tolles Warm-up hinlegen.

Zünftiges Warm-up mit den Weltmeisterinnen

Leider kann Reinigungsfachkraft Waltraud „Walli“ Ehlert, alias Esther Münch, diesmal nicht dabei sein. 2013 war sie der „Hingucker“, walkte in vollem „Ornat“ (also mit Kittel) auch selbst mit. An markigen Sprüchen hat es um sie herum ganz sicher niemandem gefehlt.



„Walli“ Ehlert (re.) dehnte sich, bis der Arzt kam. Aber der war ja sowieso schon da. fobo-Bild: eb-en

Sogar aus Stuttgart war beim letzten Mal ein Läufer gekommen: Martin Siebers war aus Süddeutschland angereist, wie Moderatorin Katja Leisten-schneider feststellte. Sie hatte auch Torsten Schleifer, Oberarzt aus den benachbarten Augusta-Kliniken und Mitarbeiter des Deutschen Roten Kreuzes, am Mikrofon. Dr. Schleifer hatte seine „Truppe“ gelobt: Die Mitarbeiter des Jugendrotkreuzes Wattenscheid waren trotz einer sehr langen Veranstaltung am Vortag pünktlich beim Lauf zugegen gewesen.

Über 200 Läuferinnen und Läufer hatten sich 2013 noch am Morgen für eine Teilnahme entschieden. Das exzellente Wetter hatte die Menschen in den Stadtpark gelockt. Wegen der Nähe des Vereins zum Brustzentrum der Augusta-Klinik waren auch enorm viele „Augustaner“ mit am Start und unter den ehrenamtlichen Helfern. Privatdozentin Dr. Gabriele Bonatz, Chefärztin der Augusta-Frauenklinik sprach allen ihren persönlichen und den Dank des Vereins aus.

Jede Menge Preise für den guten Zweck verlost

Zum Ende der Veranstaltung gab es wieder viele fröhliche Gesichter: Die Spendensammlerinnen des Vereins „Aktiv gegen Brustkrebs“ hatten jede Menge tolle Preise für die Verlosung zusammengetragen. „Es ist einfach schön“, so eine Teilnehmerin, „wenn man nicht nur ein gutes Körpergefühl, sondern sogar noch einen Gewinn mit nach Hause nehmen kann.“

Bei Grippe gilt wohl: Schwer erkranken, um schneller gesund zu werden

Forscher finden mögliche Ursache für längeren Krankheitsverlauf bei Älteren



Ältere Dame bei der Grippeimpfung.

fobo-Bild: Barmer/GEK

An der Grippe erkranken besonders ältere Menschen häufig und leiden länger unter den Symptomen als jüngere. Warum, war bisher unklar. Forscher am Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung (HZI) in Braunschweig haben nun einen möglichen Grund gefunden: Das Grippevirus vermehrt sich in älteren Menschen so langsam, dass ihr Immunsystem die Erkrankung zu

spät erkennt. Ihre Ergebnisse veröffentlichten die Wissenschaftler in der Fachzeitschrift „Journal of Virology“.

Mit zunehmendem Alter leiden sowohl Menschen als auch Mäuse bei einer Grippeerkrankung oft länger unter den Symptomen. Bisher nahm die Fachwelt an, dass dieses Phänomen auf einer geschwächten Immunantwort beruht, die der Infektion bessere Entfaltungsmöglichkeiten bietet. Die Abteilung System-Immunologie des HZI unter der Leitung von Prof. Michael Meyer-Hermann hat nun aber gemeinsam mit Kollegen aus den USA ein mathematisches Modell aufgestellt, das eine andere Ursache nahelegt: Eine Verschiebung im Gleichgewicht der Botenstoffe des Immunsystems in älteren Menschen verändert die Zellen, die dem Virus als Wirt dienen.

In dem mathematischen Modell wird unter anderem

die Vermehrung des Virus in den Epithelzellen der Lunge beschrieben. Diese Wirtszellen können sich unter dem Einfluss bestimmter Botenstoffe, sogenannter Zytokine, verändern und werden gegen das Virus resistenter als die Wirtszellen in der jüngeren Bevölkerung. Dadurch wird die Vermehrung des Virus gebremst. Die dafür verantwortlichen Zytokine liegen bei älteren Patienten in einer höheren Grundkonzentration vor. Dieses Phänomen nennen die Forscher „Inflaming“, von „Inflammation“ und „Aging“, den englischen Wörtern für Entzündung und Alterung.

Die ersten 24 Stunden der Infektion sind entscheidend

„Den größten Unterschied der Zytokin-Pegel zwischen den verschiedenen Altersklassen beobachten wir in den ersten 24 Stunden nach der Infektion“, sagt Dr. Esteban Hernandez-Vargas, einer der beteiligten Wissenschaftler vom HZI. „Die späteren Unterschiede sind im Wesentlichen eine Auswirkung dieser frühen Unterschiede“, ergänzt Sebastian Binder aus der Abteilung System-Immunologie.

Abwehrreaktion langsamer

Dadurch vermehrt sich das Virus in älteren Menschen langsamer. Die damit einhergehende niedrigere Anregung des Immunsystems verlangsamt die Abwehrreaktion durch die Zellen des Immunsystems. Was zunächst paradox klingt, ergibt bei genauerer Betrachtung Sinn: Nur wenn eine gewisse Reizschwelle überschritten wird, schreitet die Immunabwehr mit ganzer Kraft ein und bekämpft die Erkrankung

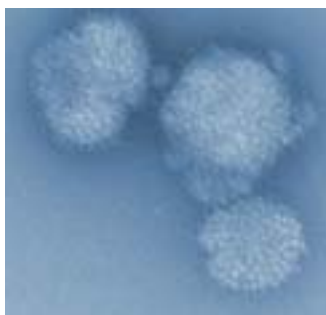
zügig. Anderenfalls bleibt die Infektion bestehen. „Um schnell wieder gesund zu werden, muss man also zunächst schwerer erkranken“, sagt Meyer-Hermann.

Auf Basis dieser Erkenntnisse suchen die Forscher nun nach Wegen, um in das Infektionsgeschehen bei Grippe einzugreifen. Ein Ansatz dafür wäre eine Therapie, die das veränderte Gleichgewicht der Zytokine berücksichtigt und gegebenenfalls korrigiert. Wie man das umsetzen kann, wollen Meyer-Hermann und seine Kollegen als nächstes untersuchen.

An der jetzt veröffentlichten Studie waren neben den Braunschweiger System-Immunologen auch Mitarbeiter der HZI-Abteilungen Infektionsgenetik und Vakzinologie sowie Forscher verschiedener amerikanischer Institute beteiligt. **Rebecca Winkels/HZI**

► Originalpublikation:

Esteban A. Hernandez-Vargas, Esther Wilk, Laetitia Canini, Franklin R. Toapanta, Sebastian Binder, Alexey Uvarovskii, Ted M. Ross, Carlos A. Guzman, Alan S. Perelson, Michael Meyer-Hermann: The effects of aging on influenza virus infection dynamics, *Journal of Virology*, 2014, doi: 10.1128/JVI.03644-13



Influenza-Viren in elektronenmikroskopischer Vergrößerung.

© HZI / Rohde

► Das HZI

Am Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung (HZI) untersuchen Wissenschaftler die Mechanismen von Infektionen und ihrer Abwehr. Was Bakterien oder Viren zu Krankheitserregern macht: Das zu verstehen soll den Schlüssel zur Entwicklung neuer Medikamente und Impfstoffe liefern.

► www.helmholtz-hzi.de

Zahngesund durch die Osterzeit

Gesunde Ernährung und tägliche Zahnpflege helfen gegen Karies



fobo-Bild: Informationsstelle für Kariesprophylaxe

Bald ist es wieder soweit: Die Ostersüßigkeiten wie Schokoladenhasen und Ostereier stehen in den Regalen und verlocken Groß und Klein nach der Fastenzeit mit allerlei süßen Genüssen. „Was die Geschmacksnerven freut, ist der Zähne Leid: Krokanteier und Co sind nicht nur schlecht für die schlanke Linie, auch unsere Zähne leiden unter dem Zuckergangriff“, erklärt Professor Stefan Zimmer, Sprecher der Informationsstelle für Kariesprophylaxe und Lehrstuhlinhaber für Zahnerhaltung und Präventive Zahnmedizin an der Universität Witten Herdecke anlässlich des bevorstehenden Osterfestes.

„Bakterien, die auf der Zahnoberfläche sitzen, wandeln den Zucker in Säuren um. Dadurch werden dem Zahn Mineralien entzogen, was über

kurz oder lang das Loch im Zahn zur Folge hat“, warnt der Experte. Doch mit einer gesunden Ernährung während der Feiertage, der unmittelbaren Fluoridversorgung der Zähne zum Beispiel mit fluoridiertem Speisesalz auf dem bunten Frühstücksei sowie der täglichen Zahnpflege mit fluoridhaltiger Zahnpasta kommen auch Naschkatzen zahngesund durch die Osterfeiertage.

Ein paar kleine Naschereien sind erlaubt

Es spricht nichts dagegen, sich zur Osterzeit hier und da ein kleines Stückchen Schokolade oder ein Nougatei zu gönnen. Zahnmediziner raten jedoch, sich beim Essen und Naschen lieber auf die Hauptmahlzeiten zu beschränken und anschließend die Zähne zu putzen, statt immer wieder zwischendurch

zuzugreifen. Zu einer effektiven Mundhygiene gehört darüber hinaus eine Zahncreme mit Fluorid, welche die Zähne vor Karies schützt. Kinder ab dem sechsten Lebensjahr, Jugendliche und Erwachsene putzen am besten zweimal täglich mit einer Zahnpasta mit möglichst hohem Fluoridgehalt. Für Kinder unter sechs Jahren gibt es spezielle Kinderzahnpasten.

Eier mit Salz würzen

Als zweite Möglichkeit zur Versorgung der Zähne mit Fluorid empfehlen Fachgesellschaften wie die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) oder die Bundeszahnärztekammer täglich Jodsalz mit Fluorid zu verwenden: „Gekochte Eier in vielen bunten Farben pepen nicht nur das Osterfrühstück auf. Mit Fluoridsalz gewürzt, schützen sie schon beim Essen vor Karies“, erläutert Professor Stefan Zimmer

„Das fluoridierte Speisesalz wirkt vor dem Verschlucken lokal durch den direkten Kontakt mit der Zahnoberfläche“, so der Experte. „Es erhöht die Fluoridkonzentration im Speichel und beugt so dem Loch im Zahn vor. Fluoride helfen Mineralstoffen wie Kalzium und Phosphat, in die Zähne zu gelangen. Gleichzeitig verhindern sie, dass sich die Mineralstoffe aus dem Zahnschmelz herauslösen. So wirken sie einer Demineralisierung entgegen und machen den Zahnschmelz widerstandsfähig gegen Säuren.“

Um eventuelle Zahnprobleme rechtzeitig festzustellen, ist der zweimal jährliche Besuch beim Zahnarzt ebenso wichtig wie die tägliche Zahnpflege und eine gute Fluoridversorgung. Mit gesunden und gepflegten Zähnen können Osterfreunde Fondanteier, Krokanteier, Marzipaneier, Nougat- und Zuckereier auch im nächsten Jahr wieder genießen.



Zahnärztin Martina Leipertz

Angstfrei durch Lachgas

Um unseren Patienten eine stressfreie und angenehme Behandlung zu ermöglichen, bieten wir in unserer Praxis Lachgassedierungen an. Lachgas wirkt sofort, hat eine beruhigende Wirkung, reduziert das Schmerzempfinden und den Würgereiz und ist gut verträglich.

www.wohlfuehlpraxis-leipertz.de

Palliativnetz informiert: „Das Thema Pflegebedürftigkeit wird gern verdrängt“

100 Besucher bei Vorträgen und Diskussionen im Museum Bochum

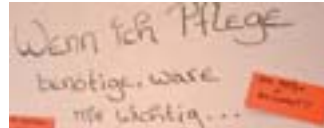


Viele ältere Menschen sind auf Hilfe angewiesen. Diese sollte aber so früh wie möglich organisiert werden. fobo-Bild: Barmer/GEK

Das Palliativnetz Bochum e.V. hatte ins Museum Bochum eingeladen. Es gab Vorträge und Diskussionen zum Thema „Wenn wir pflegebedürftig werden – Vorsorge, Chancen und Möglichkeiten“.

Dieses Thema wird „gerne

so lange wie möglich verdrängt“ sagte Christiane Bredemann, Vorstandsmitglied des Palliativnetzes. Das Interesse ist dennoch groß, denn zu dieser Veranstaltung kamen etwa 100 interessierte Besucherinnen und Besucher, um sich über



des Palliativnetzes Bochum und repräsentierten einen Teil der Netzpartner: Tanja Moormann, Mitarbeiterin des Sozialdienstes im Augusta, Christiane Bredemann, Pflegedienstleitung der Augusta Ambulanten Dienste, Christel Müller-Ovelhey, Koordinatorin des Hospizvereins Wattenscheid e.V. und Birgitta Behringer, Haus- und Palliativärztin in Bochum. Moderiert wurde der Nachmittag vom Palliativarzt Jürgen Thomas.

Im Anschluss an die Vorträge standen, neben den Referentinnen, zahlreiche weitere Netzpartner für Gespräche, Fragen und praktische Tipps bereit. Spätestens jetzt konnte man sehen, dass dieses Thema vielen auf den Nägeln brennt. Die Besucher jedenfalls zeigten starkes Interesse an individuellen Gesprächen.

Die Möglichkeiten ihrer eigenen Pflege und der Pflege ihrer Angehörigen zu informieren. Pflegebedarf entsteht nicht erst im Akutfall, so die wichtige Botschaft, sondern beginnt schon bei Themen wie Patientenverfügung oder der Vorsorgevollmacht. Diese sollten idealerweise schon frühzeitig verfasst und mit Angehörigen besprochen werden.

Pflegebedarf frühzeitig besprechen und organisieren

Diese und weitere Aspekte haben die Referentinnen ihrem Publikum anhand von interessanten Fallbeispielen veranschaulicht. Die Expertinnen kamen allesamt aus den Reihen

des Palliativnetzes Bochum und repräsentierten einen Teil der Netzpartner: Tanja Moormann, Mitarbeiterin des Sozialdienstes im Augusta, Christiane Bredemann, Pflegedienstleitung der Augusta Ambulanten Dienste, Christel Müller-Ovelhey, Koordinatorin des Hospizvereins Wattenscheid e.V. und Birgitta Behringer, Haus- und Palliativärztin in Bochum. Moderiert wurde der Nachmittag vom Palliativarzt Jürgen Thomas.

Das Palliativnetz ist ein gemeinnütziger Verein und finanziert seine Arbeit für schwerstkranke und sterbende Bochumerinnen und Bochumer aus Spenden. Es war auch an diesem Tag um Spenden gebeten worden – und die Vertreter des Netzes freuten sich, dass diese Bitte beim Publikum nicht ungehört verhallte. eb-en

Wir zeigen individuelle Wege auf



www.neuzeit-hypnose.de
info@neuzeit-hypnose.de

Alte Laerfeldstr. 85
44803 Bochum
Tel.: 02335/7309337

Unsere Coaching-Themen

- Entwicklungen persönlicher Fähigkeiten
- Beziehungsklärungen
- Konfliktlösungen
- Gewichtsreduktion
- Raucherentwöhnung
- Burn-out-Prävention

Unsere Coaching-Werkzeuge

- Systemisches Coaching
- Hypnose-Coaching
- Ho'oponopono

Lokaler Immobilienmarkt präsentiert sich

Sparkassen-Immobilien am 17./18. Mai: Know-how, Beratung und Infos



Die Immobilien war schon 2013 ein großer Erfolg: An den Pavillons auf dem Dr.-Ruer-Platz (oben) entwickelten sich viele informative Gespräche (Bild rechts). fobo-Bilder (2): Sparkasse Bochum

Am 17. und 18. Mai versammeln die Sparkasse Bochum und ihr S ImmobilienDienst das gesamte Angebot und Know-how rund um Wohnen und Bauen, Modernisieren und Finanzieren, Energiesparen, Schützen und Absichern unter einem Dach in ihrer Hauptstelle und auf dem Dr.-Ruer-Platz.

Die Sparkassen-Immobilien 2014 präsentiert den gesamten Bochumer Immobilienmarkt mit Neubauprojekten und gebrauchten Immobilien. Rund um das Eigentum stehen an beiden Tagen von 11 bis 16 Uhr Experten der Kooperationspartner für Gespräche zur Verfügung, wenn es darum geht, die eigene Immobilien zu



vermieten oder zu verkaufen, zu finanzieren, öffentliche Fördertöpfe auszuschöpfen, energetisch zu sanieren, barrierefrei umzubauen sowie das Eigentum optimal zu sichern und abzusichern.

Nach dem großen Erfolg im letzten Jahr ist neben dem Thema Energie die Sicherheit von Haus und Wohnung ein weiterer Schwerpunkt der Sparkassen-Immobilien. Die Experten von Handwerk, Polizei, Feuerwehr, Versicherungen und Sicherheitsdienst zeigen auf dem Dr.-Ruer-Platz, mit welchen geeigneten Maßnahmen das Eigentum geschützt werden kann.

► [Sparkassen-Immobilien 2014, 17. und 18. Mai 2014, Dr.-Ruer-Platz, Bochum, täglich von 11 bis 16 Uhr. www.sparkasse-bochum.de](http://www.sparkasse-bochum.de)

Im dritten Jahr so voll wie nie zuvor

Gesundheitsmesse in Stadtpark-Gastronomie erlebte großen Andrang

„Volles Haus“ meldeten die Veranstalter des Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum (medQN) von der dritten Auflage ihrer Gesundheitsmesse.

In der Gastronomie im Stadtpark drängten sich Mengen von interessierten Menschen an den Ständen der über 60 Aussteller.

Begehbare Herzmodell

Viele der Besucher ließen sich informieren bei den fast 30 Vorträgen, die von den Veranstaltern angeboten wurden. Ein begehbare Herzmodell lud zum Schauen ein – und zwei Fitness-Studios zeigten sportliche Darbietungen.



fobo-Bild: eb-en



Frühjahr und Sommer unbeschwert genießen: Das ist für Menschen mit Heuschnupfen alles andere als leicht. Mit den richtigen Maßnahmen und Medikamenten kann es aber gelingen. fobo-Bild: ABDA

15 Tipps gegen Heuschnupfen

Mit den richtigen Maßnahmen und Medikamenten den Sommer genießen

Mit den Frühblühern Erle, Hasel, Ulme und Weide beginnt für viele Menschen die Heuschnupfen-Zeit. Vor allem durch den milden bzw. in diesem Jahr nahezu ausgefallenen Winter sind die Pollen bereits unterwegs. Die Nase läuft, die Augen jucken und das Atmen fällt schwer. Kurz: Die neue Jahreszeit und die nun beginnende Heuschnupfenzeit machen vielen Menschen das Leben schwer. Und Fachleute rechnen mit einer Verlängerung der Leidenszeit bis in den Oktober. Wer es aus den Vorjahren vielleicht noch nicht kennt und weiß, hier die Top 15 der Schutzmaßnahmen:

1. An erster Stelle im Maßnahmenkatalog gegen Heuschnupfen steht, genau herauszufinden, welche Pollen Beschwerden bereiten. Ein auf Allergien spezialisierter Arzt kann das etwa mit Hauttests feststellen. Steht daraufhin beispielsweise fest, dass es vor allem Birkenpollen sind, zeigt der Blick auf den Pollenflugkalender, dass

man von März bis Mai mit Beschwerden rechnen und vorsorgen muss. Frühblüher wie Hasel und Erle verursachen normalerweise von Januar bis April Probleme. Welche Medikamente dann helfen, steht unten im Infokasten auf Seite 15. Es gibt aber auch viele andere Maßnahmen, die vor Pollen schützen.

2. Schutzgitter verhindern, dass Pollen durchs Fenster eindringen. Sie können die Pollenbelastung in Wohnräumen verringern. Auch Heuschnupfen-Geplagte können dann unbedenklich lüften.

3. Regelmäßiges Staubsaugen und Wischen verringert die Gefahr, dass lose Pollen aufgewirbelt werden, etwa bei Durchzug oder wenn man durch die Wohnung geht.

4. Spezielle Filter für den Staubsauger sorgen dafür, dass beim Saugen möglichst wenig Staub herumgewirbelt wird. Wer noch mehr Schutz möchte, kann einen speziellen Allergiker-Staubsauger mit komplett versiegeltem Gehäuse anschaffen, aus dem

praktisch keine staub- oder pollenbelastete Abluft herausdringt. Spezielle Tücher zum Wischen können Staub und Pollen elektrostatisch anziehen und festhalten.

5. Pollenfilter für das Auto bieten Schutz vor Pollenflug durch die Lüftung. Daher empfiehlt es sich, beim Autokauf auf gute Pollenfilter zu achten und diese regelmäßig wechseln zu lassen. Bei Pollenflug müssen dann allerdings die Seitenfenster geschlossen bleiben.

6. Luftreiniger mit moderner Filtertechnologie für Innenräume können helfen, die Pollenkonzentration der Luft zu Hause und im Büro zu reduzieren. Nicht alle Geräte sind jedoch für Allergiker gleichermaßen gut geeignet, daher sollte man sich vor dem Kauf ausführlich beraten lassen. Testberichte und Prüfsiegel etwa des TÜV geben ebenfalls eine Orientierung.

7. Filterwechsel andere machen lassen. Wenn Staubsauger oder andere Geräte gereinigt und Filtereinsätze

gewechselt werden müssen, sollte man jemanden darum bitten, der keine Pollenallergie hat.

8. Wäsche nicht draußen trocknen, zumindest nicht in der Pollenflugzeit. So vermeidet man es, pollenbehaftete Kleidung zu tragen oder sich in pollenbelastete Bettwäsche zu legen.

9. Kleidung nicht im Schlafzimmer wechseln, da sonst an der Wäsche haftende Pollen dort aufgewirbelt werden. Das kann zu nächtlichen Allergieschüben führen. Wenn man von draußen hereinkommt und länger im Haus bleiben möchte, die pollenbehaftete Kleidung gegen frische austauschen.

10. Wer abends seine Haare wäscht und sich duscht, entfernt damit in den Haaren und auf der Haut haftende Pollen und geht mehr oder minder „pollenfrei“ zu Bett.

11. Lüften sollte man auf dem Lande eher am Nachmittag oder Abend, da dort die Pollenkonzentration in der Luft morgens vergleichsweise hoch ist. Umgekehrt in der Stadt, daher hier lieber morgens lüften.

12. Die Pollenvorhersage warnt vor

starkem Pollenflug. Empfindliche bleiben dann eher im Haus und verschieben Sport oder andere Aktivitäten im Freien, etwa Gartenarbeit. Besuch lädt man lieber nach Hause ein, als selbst auszugehen. Für Aktivitäten im Freien sind Regentage ideal, da der Regen die Pollen aus der Luft „wäscht“.

13. Nicht rauchen, da dies die Schleimhäute zusätzlich reizt. Auch Gäste oder Mitbewohner bitten, im Haus oder in der Wohnung nicht zu rauchen.

14. Allergieauslöser aus dem Wohnumfeld wenn möglich entfernen, zum Beispiel Birken, wenn man Birkenpollenallergiker ist. Vielleicht kann man sich auch mit Vermietern und Nachbarn einigen, entsprechende Pflanzen zu beseitigen. Beim Anlegen von Gärten empfiehlt es sich, vorher genau zu bestimmen, gegen welche Pflanzen man allergisch ist.

15. Bei Bedarf sollte man eine „Allergie-Impfung“, die sogenannte Hyposensibilisierung, durchführen. Das gilt besonders, wenn die Beschwerden merklich zunehmen oder Medikamente nicht mehr so gut wirken.

Quelle: aponet.de

► Hilfreiche Medikamente

Antihistaminika: Um allergische Beschwerden kurzfristig zu bekämpfen, gibt es Arzneistoffe gegen den körpereigenen Botenstoff Histamin, der die allergischen Symptome auslöst. Diese Substanzen nennt man Antihistaminika. Diese meist ohne Rezept in der Apotheke erhältlichen Arzneistoffe gibt es unter anderem in Tablettenform. Als Augentropfen oder Nasensprays lassen sie sich direkt dort einsetzen, wo bei Pollenallergikern häufig Beschwerden auftreten. Der Apotheker berät zu geeigneten, gut verträglichen Präparaten. Fachärzte empfehlen mittlerweile oft, Antihistaminika in der Pollensaison durchgehend und nicht nur von Zeit zu Zeit bei Beschwerden einzusetzen. Dazu den Arzt befragen.

Abschwellende Nasentropfen oder -sprays: Als kurzzeitige Hilfe können die rezeptfrei in der Apotheke erhältlichen Mittel Linderung verschaffen, wenn die Nase stark geschwollen ist. Für eine Daueranwendung eignen sich diese Sprays allerdings nicht.

Kortison: Innerhalb von Stunden bis mehreren Tagen entfalten Präparate mit Kortison-Abkömmlingen – auch Kortikoide genannt – ihre Wirkung. Diese besteht vor allem darin, Entzündungen

zu dämpfen. Man setzt die zumeist verschreibungspflichtigen Substanzen über einen bestimmten Zeitraum durchgehend ein. Bei Heuschnupfen sind die Kortikoide meist als Nasensprays im Einsatz. Bei diesen nur lokal wirkenden Darreichungsformen sind bei richtiger Handhabung kaum Nebenwirkungen zu erwarten.

Cromoglicinsäure oder Nedocromil: Diese Substanzen verhindern, dass Histamin überhaupt freigesetzt wird. Um richtig zu wirken, brauchen Cromoglicinsäure oder Nedocromil jedoch einige Tage Vorlauf, bevor die Pollensaison beginnt.

Homöopathische Mittel Auch im Bereich der saisonalen Allergien bietet die Homöopathie eine Ergänzung zur Schulmedizin. So kommt etwa indisches Lungenkraut (*Adhatoda vasica*) in Form von Globuli, Tabletten oder Tropfen zum Einsatz. Eine fixe Kombination aus *Luffa operculata*, *Galphimia glauca* und *Cardiospermum halicacabum* kann ebenfalls helfen. Bei den Einzelmitteln wählen homöopathisch arbeitende Ärzte oder Heilpraktiker abhängig von den dominierenden Beschwerden zum Beispiel zwischen *Allium cepa*, *Euphrasia officinalis* oder *Galphimia glauca*.

Termine in der Augusta-Frauenklinik

Die Sicherheit von Babys im Auto ist Thema bei einem Infoabend der Augusta-Frauenklinik für Interessierte und werdende Eltern. Am 8. Mai (Do.) um 18.30 Uhr informieren die Augusta-Experten an der Bergstraße 26 in Kooperation mit der Bochumer Polizei darüber, wie man Babys und Kleinkinder mit Maxi-Cosy oder Kindersitz im Fahrzeug korrekt sichert.

Zur gleichen Zeit am gleichen Ort geht es am 5. Juni (Do.) um geburtserleichternde Maßnahmen. Es gibt zwischen Anthroposophie und Schulmedizin eine ganze Reihe sanfter Mittel, mit denen man seinen Körper auf die Geburt vorbereiten kann. Dazu gehören der Genuss von Himbeerblättertée oder auch Heublumen-Dampfbäder, die das Gewebe lockern. Das Team der Frauenklinik hat viele Tipps parat. Im Anschluss an beide Veranstaltungen besteht die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen und Führungen durch den neuen Kreißaal. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Treffpunkt ist vor dem Kreißaal.

Spitzen-Bewertung für Sozialstation L'dreer

Über die Top-Note „sehr gut“ freuen sich die Mitarbeiter der Langendreerer Sozialstation der Augusta Ambulanten Dienste, einem Tochter-Unternehmen der Augusta Kliniken.

Die Prüfer des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) gaben der Einrichtung an der Hauptstraße 146 diese Spitzen-Bewertung. Die Note setzt sich zusammen aus der Prüfung der rein pflegerischen sowie der ärztlich verordneten Leistungen. Auch Dienstleistung und Organisation sowie die Befragung der Kunden fließen mit in die Bewertung ein, die bei den „Augustanern“ in der Summe eine stolze 1,3 ausmacht. Das ist Spitze, denn der Landesdurchschnitt aller MDK-Bewertungen liegt schon wirklich gut bei der Note 1,4. „Wir bilden unsere examinierten Fachkräfte selbst aus“, stellt Dr. Thomas Hulisz fest, der die Ambulanten Dienste des Augusta, des Evangelischen Krankenhauses Hattingen und des Marienhospitals in Herne leitet. „Diese Qualität findet sich dann – für mich ganz logisch – auch in den Beurteilungen wieder.“

Motorradsaison: Vorsichtiger Start ist besser als Hochrasanzfahrten!

Unfallchirurgen warnen / Verheerende Unfälle gehäuft in April und Mai



Sehr schnell unterwegs – und dabei relativ ungeschützt. fobo-Bild: © Marianne J. / pixelio.de

„Nicht angepasste Geschwindigkeit ist mit Abstand die häufigste Unfallursache bei Motorradfahrern“, sagt Professor Bertil Bouillon, Präsident der DGU. Nach fehlender Fahrpraxis über die Wintermonate raten die Experten den Motorradfahrern, sich vorsichtig wieder im Straßenverkehr einzufügen. Zudem müssten sich auch Autofahrer wieder an die zweirädrigen Verkehrsteilnehmer gewöhnen.

In Deutschland versorgen Unfallchirurgen im Durchschnitt jährlich über 25.000 (bei polizeilich gemeldeten Unfällen!) verunglückte Motorradfahrer und Beifahrer. Vor allem in den Monaten April und Mai kommt es zu einem starken Anstieg des Unfallaufkommens.

„Die Verletzungen sind oft sehr schwerwiegend, da bei Fahrer und Beifahrer ein Aufprallschutz durch Blech, wie etwa beim Auto, fehlt“, so Bouillon, der als Direktor und Unfallchirurg an der Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Sport-

traumatologie am Klinikum Köln-Merheim tätig ist. Laut den Auswertungen des TraumaRegisters der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (TraumaRegister DGU®) ereignen sich die meisten Motorradunfälle mit lebensgefährlichen Verletzungen am Samstag und Sonntag zwischen 15 und

► Das Traumaregister der DGU

Das TraumaRegister DGU® ist ein Instrument des TraumaNetzwerk DGU®, dessen Ziel die Verbesserung der Schwerverletztenversorgung ist. Die am TraumaNetzwerk DGU® teilnehmenden Kliniken verpflichten sich, die Behandlungsdaten von Unfallverletzten in das TraumaRegister einzupflegen. Anhand dieser Daten werden Aussagen zur Versorgungsqualität ermöglicht und moderne medizinische Behandlungsmethoden auf ihre Effektivität hin untersucht. Derzeit verfügt das Register über mehr als 550 aktive unfallchirurgische Kliniken. Es ist eines der größten Register seiner Art in der Welt.

20 Uhr. Vor allem betroffen ist dabei der Brustbereich (60–69 Prozent), beispielsweise mit Verletzungen der Lunge, gefolgt von Verletzungen an den Armen (50–59 Prozent), den Beinen (40–49 Prozent) und dem Kopf (30–39 Prozent).

Unter allen Verkehrsteilnehmern das größte Risiko, tödlich zu verunglücken. Unfallchirurgen raten Motorradfahrern neben dem Fahren mit angepasster Geschwindigkeit und einem Motorradcheck nach der Stehzeit im Winter, eine komplette Schutzkleidung zu tragen. Darunter zählen neben dem Helm auch Motorradjacke und -hose, Handschuhe und Stiefel.

Motorradfahrer haben unter allen Verkehrsteilnehmern das größte Risiko, tödlich verletzt zu werden. Laut statistischem Bundesamt verunglückten 2012 insgesamt 27.947 Motorradfahrer bei Verkehrsunfällen, darunter 9158 Schwerverletzte, 18.203 Leichtverletzte sowie 586 Menschen, die an den Unfallfolgen starben. Damit war von den 3600 im Straßenverkehr Getöteten jeder sechste Fahrer oder Mitfahrer auf einem Motorrad.

Susanne Herda

► Downloads unter www.dgu-online.de von: „Zweiradunfälle im Straßenverkehr“ 2012 des Statistischen Bundesamtes Weißbuch Schwerverletztenversorgung der DGU

► Buchbestellung: office@dgu-online.de Buch: „Jeden kann es treffen – Gesichter jenseits der Statistik“

► Kontakt für Rückfragen: Susanne Herda, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit; Deutsche Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) e.V. Straße des 17. Juni 106-108, 10623 Berlin Telefon: +49 (0)30 340 60 36 -20 (Durchwahl -06) Telefax: +49 (0)30 340 60 36 21 E-Mail: susanne.herda@dgu-online.de URL: www.dgu-online.de

► Weitere Informationen: <http://www.dgu-online.de> <http://www.traumaregister.de> <http://www.dgu-traumanetzwerk.de/>

Augusta schenkt sich zum 150-jährigen Klinik-Jubiläum einen neuen Kreißsaal

Viele Besucher bei „Woche der offenen Kreißsaal-Tür“ und Familientag

Zur „Woche der offenen Kreißsaaltür“ hatte die Augusta-Kinderklinik eingeladen. Unter dem Motto „Augusta-Kinder – fabelhaft gebor(g)en von Anfang an“ gab es an fünf Tagen ein ebenso informatives wie vielseitiges Programm, das eine große Menge von Schwangeren sehr gerne in Anspruch nahm. Den Abschluss bildete ein Familientag mit buntem Programm, bei dem nicht nur Partner, sondern auch Kinder und Großeltern gerne dabei waren.

Wunderbar renoviert, freundlich gestaltet, mit schönen, teils übermannshohen Bildern an den Wänden – so präsentieren sich jetzt die Räume des Augusta-Kreißsaals. Die Verschönerungen wurden im Rahmen des 150-jährigen Augusta-Jubiläums durchgeführt.

Viele Jahre Arbeit

„Man fühlt sich gleich wohl und angenommen“, lobte Priv.-Doz. Dr. Gabriele Bonatz, die



Fachkundige Begutachtung: Die Geburtswanne ist geräumig – und sie hat eine Tür für den bequemen Einstieg. fobo-Bild: eb-en

Chefärztin Frauenklinik. Sie freute sich riesig, dass die Räume jetzt so wohnlich sind. „Wir haben viele Jahre daran gearbeitet, das so hinzubekom-

men. Und wir merken jetzt an den Geburtenzahlen, dass die Räumlichkeiten bei den Frauen sehr gut ankommen.“ In der Aktionswoche sind sehr viele Menschen gekommen – und haben auch noch eine Menge gesehen und gelernt.

Workshop-Themen Wickeln und Babypflege

In vielen Workshops ging es nämlich zum Beispiel bei Kinderkrankenschwester Ute Lütkenhaus um Wickeln und Babypflege, bei Bettina Zünkler vom Institut Auszeit um Wellness in der Schwangerschaft. Hebamme Jutta Rietdorf erklärte die Anwendung des Tragetuches. Experten der Bochumer Polizei wiederum informierten in ihrem Vortrag über Sicherheit im Auto, und der Verein donum vitae lieferte rechtliche und finanzielle Informationen sowie

Sozialberatung für Schwangere und ihre Partner.

Hebammen und das Augusta-Team boten im Stundentakt Kreißsaalführungen an, und Oberarzt Benedikt Gottschlich zeigte das Video einer Geburt. Hebamme Michaela Hoffmann informierte in ihrem Workshop über „Naturheilkunde rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett“.

Künstlerische Aspekte in der Aktionswoche

Es gab in der Aktionswoche aber auch künstlerische Aspekte. Im Sekretariat der Frauenklinik war die Kunst-Ausstellung „Lebensbäume – Lebensträume“ von Vera Plietker zu sehen – und ein besonderes Highlight war das „Babybauch- und Kindershooting“ mit Fotografin Sandra Koch.



Das Babybauch-Kindershooting kam sehr gut an; hier die Fotografin Sandra Koch in Aktion. Viele Frauen wollten sich und die Kinder ablichten lassen. fobo-Bild: eb-en

eb-en



Rund 180 Kindergarten- und Grundschul Kinder aus Wattenscheid hatten jede Menge Spaß beim Mitmachtheater Erwin und Rosi.

Erwin und Rosi machen Kinder mobil

Präventionsprojekt von Knappschaft und Dietrich-Grönemeyer-Stiftung

Das gemeinsame Präventionsprojekt der Knappschaft und der Dietrich-Grönemeyer-Stiftung eroberte unlängst die Bühne in der Lohrheide-Sporthalle. Rund 180 Kinder der Gemeinschaftsgrundschule Leithe sowie den Kindertagesstätten St. Johannes und Unterm Regenbogen hatten jede Menge Spaß beim Bühnenstück „Erwin und Rosi auf der Suche nach der verlorenen Sommersprosse“.

Das Präventionsprojekt spricht spielerisch Kinder im Alter von drei bis sieben Jahren an. Ziel ist es, die motorischen und geistigen Fähigkeiten der Kinder nachhaltig zu mobilisieren. Es fördert den Gleichgewichtssinn und verbindet Gesundheitslehre mit Spaß an der Bewegung.

Bettina am Orde, Geschäftsführerin der Knappschaft, hebt hervor: „Die Knappschaft engagiert sich schon seit langem in Präventionsprojekten für Kinder und Jugendliche. Wir wollen mit dem neuen Projekt Prävention von Kindesbeinen an unterstützen, Kinder mobil erhalten und

auch wieder ins Gleichgewicht bringen“. Als Krankenkasse sei es für die Knappschaft wichtig, dass Prävention auch nachhaltige Wirkung erziele. Der Präventionsansatz des gemeinsamen Projekts setzt auf diese Nachhaltigkeit, denn das Mitmach-Theater ist nur der Auftakt eines umfangreichen Bewegungsprogramms, das neben den Kindern auch die Eltern und Erzieher einbezieht.

Gesundheitsbewusstsein stärken

Die Dietrich-Grönemeyer-Stiftung setzt sich seit ihrer Gründung für mehr Bewegung und die Bildung eines ganzheitlichen Gesundheitsbewusstseins von Kindern in Schulen und Kindergärten ein. „Dieses Projekt verbindet Bewegung, Bildung von Körperbewusstsein und Vermittlung von Lebensfreude zu einer unterhaltsamen und nachhaltigen Aufführung“, betont Prof. Grönemeyer.

Im Mittelpunkt des 40-minütigen interaktiven Theaters steht das Thema

Gleichgewicht. Die Studie „Schnecke – Bildung braucht Gesundheit“ belegt, dass zwei Drittel aller Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren Schwierigkeiten in diesem Bereich haben. Einher gehen damit sogar schlechtere Noten in den Fächern Deutsch, Mathe und Sport.

Mit dem Vorhang des Mitmach-Theaters „Erwin und Rosi auf der Suche nach der verlorenen Sommersprosse“ fällt der Startschuss für ein auf Nachhaltigkeit setzendes Begleitprogramm in Kindergärten und Schulen. Unter Anleitung erfahrener Bewegungstherapeuten trainieren Kinder auf einem Bewegungs-Parcours ihr Gleichgewicht. Mit einem eigens zu diesem Zweck entwickelten Bewegungskalender lassen sich Übungen und Bewegungsabläufe ohne technischen Aufwand flexibel in den Kindergarten- und Schulalltag integrieren. Zudem gibt es vor jeder Aufführung einen Informationsabend für Eltern und nach jeder Aufführung bis zu drei Folgetermine, bei denen das bewegungsorientierte

Konzept mit Lehrern und Erziehern vertieft wird.

Das so unterhaltsame wie spannende Theaterstück bietet auf einer gemeinsamen Tour 2014 Kindern in Kindergärten und Grundschulen bühnenreife Gesundheitslehre mit Aha-Effekten und viel Spaß. Das „Erwin und Rosi“-Mitmach-Theater möchte Kindern möglichst früh mehr Bewusstsein für den eigenen Körper vermitteln. Dabei stehen Bewegung, Gleichgewicht und Gesundheit im Rampenlicht.

Lebenswichtige Botschaften

Warum Bewegung von Kindesbeinen an so gut tut? Wie schon Kinder ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen können? Wieso das Gleichgewicht so wichtig ist? Das Kinderspiel Erwin, Rosi und ihre „tierischen“ Erlebnisse in der Praxis von Dr. Schönemeyer geben die Antworten.

Das Mitmach-Theater mit den Zwillingen, bekannt aus der gleichnamigen Pixibuch-Reihe von Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer, dient als unterhaltsames Medium für im wahrsten Wortsinn „lebenswichtige“ Botschaften. Im Mittelpunkt stehen die Charaktere Erwin und Rosi – zwei neugierige Kinder, die alles wissen wollen, deren Neugier und Abenteuerlust kaum zu stillen sind. Mit viel Phantasie und noch mehr Fragen gehen die Kinder den „Geheimnissen“ ihres Körpers und damit auch denen der Gesundheit auf den Grund. Das Ziel: Wer über Bewegung informiert und im Gleichgewicht ist, steht sicher im Leben.

Das Stück spielt in der Praxis von Dr. Schönemeyer. Das Wartezimmer ist proppenvoll, das Telefon hört nicht auf zu klingeln. Doch Sprechstundenhilfe Bärbel und den bei Mensch und Tier beliebten Dr. Schönemeyer bringt so schnell nichts aus der Ruhe. Jedem noch so kleinen Wehwehchen wird große Aufmerksamkeit geschenkt: Da kommt Monsieur Flöh angehumpelt – er hat sich den Fuß verknackst, Mister Owl ist flügelahm und verspannt, Frau Schnegge hat sich den Magen verdorben und Señor Conecho, ausgerechnet der Zahnbürstenvertreter, wird heute selbst von Zahnschmerzen geplagt.

Doch die tierischen Sorgen der anderen sind Erwin willkommen, lenken sie ihn doch von den eigenen ab. Und so stehen die Zwillinge den Schönemeyers bald tatkräftig zur Seite und zaubern den tierischen Patienten schnell wieder ein Strahlen ins Gesicht. Bis Erwin endlich an der Reihe ist. Werden der Doktor und die Kinder auch ihm helfen können?

Das Mitmach-Theater „Erwin und



Spielerisch werden den Kindern die Geheimnisse ihres Körpers bewusst gemacht.

Rosi auf der Suche nach der verlorenen Sommersprosse“ ist speziell auf die vielseitigen Bewegungsanforderungen von Kindern in Kindergärten und Grundschulen abgestimmt und unterstützt sie dabei, ihre motorischen, sensorischen und kognitiven Fähigkeiten zu erkennen und zu nutzen.

Erschreckende Studienergebnisse

Ergebnisse der Studie „Schnecke – Bildung braucht Gesundheit“ der Dietrich-Grönemeyer-Stiftung mit dem Hessischen Kultusministerium (2007–2012) belegen, dass zwei Drittel aller Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren Schwierigkeiten im Gleichgewicht zeigen.

Diese Kinder erzielten schlechtere Noten in den Fächern Deutsch, Mathe und Sport als Schülerinnen und Schüler mit einem

guten Gleichgewicht. Damit sich Knochen, Muskeln, das Herz-Kreislaufsystem, das Gehirn und auch soziale Kompetenzen optimal entwickeln können, brauchen Kinder vielfältige Bewegungsreize. Die Bedeutung spielerischer Bewegungsangebote bereits in Kindergärten und Grundschulen kann daher gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Sie fördern gleichermaßen die soziale, emotionale, sprachliche, motorische und kognitive Entwicklung des Kindes.

Das Mitmach-Theater dauert ca. 45 Minuten und richtet sich gezielt an Kindergartenkinder und Schülerinnen und Schüler der Grundschulklassen 1 und 2. aschro

► Weitere Informationen:

www.erwinundrositour.de

www.dg-stiftung.de

www.knappschaft.de



In der Praxis von Dr. Schönemeyer wird jedem geholfen.

fobo-Bilder (3): Schröder

Smarte Elektroautos: Bereits über 40.000 Kilometer durch die City gefahren

„E-Quartett“ der Stadtwerke Bochum leistet Beitrag zum Klimaschutz

Sie surren und schnurren leise – und der „normale“ Autofahrer hat das Gefühl, so ein Elektroauto wird von Geisterhand bewegt: Die Geräuscharmut beeindruckt wirklich. Und dass man auch noch von A nach B kommt, ohne das geringste Motorgeräusch zu verursachen, ist formidabel.

Ein Selbstversuch mit dem vor dem Park Inn stationierten Elektro-Smart sollte Aufschluss geben über die Leistungsfähigkeit der smarten E-Flitzer, über den Radius und die Nutzerfreundlichkeit der gerade im Ruhrgebiet immer wieder zitierten Elektromobilität.

Getestet haben wir mit zwei Stadtfahrten und einer Autobahntour nach Hattingen, die den möglichen Radius nicht ganz auslotete, die positiven Seiten dieser ökologischen Fortbewegungsform allerdings bestätigte. Schön auch: Man kann bei der Fahrt entspannt plaudern.

Die ersten Elektroautos rollen ja schon seit ein paar Jahren über Bochums Straßen.

Dass Elektrofahrzeuge im Stadtverkehr durchaus treue Dienste leisten und sich im alltäglichen Gebrauch nicht vor der Konkurrenz verstecken müssen, zeigt auch die jüngste Bilanz der Stadtwerke Bochum. Mehr als 40.000 Kilometer legte das „E-Quartett“ bislang mit elektrischer Energie zurück. Aktuell zählt der E-Mobil-Fuhrpark der Stadtwerke Bochum nämlich vier Elektroautos.

Für Fahrten im Stadtgebiet

Den Anfang machten 2012 zwei Fahrzeuge des französischen Herstellers mia electric. Wenige Wochen später kam der Fiat 500 der Firma Karabag hinzu. Ein Opel Ampera ist der jüngste Neuzugang der elektrifizierten Stadtwerke-Flotte. „Wir nutzen unsere Elektromobile vorrangig für Fahrten im Stadtgebiet, denn gegenüber den klassischen Verbrennungsmotoren erzeugen wir weniger Emissionen durch Abgase und Lärm“, erklärt Dietmar Spohn, Geschäftsführer der Stadtwerke Bochum. „Wir leisten damit

einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz. Im Vergleich zu Verbrennungsmotoren haben unsere Elektroautos bislang zu einer CO₂-Einsparung von rund 10.000 kg geführt.“

Auch die IHK hat inzwischen einen Elektro-Ampera angeschafft, ist Partner von „RuhrAutoE“ und unterstützt das von Prof. Ferdinand Dudenhöffer (Uni DU/E) initiierte Elektromobilitätskonzept. Ein Netz von mietbaren Elektrofahrzeugen soll das Ruhrgebiet abdecken.

Wenn die Witterung es zulässt, sieht man Mitarbeiter der Stadtwerke Bochum auch auf zwei Rädern leise durch die Stadt rollen. Mit drei Elektrorollern legten die Stadtwerker seit 2009 zusätzlich mehr als 2000 Kilometer auf Bochums Straßen zurück.

Aktuell sind in Bochum 69 Elektromobile zugelassen. Damit diese Zahl weiterhin steigt, sorgen die Stadtwerke Bochum für die nötige Infrastruktur: „Mittlerweile haben wir 13 öffentlich zugängliche

Ladesäulen im Stadtgebiet errichtet und damit eine leistungsfähige Infrastruktur für die Antriebstechnik der Zukunft geschaffen.“ An den öffentlichen Stromladesäulen können alle Elektrofahrzeugnutzer kostenlos umweltfreundlichen Strom aus Wasserkraft tanken.

„Auf diese Weise leistet die Elektromobilität in Bochum einen ganzheitlichen Beitrag zum Umweltschutz. Für die an den Ladesäulen abgegebenen Strommengen beziehen wir in gleichem Umfang Ökostrom aus Wasserkraft“, ergänzt Dietmar Spohn.

69 E-Autos in Bochum

Die steigenden Zulassungszahlen von E-Mobilen führen auch zu einer stärkeren Nutzung der öffentlich zugänglichen Elektroladesäulen des Bochumer Energieversorgers. Seit 2009 haben die Stadtwerke Bochum rund 5500 Kilowattstunden (kWh) an den Elektrozapfstellen zur Verfügung gestellt. Bei einem durchschnittlichen Verbrauch von 15 kWh auf 100 Kilometern entspricht dies einer Reichweite von rund 36.600 km. Bei aktuell 69 Elektrofahrzeugen in Bochum hat somit statistisch jeder Wagen kostenlos Strom für ca. 530 km bei den Bochumer Stadtwerken getankt.

Damit in Zukunft immer mehr Bürgerinnen und Bürger in Bochum auf die moderne und umweltschonende Antriebsweise umsteigen, bieten die Stadtwerke Käufern eines Opel Ampera Vergünstigungen für den Ökostrombezug für das eigene Zuhause. Somit profitieren nicht nur die Kunden, sondern auch die Umwelt vom elektromobilen Engagement der Stadtwerke.



Öko-Posing: Die E-Flotte der Stadtwerke Bochum vor der Jahrhunderthalle.

fobo-Bild: Sascha Kreklau



Dr. Martin Kitzrow (rechts) mit dem Behandlungsteam auf der Stroke Unit.

fobo-Bild: Marcus Gloger

Qualitätsgesicherte Versorgung

Bergmannsheil: Schlaganfall-Spezialstation erneut zertifiziert

Wenn Patienten einen Schlaganfall erleiden, ist schnelle Hilfe und die Versorgung auf einer spezialisierten Schlaganfall-Spezialstation das Gebot der Stunde. Um zu dokumentieren, dass die Behandlung auf einer solchen Stroke Unit nach objektiven Qualitätskriterien verläuft, sind regelmäßige Zertifizierungen nötig. Die Stroke Unit der Neurologischen Klinik am Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil wurde jetzt für drei weitere Jahre zertifiziert.

Sie weist damit nach, dass sie alle organisatorischen, apparativen und personellen Voraussetzungen erfüllt, die von der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft und der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe definiert wurden.

Kriterien für die Zertifizierung sind unter anderem die permanente Verfügbarkeit der Stroke Unit, der Nachweis von Mindestfallzahlen und von allen nötigen ärztlichen Disziplinen.

Frührehabilitation als Schwerpunkt

Weiterhin müssen medizintechnische Diagnostikgeräte wie zum Beispiel Computertomografie (CT), Magnetresonanztomografie (MRT) und Angiografie vorhanden sein. Vorgeschrieben ist weiterhin die Teilnahme an Qualitätssicherungsmaßnahmen wie dem Schlaganfallregister und regelmäßige Fortbildungen des Stroke-Unit-Teams.

Ärzte, Pflegekräfte und auch Therapeuten müssen in ausreichender Zahl zur Verfügung stehen. „Die umfassende

Rehabilitation ist eine Besonderheit im Behandlungskonzept unserer Klinik“, erklärt Prof. Dr. Martin Tegenthoff, Direktor der Neurologischen Klinik im Bergmannsheil. „Sie setzt schon auf der Stroke Unit ein und kann anschließend auf der Frührehabilitations-Station fortgesetzt werden.“ Neben Ärzten und Pflegekräften gehören Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Neuropsychologen, Musiktherapeuten und Sozialarbeiter zum Behandlungsteam. Spezielle Expertise hat die Neurologische Klinik in der Diagnostik von Schluckstörungen und der Therapie von Sehstörungen, die infolge eines Schlaganfalls auftreten können. Pro Jahr werden rund 600 Patienten mit einem Schlaganfall im Bergmannsheil behandelt.



Inklusionsprojekt: Wolfgang Pohl lebt im Appartementhaus der Diakonie Ruhr in Bochum-Weitmar.

fobo-Bild: Hanjo Schumacher

„Pantoffelnähe“ und Gemeinschaft zeichnen das Dorf in der Stadt aus

2. EVR-Forum blickte hinter den beliebten Begriff „Quartier“

Wenn das Quartier die zukünftige Handlungsebene sein soll, muss die Arbeit dort auch angemessen finanziert werden. Das ist ein Fazit des 2. EVR-Forums in Bochum. 220 Fachleute aus Sozialwirtschaft, Verwaltung und Politik waren der Einladung des Evangelischen Verbunds Ruhr in die Stadtparkgastronomie gefolgt, um sich zum Thema „Quartier ... inklusive“ auszutauschen und hinter den beliebten Begriff zu schauen.

EVR-Geschäftsführer Werner Neveling legte eingangs nachdenklich stimmende Zahlen zur demographischen Entwicklung in Nordrhein-Westfalen vor. Die Zahl der

Pflegebedürftigen wird von 548.000 auf 945.000 im Jahr 2050 steigen. Legt man die bisherige Verteilung zwischen ambulanter und stationärer Unterbringung zugrunde, werden 652.000 davon zu Hause gepflegt werden.

Da immer weniger Menschen von Familienangehörigen versorgt werden, kommt eine Herkulesaufgabe auf die bereits jetzt mit Fachkräftemangel kämpfenden Pflegedienste zu. „Wenn wir nicht wollen, dass die Zahl der zu Hause gepflegten Menschen abnimmt, müssen wir die ambulante Pflege ausbauen“, betonte Neveling. „Wir brauchen eine Quartiersentwicklung, die hilft, das demographische Problem zu lösen.“

Den EVR-Chef stört besonders, dass stets mit den Finanzen argumentiert wird. „Wenn wir über eine menschenwürdige Versorgung sprechen, dürfen nicht die Kosten in den Vordergrund gestellt werden“, sagte Neveling. Eine niedrige Rente dürfe zudem kein Ausschlusskriterium für eine quartiersnahe Versorgung sein.

Dem Quartiersbegriff kritischer gegenüber stand Dr. Jürgen Gohde, Vorsitzender des Kuratoriums Deutsche Altershilfe. „Es gibt auch ältere Menschen, die ein Netzwerk über die ganze Stadt gesponnen haben, und darauf erfolgreich zurückgreifen. Quartier bedeutet nicht automatisch Nachbarschaft“, sagte er.

Baurat Dr. Ernst Kratzsch gab einen Einblick in die Bochumer Quartiere und darin, wie die Stadt gegen veralteten und schlecht instand gehaltenen Wohnraum kämpft.

Eigentümer kümmern sich nicht oder zu wenig

Um mehr barrierefreie und renovierte Wohnungen mit modernen Zuschnitten zu bekommen, seien besonders die Eigentümer in der Pflicht. „Viele Stadtteile leiden darunter, dass Immobilienbesitzer sich nicht kümmern oder nicht mit anderen zusammenarbeiten wollen“, sagte Kratzsch.

Welche Gemeinsamkeiten ein lebenswertes Quartier für Senioren und eines für Men-

schen mit Behinderung haben, stellte Torsten Bölting dar. Der Leiter des Landesbüros alterngerechte Quartiere NRW sprach neben Barrierefreiheit von einer „Pantoffelnähe“ der Versorgung und Beratung, von einem „Dorf in der Stadt“.

In einem der vier Workshops diente später das Appartementhaus der Diakonie Ruhr in Bochum-Weitmar als Beispiel dafür, wie sich Menschen auch mit schweren Behinderungen in lebendige Stadtviertel integrieren lassen.

Am Nachmittag diskutierten die Teilnehmer mit den Landtagsabgeordneten Josef Neumann (SPD) und Arif Ünal (Grüne) und Norbert Killewald, Beauftragter der Landesregierung für Menschen mit Behinderung. Die Forderung an die Politik: Weg vom „Operieren in einem Möglichkeitsraum“ hin zu konkreten Maßnahmen für das Quartier.

Der Evangelische Verbund

Ruhr (EVR) ist ein Zusammenschluss der Diakonie Ruhr und der Evangelischen Krankenhausgemeinschaft Herne Castrop-Rauxel. Die seit Juli 2011 bestehende Holding macht die beiden Partner-Unternehmen zum größten evangelischen Arbeitgeber in der Region. Gemeinsam weisen die Diakonie Ruhr und die Evangelische Krankenhausgemeinschaft ein Umsatzvolumen von insgesamt 230 Mio. Euro auf.

Ziel des Zusammenschlusses ist es, an jedem Standort der beiden Partner umfassende Gesundheits- und Versorgungsleistungen aus einer Hand zu entwickeln. Beide Unternehmen haben ihre jeweiligen Unternehmensstrukturen beibehalten und agieren unabhängig voneinander. Spätestens 2016 sollen auch die gemeinnützigen Gesellschaften des Diakoniewerkes Gelsenkirchen und Wattenscheid e.V. dem Verbund beitreten. **Felix Ehlert**



Spaziergang mit Seniorin am Springerplatz: Das Quartier ist die neue Handlungsebene. fobo-Bild: Peter Lutz



Schwerpunktthema
auf dem Dr.-Ruer-Platz:
**Schutz vor Einbruch
und Diebstahl**

von
**11-16 Uhr
geöffnet!**

17. + 18. Mai **Immobilien 2014**

Die größte Präsentation des lokalen Immobilienmarktes.

Beratung. Planung. Modernisierung.
Finanzierung in Sparkassen-Qualität.

Unsere Beratungsangebote:

- Öffentliche Fördermittel des Landes NRW und der KfW-Bank für: junge Familien, energetische Modernisierung, barrierefreies Umbauen und Einbruchsicherungsmaßnahmen.
- „Wieviel Immobilie kann ich mir leisten?“ - Der Kurz-Check.
- Mit LBS-Wohn-Riester bis zu 50.000 Euro sparen.
- Eigentumsvorsorge im Pflegefall oder bei „Hartz IV“.

Immobilien

**Sparkasse
Bochum**

Sparkasse Bochum · Dr.-Ruer-Platz

Heimer Institut für Muskelforschung am Bergmannsheil gegründet

Stiftung von Siegfried und Irmgard Heimer unterstützt klinische Forschung



V.l.: Irmgard und Siegfried Heimer (Vorstand Heimer Stiftung), Prof. Dr. Matthias Vorgerd (Leiter Heimer Institut) und Johannes Schmitz (Geschäftsführer Bergmannsheil). fobo-Bild: D. Wagner/Bergmannsheil

Mit der Unterzeichnung meines Kooperationsvertrages haben die „heimer stiftung“, Bielefeld, und das Bergmannsheil in Bochum das Heimer Institut für Muskelforschung gegründet. In ihm werden die Forschungsaktivitäten der Neurologischen Klinik des Bergmannsheils zur Muskeldystrophie (bzw. Muskelschwund) gebündelt.

Dabei handelt es sich um die erbliche Form einer Muskelerkrankung, die sich im fortschreitenden Verlust von Muskelmasse und einer zunehmenden Muskelschwäche äußert.

Neue Impulse für die Muskelschwundforschung

Mit regelmäßigen Zuwendungen aus ihren jährlichen Erträgen und Spendeneinnahmen unterstützt die „heimer stiftung“ fortan den Betrieb des Institutes. Leiter des Heimer Institutes wird Prof. Dr. Matthias Vorgerd, leitender Oberarzt der Neurologischen Klinik am

Bergmannsheil (Direktor: Prof. Dr. Martin Tegenthoff).

„Mit dem neuen Institut wollen wir die Zusammenarbeit zwischen der Klinik und unserer Stiftung auf eine neue Basis stellen“, sagt Siegfried Heimer, Mitbegründer und Vorsitzender der gleichnamigen Stiftung, der selbst an einer Muskeldystrophie leidet. „Bereits in der Vergangenheit haben wir die Muskelschwundforschung am Bergmannsheil auf vielfältige Weise unterstützt, weil die Neurologische Klinik über eine große klinische und wissenschaftliche Expertise bei Muskelerkrankungen verfügt.“ Auch Johannes Schmitz, Geschäftsführer des Bergmannsheils, freut sich über die neue Kooperation: „Stiftungen spielen eine wichtige Rolle für die Unterstützung medizinischer Forschung – gerade wenn es sich um eher seltene Erkrankungen handelt, die nicht im Fokus der Öffentlichkeit stehen. Wir danken Herrn Heimer und seiner Stiftung für ihr Engage-

ment, um der Muskelschwundforschung neue Impulse zu verleihen.“

Das Heimer Institut für Muskelforschung wird an der Neurologischen Klinik des Bergmannsheils etabliert. Hier werden derzeit rund 1200 Patienten mit neuromuskulären Erkrankungen ambulant und stationär versorgt. In einem eigenen Muskellabor werden pro Jahr ca. 200 Muskel- und Nervenbiopsien ausgewertet. Die Klinik leitet zugleich das Muskelzentrum Ruhrgebiet, einen Verbund von Spezialkliniken für die regionale Versorgung von Patienten mit neuromuskulären Erkrankungen. Sie unterhält langjährige wissenschaftliche Kooperationen mit weiteren nationalen und internationalen Muskelzentren. Das Heimer Institut integriert fortan die vorhandenen Strukturen der Muskelambulanz am Bergmannsheil. Arbeitsgebiete des Institutes sind die Behandlung und Versorgung muskelkranker Menschen und die Forschung im Bereich der Muskeldystrophie. Die „heimer stiftung“ unterstützt den Betrieb des Institutes regelmäßig mit Zuwendungen aus ihren Spendeneinnahmen und Erträgen.

Teure Spezialmikroskope

„Muskelschwund ist derzeit nicht heilbar, deshalb konzentriert sich unsere Arbeit darauf, einerseits neue Therapien auf ihre Wirksamkeit zu prüfen, andererseits die symptomatisch ansetzenden Maßnahmen für die betroffenen Patienten zu optimieren“, sagt Prof. Dr. Matthias Vorgerd, Leiter des Heimer Institutes. Konkrete Unterstützung leistete die „heimer stiftung“ hierbei durch die Finanzierung von mehreren

Spezialmikroskopen, mit denen die Entstehungszusammenhänge von Muskeldystrophien besser erforscht werden können. Neueste Errungenschaft am Bergmannsheil ist ein sogenanntes Live-Cell-Imaging-Mikroskop im Wert von 130.000 Euro: Damit können lebende Zellen über einen bestimmten Zeitraum untersucht und dargestellt werden. Bei krankhaften bzw. abnormen Muskelzellen können die Forscher in Echtzeit verfolgen, wie sich neue Therapien auf die betroffenen Zellen auswirken.

Deutschlandweit rund 100.000 Betroffene

Neuromuskuläre Erkrankungen, die sich in Muskelschwäche oder Muskelschwund äußern, sind äußerst vielgestaltig. Rund 800 verschiedene Krankheitsbilder zählen dazu. Die Symptome reichen von leichten bis schweren Bewegungseinschränkungen bis hin zu Atemaussetzern oder Herzschwäche. Viele Patienten sind auf einen Rollstuhl angewiesen oder versterben frühzeitig. In Deutschland leiden rund 100.000 Menschen an einer solchen Krankheit.

➤ Weitere Informationen:

Website der „heimer stiftung“
www.heimer-stiftung.de

Website des Muskelzentrums Ruhrgebiet

www.bergmannsheil.de/muskelzentrum-ruhrgebiet

Prof. Dr. Matthias Vorgerd
Berufsgenossenschaftliches
Universitätsklinikum Bergmannsheil GmbH

Neurologische Universitäts- und Poliklinik

Bürkle-de-la-Camp-Platz 1
44789 Bochum

Tel.: 0234/302-6812 (Sekretariat); E-Mail: matthias.vorgerd@bergmannsheil.de

Wie pflege ich ältere Menschen mit Demenz?

After Work Lecture und Vortrag an der hsg

Der Studienbereich Pflege der Hochschule für Gesundheit (hsg) lädt am 27. Mai 2014 von 16.30 bis 18.00 Uhr zu einer After Work Lecture (AWL) in den Raum 317 (Universitätsstr. 105, 3. Etage) der hsg ein. Prof. Dr. Thomas Evers, Pflege-Professor an der hsg, wird zunächst ein Referat zum Thema „Die besondere Ungewissheit im Handeln – professionelle Versorgung gerontopsychiatrisch erkrankter Menschen“ halten. Anschließend soll über die Versorgung von älteren Menschen mit Demenz und weiteren psychischen Erkrankungen diskutiert werden.

Nicht nur das Thema „Demenz“ beherrscht aktuell die Diskussionen rund um die Versorgung älterer Menschen. Auch andere psychische Erkrankungen gewinnen in der Begleitung, Betreuung und Versorgung älterer Menschen an Bedeutung. Dabei stellt die therapeutische und pflegerische Versorgung gerontopsychiatrisch erkrankter Menschen alle beteiligten Professionen, aber auch andere Beteiligte vor besondere Herausforderungen. Jedoch wird die Frage, was für die professionell

agierenden Kräfte die Schlüsselprobleme in der Begleitung und Versorgung älterer, psychiatrisch erkrankter Menschen sind, oftmals nur am Rande aufgegriffen. Damit findet die Sichtweise der beruflichen Praxis zu selten Eingang in die Diskussion und Ausgestaltung von wesentlichen Rahmenbedingungen, wie die Gestaltung von Arbeitsbedingungen oder die Entwicklung von entsprechenden Bildungsangeboten.

Schlüsselprobleme in den Fokus rücken

Die Herausforderungen, die aus Sicht einer beruflichen Praxis bestehen und im Rahmen einer Forschungsarbeit analysiert werden, wird der Vortrag aufgreifen und daran anknüpfende mögliche Handlungsstrategien benennen.

Die AWL ist eine hsg-Veranstaltung mit freiem Eintritt. Sie richtet sich an Vertreter aus den Gesundheitsberufen, Studierende, Wissenschaftler und an alle Interessierten. Medienvertreter sind ebenfalls herzlich eingeladen.

► Um Anmeldung wird gebeten, bitte unter der E-Mail-Adresse kirsten.dommermuth@hs-gesundheit.de



Ältere Menschen mit einer Demenzerkrankung brauchen eine besondere Betreuung und Versorgung. fobo-Bild: Caritas

Kfz-Experten machen das Auto fit für den Frühling

von Michael Dittmar



Wirklich hart war der Winter diesmal nicht – zum Glück, denn dadurch wurden auch die Fahrzeuge etwas weniger in Mitleidenschaft gezogen. Wer allerdings

meint, dass ein milder Winter keinerlei Spuren hinterlässt, sollte sich nicht zu sicher sein. Kalt war es während der letzten Monate in jedem Fall, und die Auswirkungen niedriger Temperaturen und nassen Wetters sollte man nicht unterschätzen.

Darum macht ein Besuch in einer Kfz-Werkstatt selbst angesichts wärmer werdender Tage und schöner Sonnenstrahlen durchaus Sinn. Zum einen natürlich, weil man die Bereifung wechseln und man nach den Winter- nun die Sommerreifen aufziehen lassen sollte. Das schont den Abrieb und damit nicht zuletzt auch das Portemonnaie.

Beim Besuch in einer Fachwerkstatt des Vertrauens kann man dann gleich „zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen“. Um entspannt und sicher in den Frühling starten zu können, sollte man mögliche Schwachstellen überprüfen lassen. Häufig müssen Kühl- und Wischwasser aufgefüllt und die Wischerblätter ausgetauscht werden.

Auch bei den übrigen Flüssigkeitsständen haben die Fachleute natürlich einen erfahrenen Blick und erkennen umgehend, ob möglicherweise ein Ölwechsel nötig ist. Und was macht die Batterie? Hat sie noch genügend „Saft“? Auch Scheinwerfer und alle anderen Lichtquellen sollte man überprüfen lassen.

All das nimmt nicht viel Zeit in Anspruch, doch auf das geschulte Auge eines Fachmanns sollte man nicht verzichten. Ein solcher Frühlings-Check ist schnell erledigt und gibt jedem Autofahrer wieder ein sicheres Gefühl.

Michael Dittmar führt gemeinsam mit Thomas Stachowiak an der Elsa-Brändström-Straße die „Dittmar & Stachowiak GmbH“ und ist zudem Mitglied der Bochumer Kfz-Innung.

Überlebensgroße Skulpturen des Künstlers Johannes Brus zieren Goetheplatz

Sparkassen-Stiftung spendiert „Fünf Bildhauer“



Imposante Kunst im öffentlichen Raum: Die Skulpturen aus Bronze.

fobo-Bild: eb-en

Fünf Bildhauer beleben den Goetheplatz zwischen Kunstmuseum, Villa Nora und Goethe Schule: Mitte Februar, wurden die überlebensgroßen Bronzefiguren des Essener Bildhauers und Fotografen Johannes Brus enthüllt.

Die Stiftung der Sparkasse Bochum zur Förderung von Kultur und Wissenschaft hat sie eigens für diesen Platz erworben. „Ich freue mich, dass die Fünf Bildhauer ... in unserer Stadt heimisch werden“, betonte Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz, Vorsitzende des Stiftungskuratoriums. „Die Plastiken sind ein großer Gewinn für unsere Kunst im öffentlichen Raum, weil sie auf sehr ansprechende Weise allen Bürgern einen Zugang zur Bild-

hauerei verschaffen“. Auch Volker Goldmann, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Bochum und des Stiftungsvorstandes, begrüßt die Skulpturengruppe als neue Attraktion für Bochum.

Blickfang bereichert das Stadtbild

„Die fünf Bildhauer passen hervorragend hierhin. Sie sind ein Blickfang für alle, die auf der Kortumstraße in Richtung Kunstmuseum und Stadtpark unterwegs sind. Sie bereichern das Stadtbild ...“

Eine Sicht, die auch Museumsdirektor Dr. Hans Günter Golinski teilt – nicht nur wegen des engen thematischen Bezuges zum Kunstmuseum: „Der Ankauf gibt dem historischen Gebäudeensemble am Stadtpark

einen besonderen Akzent: Das figurative Kunstwerk verleiht dem geschichtsträchtigen Ort eine besinnliche, kontemplative Wirkung.“

Das Ruhrgebiet stelle mit seiner internationalen, hochkarätigen „Kunst im öffentlichen Raum“ ein großflächiges Freilichtmuseum dar, das jedem Bewohner und Besucher kostenfrei zugänglich sei, erläutert Dr. Golinski: „Seit der Aufstellung des ‚Terminal‘ von Richard Serra nimmt Bochum dabei eine herausragende Rolle ein.“

Sonderrolle Bochums

Die Idee, die Bildhauer von Johannes Brus als Bronzeplastiken nach Bochum zu holen, war im Sommer 2012 entstanden. Damals hatte Brus, der nati-

onal wie international hohes Ansehen genießt, die Figurengruppe in Beton im Kunstmuseum Bochum ausgestellt.

Inzwischen sitzen sie – in Bronze gegossen – in unterschiedlichen Haltungen auf ihren Fundamenten. Alle versunken in ihre Gedanken. „Das Handwerk ist nur ein Teil der Bildhauerei. Ganz viel passiert im Kopf“, erklärte Johannes Brus kürzlich den Mitgliedern des Stiftungskuratoriums bei einem Besuch in seinem Atelier. Die Kraft liege in der Ruhe – sie betone die Schwere des Materials.

„Ganz viel passiert im Kopf“

Brus, Jahrgang 1942 war Meisterschüler des Bildhauers Karl Bobek. Er ist dem Ruhrgebiet tief verbunden, lebt und arbeitet in Essen-Kettwig.

Friedhelm Wenderoth hatte 1985 als damaliger Vorstandsvorsitzender der Sparkasse die Stiftung der Sparkasse Bochum zur Förderung von Kultur und Wissenschaft gegründet.

Ein Schwerpunkt ist die künstlerische Ausgestaltung des Bochumer Stadtbildes. Das Stiftungsvermögen beträgt 10 Mio. Euro. Die Verwendung der Erlöse aus dem Stiftungsvermögen legen der Vorstand und das Kuratorium der Stiftung fest.

Die Stelen des Bochumer Künstlers Friedrich Gräsel in den Bögen des Colosseum unterhalb der Jahrhunderthalle, die Fossilienammlung im Bochumer Tierpark, der Chinesische Garten der Ruhr-Universität, die Restaurierung der Preußischen P8 im Eisenbahnmuseum Dahlhausen, die Villa Nora sind einige der großen Anschaffungen und Investitionen der Stiftung. srs

Garantiert allergenfreies Schlemmen

Backbuch für Nahrungsmittelallergiker aus der Bochumer Uni-Kinderklinik

Eine herzhafte Pizza mit Freunden genießen, Omas bestes Gebäck naschen, einen leckeren Kuchen futtern! Was uns allen eine Freude ist, ist für Nahrungsmittelallergiker meist ein Tabu. Für sie gilt „Essen hält Leib und Seele zusammen“ nicht – es sei denn, man hat die richtigen Rezepte und Infos zur Hand.

Genau die liefert das Backbuch „Backen für Nahrungsmittelallergiker. Rezepte ohne Kuhmilch, Hühnerei, Nüsse“. Es basiert auf den Erfahrungen der Autorin Renate Holz-Larose: Sie ist im Universitätsklinikum St. Josef-Hospital Bochum als Ernährungsmedizinische Beraterin/DGE und Ernährungsfachkraft Allergologie/DAAB tätig. In ihrem Backbuch sammelt sie ihre bewährtesten Rezepte, gibt tolle Backtips, Auskunft über Ersatzprodukte und weiterführende Informationen. Das alles wird in anschaulicher Form kurz und knackig dargelegt, wobei die wunderschöne Aufmachung des 76 Seiten starken Buches allein schon einlädt, mit Schürze und Kuchenform bewaffnet die Küche unsicher zu machen.

Buch entstand aus der Praxis für die Praxis

„Während meiner langjährigen Tätigkeit als Ernährungsberaterin im allergologischen Bereich kam von Allergikern immer wieder die Frage: ‚Wie soll ich denn Gebäck ohne Ei, ohne Milch etc. backen?‘“, sagt Renate Holz-Larose. „Daraus entstand der Gedanke, Backkurse für Allergiker zu veranstalten. Diese haben wir erstmals 2012 über das Familienforum Bochum angeboten. Die Begeisterung der Teilnehmer war groß, und der nächste logische Schritt war, das angesammelte Wissen in ein Backbuch einfließen zu lassen.“ Begeisterung



Backen für Nahrungsmittelallergiker

Rezepte ohne Kuhmilch, Hühnerei, Nüsse

ist das Stichwort: Es ist gerade diese Lust am Backen, die bei Betroffenen bzw. Familien mit betroffenen Kindern wieder geweckt werden soll.

Die Freude am Backen zurückgeben

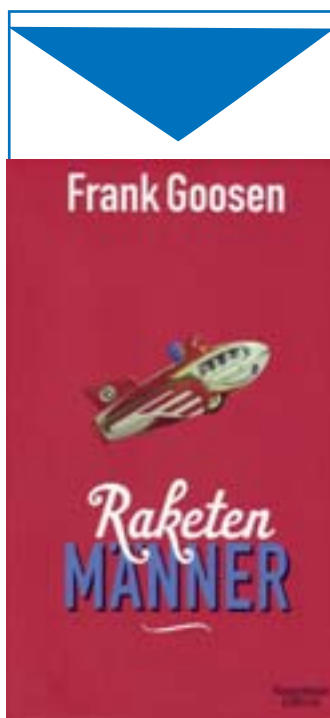
Eine Nahrungsmittelallergie zu haben, heißt meist auch, sich im

täglichen Leben einschränken zu müssen. Oft sind die Ess- und Kochgewohnheiten der ganzen Familie beeinträchtigt. „Wegen der doch zum Teil sehr schweren allergischen und anaphylaktischen Reaktionen werden solche Familien oft von der Angst beherrscht, dass zufällig oder versehentlich falsche Nah-

rungsmittel, z. B. beim Kindergeburtstag, beim Schulausflug oder beim Besuch bei den Großeltern, gegessen werden“, sagt Prof. Dr. Eckard Hamelmann. Der Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum und Leiter des Allergie-Centrums Ruhr (ACR) ist ausgewiesener Allergie-Spezialist und hat die Entstehung des Backbuchs fachlich begleitet. Prof. Eckard Hamelmann betont: „Dieses kleine Büchlein soll vor allem die Furcht vor Nahrungsmitteln nehmen und – vor dem Hintergrund einer Nahrungsmittelallergie – die Freude am Backen zurückgeben!“

Realisiert werden konnte das Backbuch-Projekt mit Unterstützung der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet – und dort ist es auch zum Preis von 12,50 Euro erhältlich.

- Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet
Alexandrinenstr. 5,
44791 Bochum
Tel.: 0234 / 509 2800
➤ www.kiz-ruhr.de



Gewinnen Sie mit forum bochum Frank Goosens „Raketenmänner“

Zwei unserer Leser haben die Chance, jeweils ein Exemplar des neuen Buches von Frank Goosen zu gewinnen: Schicken Sie uns eine Postkarte mit dem Stichwort „Raketenmänner“ an die Adresse des Verlages (siehe Impressum). Alle bis zum 15. April 2014 bei uns eingegangenen Postkarten (Stempel) nehmen an der Verlosung teil. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Frank Goosen erzählt in seinem neuen Buch von den Männern unserer Gegenwart. Von solchen, die ausbrechen wollen, und von

jenen, die Halt suchen. Von Musik und alter Freundschaft. Von der Erinnerung an die erste große Liebe. Von Verlassenen und Suchenden, von Ängstlichen und Mutigen. Alle wären sie gern Raketenmänner und müssen sich doch mit sich selbst begnügen. Lakonisch, fein, witzig und warmherzig: Frank Goosens unvergessliche Geschichten spielen im Hier und Jetzt. Sie spüren auf kleinem Raum den großen Lebensthemen nach und bringen uns auf wunderbare Weise zu uns selbst.

- Kiwi-Verlag, 18,99 Euro

Brisante Themen, echte Schätze & Spannung



Die Todesliste

Die „Todesliste“, das geheimste Dokument der amerikanischen Regierung, enthält die Namen derer, die eine Gefahr für den Weltfrieden sind.

Ganz oben steht „Der Prediger“, ein radikaler Islamist, der seine Anhänger dazu aufstachelt, im Namen Gottes Repräsentanten der westlichen Welt zu töten. Als es immer mehr Opfer gibt, muss seine Identität und sein Aufenthaltsort erkundet werden, um ihn unschädlich zu machen. Diesen Job übernimmt ein Ex-Marine. Er muss schnell handeln, um den Prediger auszuschalten, bevor dieser seine Pläne in die Tat umsetzen kann. Unterstützt wird er nur von einem genialen jungen Hacker – die beiden müssen es schaffen, ihn aus seinem Versteck zu locken.

► [Verlagsgruppe Random-House](#) – 19,99 Euro

Wen kümmern die Alten?

Auf dem Weg in eine sorgende Gesellschaft – Auswege aus dem Pflege- notstand: Der Sozialexperte Prof. Dr. Thomas Klie ist überzeugt: Die menschenwürdige

Versorgung alter Menschen kann nur gelingen, wenn alle Generationen und Gruppen der Gesellschaft einen Teil der Lasten tragen.

In diesem Buch zieht der Autor nicht nur Bilanz des Pflegenotstands, er bietet auch ein vernünftiges Konzept mit Lösungen an.

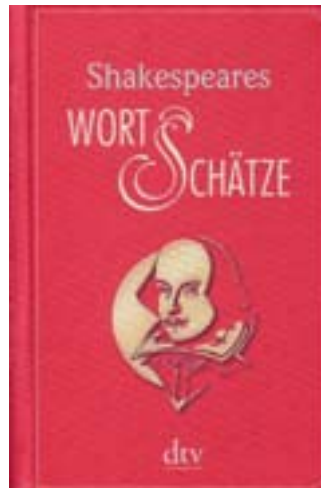
► [Droemer-Knaur](#) – 18 Euro

Deutschland und die Kinder

Jeden Tag werden in Deutschland mehr als 500 Kinder von Erwachsenen aus dem familiären Umfeld misshandelt. Fast jeden Tag wird ein Kind durch körperliche Gewalt getötet.



Erschreckend hoch ist die Zahl der Opfer, die später selbst zu Tätern werden. Die Autoren schildern aus ihrer rechtsmedizinischen Praxis die dramatischen Gewalterfahrungen von Kindern in ihren Familien. Sie unterbreiten Vorschläge, wie das Kinder- und Jugendschutzsystem verbessert werden kann, um das gesetzlich verankerte Recht der Kinder auf gewaltfreie Erziehung zu sichern. Sie fordern beherztes Einschreiten gegen Kindesmisshandler



– und gegen all jene, die die alltägliche Misshandlung von Kindern durch Wegschauen, Verharmlosen und Tabuisieren begünstigen.

► [Droemer Knaur](#) – 19,99 Euro

Shakespeares Wort-Schätze

Kein Autor kann es mit dem Bekanntheitsgrad William Shakespeares aufnehmen. Seine über 400 Jahre alten Stücke werden weltweit gelesen und gespielt, seine Sonette gelten als unvergleichlich.

Dieses Phänomen hat seinen Ursprung in der Wortgewalt des Dichters und in der Zeitlosigkeit seiner Themen: Liebe, Leidenschaft, Krieg, Verrat und Ehre, Individuum und Gesellschaft, Erdenleben und Transzendenz. Nicht nur Hamlets Frage nach „Sein oder Nichtsein“ ist längst zu einem geflügelten Wort geworden.

Aber „Shakespeares Wort-Schätze“ bieten viel mehr als berühmte Zitate: Erst in längeren Abschnitten erschließen sich Gemeintes und die sprachliche Virtuosität des Dichters am eindrucksvollsten. Dazu gehört natürlich auch der Originaltext, der parallel zur Übersetzung dargeboten wird.

► [dtv](#) – 9,90 Euro

Die 24 wichtigsten Wirtschaftsregeln

In kaum einem Bereich spuken so viele Irrtümer herum wie in der Ökonomie.

Zudem sind sie so weit verbreitet, dass sie als gültige Lehrmeinung angesehen werden. Themen wie staatliche Zinsmanipulation, Sparen, Inflation, Mindestlöhne oder Branchenrettung, wie die der Banken, sind aktueller und missverständlicher denn je. Der Autor vermittelt in 24 kurzweiligen Kapiteln, was wirklich hinter den Begriffen steckt.

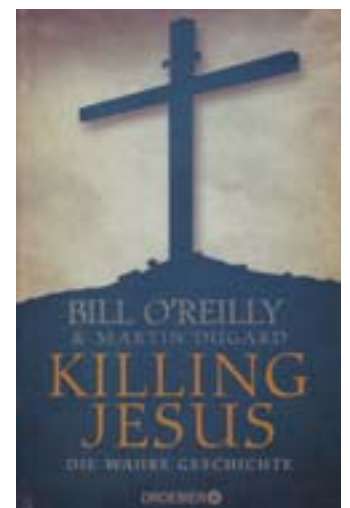
► [Finanzbuchverlag](#) – 24,99 Euro

Killing Jesus

Auf der Grundlage zeitgenössischer Quellen und der biblischen Überlieferung entwerfen die Bestsellerautoren Bill O'Reilly und Martin Dugard ein groß angelegtes historisches Panorama um Leben und Sterben von Jesus von Nazareth.

Die Autoren veranschaulichen die umwälzenden Ereignisse, die einen fundamentalen historischen Wandel in Gang setzten – die Christianisierung der römischen Welt.

► [Droemer](#) – 19,99 Euro



Notdienste

Apothekennotdienst:
Kurzwahl von jedem Handy (69 Cent/Min): 22 833; Tel. (kostenlos) 0800/00 22 833, www.aponet.de

Ärztlicher/Fachärztlicher Notdienst: 0180/5044 100
Die Notfallnummer gilt: Montag, Dienstag, Donnerstag 18 Uhr bis 8 Uhr des Folgetages; Mittwoch und Freitag 13 bis 8 Uhr am Folgetag; sowie Samstag, Sonntag und an Feiertagen ganztägig

Notfallpraxis am St. Josef-Hospital, Gudrunstraße 56, 44791 Bochum (Dienstzeiten: s.o.)

Kinder- und Jugend-ärztlicher Notdienst: 0180/5044 100, täglich am Mo, Di, Do: 18-21 Uhr, Mi, Fr: 16-21 Uhr, nach 21 Uhr übernimmt die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin die Bereitschaft; Infos: www.kind-bochum.de

Notrufnummern: Feuerwehr und Rettungsdienst 112, Polizei 110

Zahnärztlicher Notdienst: Tel. 0234/77 00 55

Kindernotruf: 24 Stunden erreichbar über Tel. 0234/910-5463, Jugendamt Stadt Bochum, Tel.: 910-2985

Tierärztlicher Notdienst: Zentraler Notrufdienst, Tel. 01805/12 3411.

Notdienste: Tierschutzverein: Mo bis Fr 8 bis 17 Uhr, Tel. 29 59 50, sonst Notrufnummer 110

Entstörungsdienst: Strom, Öffentliche Beleuchtung: Tel. 960 1111; Gas/Wasser: Tel. 960 2222; Fernwärme: Tel. 960 3333

Kurierdienst für Notfallmedikamente: Tel. 0176 / 28 11 72 13



Foto: Holger Jacoby



seit 1991
Dittmar u. Stachowiak GmbH
Elsa-Brändström-Str. 23-27
44795 Bochum

kostenlos anrufen: 0800-5393488

Unsere Öffnungszeiten sind:
Mo-Fr: 08.00 - 18.00 Uhr
Samstag: 09.00 - 12.00 Uhr

Sie suchen kompetente Ansprechpartner rund um Ihr Fahrzeug?

Dann sind Sie bei uns richtig: Dittmar & Stachowiak GmbH.

Wir sorgen dafür, dass Sie mobil bleiben.

www.autodienst-bochum.de



Giftnotruf Berlin: Tel. 030/19240

Giftzentrale Bonn: Tel. 0228/19240

Telefonseelsorge: Tel. 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222, rund um die Uhr, anonym, gebührenfrei, Chat-Beratung: www.telefonseelsorge.de

Prisma – Beratung für Suizidgefährdete: Vereinbarung eines persönlichen Termins: Mo-Fr: 9-13 Uhr: Tel. 0234/58513

Aids-Hilfe Bochum: Harmoniestraße 4, 44787 Bochum, Tel. 0234/51919 zu den Öffnungszeiten: Di - Fr von 10 bis 13 Uhr, Do von 16 bis 20 Uhr

Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e.V. Bochum und Beratungsstelle: Westring 43, 44787 Bochum, Tel. 0234/68 10 20

Madonna e.V.: Treffpunkt und Beratung für Sex-

arbeiterinnen, Alleestraße 50 (im Hof), 44793 Bochum, Tel. 0234-68 57 50

Schwangerenkonfliktberatung: pro familia, Bongardstr. 25, 44787 Bochum, Tel. 0234/12 3 20, donum vitae, Am Kortländer 1, 44787 Bochum, Tel. 0234/640 89 04

Verein für psychosoziale Betreuung e.V.: Ovelackerstraße 5, 44892 Bochum, Tel. 0234/28 2 07

Krisenhilfe Bochum e.V.: Viktoriastr. 67, 44787 Bochum, Tel. 0234/96 47 80, Öffnungszeiten: Mo-Do: 9-17 Uhr, Fr: 9-15 Uhr

Suchtnotruf bundesweit/24 Std.: Tel. 01805/31 30 31

Medizinische Flüchtlingshilfe e.V.: Dr.-Ruer-Platz 2, 44787 Bochum, Tel. 0234/904-1380

Zu guter Letzt: Nicht von dieser Welt ...

Vieles von dem, was man hört und sieht oder von den Medien präsentiert bekommt, scheint von einer anderen Welt zu sein. Und manchmal ist es sogar so, dass man gar nicht glauben möchte, was man da so liest.

Da war zum Beispiel der Mann, der betrunken zu seiner eigenen Hochzeit erscheint, in der Kirche randaliert und schließlich von der Polizei entfernt wird. Offenbar war die Feier des Junggesellenabschieds zu stark ausgeföhrt. Dass die Braut von dieser Situation nicht begeistert war, lässt sich nur allzu leicht ausmalen. Aber die Beteuerungen des angehenden Ehemannes, dass er seine Angebetete wirklich heiraten wolle, fielen nicht auf fruchtbaren Boden. Die verhinderte Ehefrau verzichtete nicht nur darauf, vor dem Altar einen zweiten Versuch zu wagen: Sie verzichtete auch auf den Mann. Mein Verständnis ist dieser Frau zu 100 Prozent sicher.

Auf eine ganze Pilotencrew verzichtet die indische Billigfluglinie SpiceJet nach einem Vorfall im Zusammenhang mit dem hindu-



Cartoon: © Stefan Bayer / pixelio.de

istischen Holi-Fest. Auf dem Flug von Goa nach Bangalore hatten nämlich Flugbegleiterinnen bei einer Tanzeinlage die Hüften kreisen lassen. Das Ganze völlig „für lau“, obwohl alle Billigflieger weltweit sich ja sehr gerne banalste Standardleistungen zusätzlich und oft fürstlich honorieren lassen. Der Vorfall begeisterte offenbar nicht nur die Fluggäste, die alles per Handyvideo

festhielten, sondern auch den Chef-Piloten, der seinerseits ein paar Handyfotos schoss, während der Co-Pilot die Tanzeinlage verpasste, weil er sich im Cockpit darauf konzentrierte, die Maschine mit der tanzwütigen Crew im Griff zu behalten. Dass der Pilot Fotos machte, war wiederum auf dem Video zu sehen, das ein Genießer, der nicht schweigen konnte, auf Youtube postete. So flogen die Profiflieger erst einmal aus dem aktiven Kader. Glücklicherweise flog keine Farbe. So bunt hatte man es wohl doch nicht treiben wollen.

Als ich von der „fliegenden Tanzfläche“ (Nein, nicht „fliegender Teppich“!) hörte, dachte ich an die verschollene Maschine der Malaysian Airlines. Viele würden vor

Freude tanzen, wenn das vermisste Flugzeug plötzlich wieder auftauchen würde. Spitze Zungen behaupten, die NSA sei schuld daran, dass wir nichts Genaues wissen. „Die wissen doch sonst alles.“ Nun ja. Vielleicht hat der Überwachungs-Sachbearbeiter auch ein bisschen getanzt. Einen Beweis bei Youtube habe ich aber nicht gefunden. eb-en

IMPRESSUM

Forum Verlag – Rimkus, Franken, Schröder GbR
Hauptstr. 146
44892 Bochum
Fon +49(0)234.92002.0
Fax +49.(0)234.92002.19
redaktion@forum-bochum.com
www.forum-bochum.com

Redaktion
Nils Rimkus (nir), Andrea Schröder (aschro),
Eberhard Franken (eb-en)

Forum Bochum erscheint zweimonatlich mit einer Auflage von 10.000 Exemplaren.

Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde in den Texten die männliche Form gewählt. Gleichwohl beziehen sich die Angaben auf Angehörige beider Geschlechter.

Druck: Zimmermann Druck + Verlag GmbH, Balve

Titelfoto: Sandra Koch – www.impressiones.eu

L.u.P. GmbH · Labor- und Praxisservice

DIE L.U.P. GMBH – IHR PRAXISPARTNER



Über 20 Jahre Laboranalytik in den Bereichen Klinische Chemie, Hämatologie und Endokrinologie machen unser Zentrallabor zu einem kompetenten regionalen Partner für 1.000 Arztpraxen im Ruhrgebiet und Bergischen Land.

In unserer Lebensmittelmikrobiologie werden Lebensmittel- und Wasserproben auf Keimfreiheit überprüft. Lebensmittelverarbeitende Betriebe können durch unsere Untersuchungen ihre Verarbeitungshygiene nachweisen.

Für eine flexible und kundennahe Logistik führen wir den Probentransport mit einem eigenen Fahrdienst durch; in die Bochumer Innenstadt fahren wir umweltfreundlich per Fahrrad.

Betriebswirtschaftliche Leistungen, wie Buchführung, Einkauf und Weiterbildungen etc. runden unser Leistungsprofil ab.

Besuchen Sie uns im Internet unter www.lupservice-gmbh.de oder sprechen Sie uns direkt unter 0234 – 30 77 300 an.

L.u.P. GmbH
Labor- und Praxisservice
Universitätsstraße 64 - 44789 Bochum



Wir wollen Sie anstiften ...

... etwas gegen AIDS zu tun.

1987 haben vier Stifter die Deutsche AIDS-Stiftung ins Leben gerufen. Inzwischen sind es viele, die sich gegen AIDS engagieren. Denn jedes Jahr brauchen tausende Betroffene unsere Unterstützung.

Helfen auch Sie mit Ihrer Zustiftung oder Ihrem Stiftungsfonds. Bestellen Sie die Broschüre „Für Zukunft sorgen“. Per E-Mail, Telefon oder per Post.

info@aids-stiftung.de

Tel. 0228/60 46 90

Deutsche AIDS-Stiftung

Markt 26, 53111 Bonn

www.aids-stiftung.de



**Deutsche
AIDS-Stiftung**



Zimmermann

Druck + Verlag GmbH



Südwestfalens größte Druckerei*

*Quelle: Südwestfalen-Manager, Ausgabe 3/2013



58802 Balve

Telefon 02375 8990

www.zimmermann-druck.de

Zertifizierungen | ISO9001 | ISO14001 | PSO | FSC® | PEFC® | ClimatePartner®