



Nr. 4 • August / September 2013 • 2. Jahrgang

forum bochum

GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT FÜR UNSERE STADT

Kostenlos!
Zum Mitnehmen



Tod aus der Tabuzone holen

Palliativnetz Bochum im Gespräch mit Schülern

5. Gesundheitsforum

Infos, Tipps und Gespräche auf dem Boulevard

Chancen von Frühgeborenen

Interview mit Dr. Norbert Teig



Augusta-Akademie

Fort- und Weiterbildungsangebote,
Kurse für Mitarbeiter, Patienten und für Jedermann

Gerade starten in der Augusta-Akademie wieder viele Kurse
mit zahlreichen Sport-, Gesundheits- und Präventionsangeboten.



Sprechen Sie beim
Gesundheits-Boulevard
am 3. August 2013
an unserem Stand
mit vielen Chefarzten
und Spezialisten
der Augusta Klinik.

Augusta-Akademie

Im Verbund der Evangelischen Stiftung Augusta

Dr.-C.-Otto-Str. 27 - 44879 Bochum (Linden)

Telefon (0234) 517- 4901 /- 4906

Telefax (0234) 517- 4903

Internet: www.augusta-akademie.de

E-Mails: anmeldung@augusta-akademie.de



Holen Sie sich das brandneue Programm
an unserem Stand beim Gesundheits-
Boulevard am 3. August 2013.

Editorial

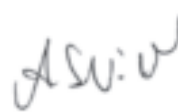
Jetzt ist er also doch noch aufgetaucht. Nach gefühlten Monaten an Dunkelheit, Kälte, Schnee, Eis und Regen ist der Winterblues endlich vertrieben. Der Sommer hatte ein Einsehen und verwöhnt uns mit Sonne satt. Und das ist gut so! Denn ohne das Sonnenlicht wäre ein Leben auf der Erde undenkbar. Nicht nur Pflanzen brauchen die Kraft der Sonne, um zu wachsen. Auch Menschen sind vom Sonnenlicht abhängig: Es regt die Atmung, Durchblutung, den Kreislauf und Stoffwechsel an. Sonnenlicht beeinflusst aber auch das psychische Wohlbefinden sowie viele Vorgänge und Funktionen, die für den Körper lebenswichtig sind.

Und mit dem schönen Wetter werden auch die Bochumer gleich wieder viel aktiver und das nicht nur beim chilligen Eisschlecken oder einem Kaltgetränk in den Eisdielen und Biergärten, auch bei den sportlichen Aktivitäten sind sie ganz vorn dabei. Kurz vor den Sommerferien hatte der Stadtsportbund anlässlich des 100. Geburtstages des Deutschen Sportabzeichens den Ehrgeiz, Jung und Alt in die Leichtathletikarenen dieser Stadt zu holen – mit Erfolg.

Rund 4.000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene aller Altersklassen zählten die Organisatoren bei der erstmals veranstalteten Sportabzeichen-Aktionswoche. Damit könnte man sich 2013 vielleicht an die Spitze des NRW-Sportabzeichen-Wettbewerb setzen. Im vergangenen Jahr landete Bochum hinter Hamm und Krefeld auf Platz drei. Und noch können alle sportliche Aktiven mit für ein gutes Ergebnis sorgen, zumal sich der populärste Fitness-Orden passend zum Jubiläum einer umfassenden Auffrischung unterzogen hat. Durch sein stark überarbeitetes Format will man neue Impulse für den Breitensport in den Vereinen ermöglichen.

Also, wie schaut's aus? Einfach mal die Turnschuhe aus dem Schrank holen und sich innerhalb dieser größten Breitensportbewegung Deutschlands engagieren! Die zahlreichen Stützpunkte in Bochum haben noch bis zum 15. Oktober geöffnet.

Ihr forum-bochum-Team



Andrea Schröder



Eberhard Franken



Nils Rimkus

Aus dem Inhalt



Innovative Medizin

Neues Herzschrittmacher-System erstmals erfolgreich eingesetzt 4

Gesundheitsstadt Bochum

Aesculap Akademie hat ihre Pforten geöffnet 5

Den Tod aus der Tabuzone holen – Palliativnetz zu Gast in der Graf-Engelbert-Schule 6

Gesundheitsamt überprüfte Impfschutz bei Jugendlichen 8

Ambulanz für Bipolare Störungen am LWL-Universitätsklinikum eröffnet 12

Familienzentrum ist jetzt Familienbildungsstätte 13

Augusta-Kardiologie soll mit Dr. Bodo Brandts Leuchtturmprojekt werden 14



Frühgeborene: Die größte Gruppe von Kinderpatienten in Deutschland 17

Geriatrischer Gesundheitstag in Linden 19

Politiker mit Bodenhaftung: Axel Schäfer absolviert Betriebspraktikum 20

Rat, Service, Wissen

Unfälle und Misshandlungen sind die häufigste Todesursache von Kleinkindern 10

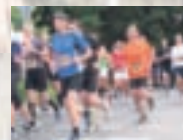
St. Petersburger Pflegekräfte zu Besuch 11

Im Urlaub die Reiseapotheke nicht vergessen 24

5. Gesundheitsforum auf dem Boulevard 25

Debatte: Finanzierung von Pflege

„Pflege wurde immer nur nebenher behandelt“ 27



Fördern, Unterstützen, Spenden

Stadtsportbund bewegte Bochum - Jung und Alt legten ihr Sportabzeichen ab 22

8. Kemnader Burglauf - Laufen für muskelkranke Beine und Benni & Co. 22

ISTOK-Kindertheater erspielt 241 Euro 23

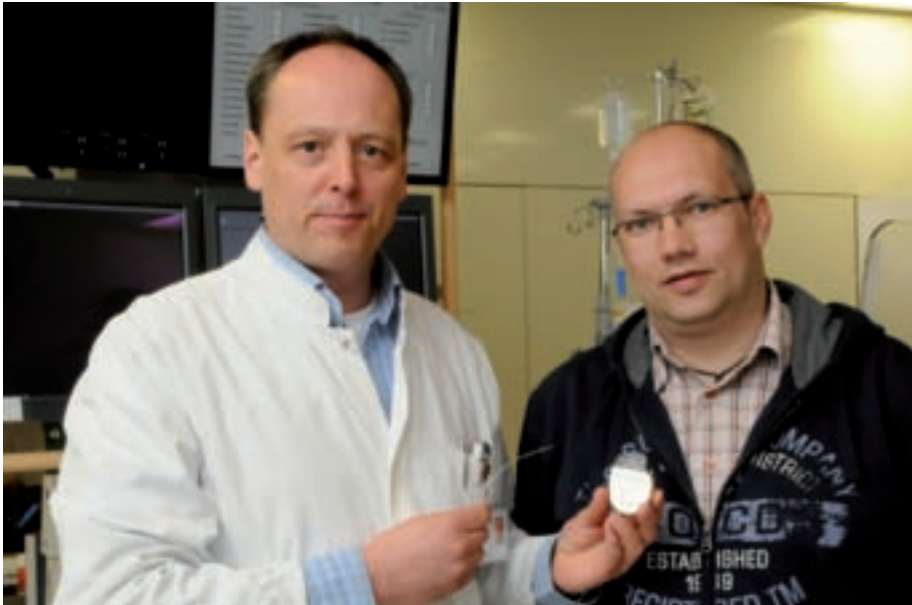
Ausstellung: Körperwelten & der Zyklus des Lebens 26

Bücher, Spiele, Tipps & Mehr 28

Impressum 30

Neues Herzschrittmacher-System erstmals erfolgreich implantiert

Bergmannsheil: System passt sich automatisch der Belastungssituation an



Dr. Axel Kloppe (li.) zeigt das neue CRT-System, Patient Frank Schumacher ist begeistert von der neuen Technik. fobo-Bild: V. Daum / Bergmannsheil

Erstmals wurde am Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil einem Patienten mit Herzinsuffizienz (umgangssprachlich: Herzschwäche) ein neuartiges Schrittmachersystem eingesetzt. Es basiert auf dem Prinzip der sogenannten Kardialen Resynchronisationstherapie (CRT): Mittels eines Schrittmachers, der über Elektroden mit dem Herzen verbunden wird, werden schwache elektrische Impulse an den Herzmuskel abgegeben, um das Zusammenziehen der Herzkammerwände zu normalisieren und die Pumpleistung des Herzens zu stärken.

Das System, das jetzt im Bergmannsheil implantiert wurde, hat eine vierpolige CRT-Elektrode und passt sich dank eines speziellen Algorithmus selbstständig an die jeweilige individuelle Belastungssituation des Patienten an. Es eröffnet damit erweiterte Möglichkeiten, die Stimulation des Herzens optimal zu steuern; der Aufwand zur Wartung und manuellen Nachjustierung wird zudem erheblich reduziert. Der Eingriff erfolgte in der Kardiologischen Klinik (Direktor: Prof. Dr. Andreas Mügge) im Bergmannsheil.

„Mit dem neuen System können wir die individuelle Anpassung der Resynchroni-

sationstherapie für den Patienten deutlich verbessern“, sagt Leitender Oberarzt Dr. Axel Kloppe. „Das bedeutet für den Patienten in der Regel eine effektivere Therapieunterstützung, weniger Nachsorgetermine in der Klinik und damit ein Zugewinn an Lebensqualität.“

Neue Therapie bei Herzinsuffizienz

Das Verfahren ist eine Therapieoption bei Menschen, die an einer Herzschwäche leiden und bei denen zugleich die Ausbreitung der elektrischen Impulse, die die Kontraktionen des Herzens koordinieren, gestört ist. Die Folge: Die Herzkammern (Ventrikel) ziehen sich nicht mehr gleichzeitig zusammen, was die Ausprägung der Herzschwäche weiter verstärkt. Ziel der Kardialen Resynchronisationstherapie ist es daher, das Zusammenziehen der Herzkammerwände wieder zu synchronisieren. Der Eingriff wird unterstützend neben weiteren Therapiemaßnahmen zur Behandlung der Herzinsuffizienz eingesetzt (insbesondere medikamentöse Therapie, Umstellung von Ernährungs- und Lebensgewohnheiten etc.).

Bei der Resynchronisationstherapie wird ein spezieller, mikrocomputer-gesteuerter Schrittmacher im oberen Brustbereich unter die Haut des Patienten implantiert.

Er ist mit drei dünnen Elektrodenkabeln verbunden, die in Venen des Patienten zum Herzen geführt werden. Sie berühren dann die beiden Herzkammern beziehungsweise den rechten Vorhof im Herzen.

Das Einsetzen des Schrittmachersystems dauert etwa zwei Stunden und erfordert lediglich eine lokale Betäubung, der Patient ist also bei Bewusstsein. Nach der Implantation erfolgt die individuelle Programmierung des Schrittmachers. Das System gibt jetzt permanent schwache elektrische Impulse über die Elektroden an die Herzkammern ab, sodass sie sich wieder koordiniert zusammenziehen können. Die Pumpleistung des Herzens wird dadurch verbessert, die Symptome der Herzinsuffizienz werden zum Teil erheblich gemildert und körperliche Belastungen wie zum Beispiel Treppensteigen können besser bewältigt werden.

Beteiligung an weltweiter Studie

„Das neue System mit einer vierpoligen Elektrode vervielfältigt unsere Möglichkeiten, die Kammerinnenwände optimal zu stimulieren“, so Dr. Kloppe. Es sei ein großer Vorteil für den Patienten, dass sich das Gerät automatisch an die Krankheitsausprägung und die verschiedenen Belastungssituationen des Patienten anpasst. Ältere Geräte mussten je nach Bedarf jeweils manuell in der Klinik nachjustiert werden – für den Patienten ein aufwändiges und bisweilen auch belastendes Verfahren. „Bisher sind wir die einzige Klinik in Bochum, die das neue CRT-System implantiert“, sagt Prof. Dr. Andreas Mügge, Direktor der Kardiologischen Klinik.

In einer weltweiten Anwenderstudie mit 140 beteiligten Herzkliniken wurde das System getestet, seit kurzem ist es zugelassen und als Therapieangebot verfügbar. „Wir freuen uns, dass wir hier eine neue und verbesserte Behandlungsoption zur Verfügung haben – zum Nutzen unserer Patienten“, so Mügge. In der Kardiologischen Klinik im Bergmannsheil werden jährlich über 1.000 Patienten mit Herzschwäche ambulant oder stationär behandelt. Rund 120 Patienten erhalten einen sogenannten Dreikammer-Schrittmacher zur Durchführung der Kardialen Resynchronisationstherapie. R. Jopp

Schnittstelle von Wissenschaft und Bildung

Aesculap Akademie: Medizinische Fort- und Weiterbildungseinrichtung

Das rote Band zur Eröffnung des 10-Millionen-Euro-Neubaus der Aesculap Akademie im BioMedizinPark Bochum ist durchschnitten. Mehr als 140 geladene Gäste aus Politik, Wirtschaft und Wissenschaft hatten sich versammelt, um als Erste einen Blick auf das neue Schulungszentrum zu werfen. Der Grundstein für die Bochumer Niederlassung der medizinischen Fort- und Weiterbildungseinrichtung wurde im Mai 2012 gelegt und leitete den Beginn der ersten Bauphase ein. Jetzt ist der erste Bauabschnitt des Gebäudes nach einem Entwurf des Stuttgarter Architekturbüros Günter Hermann Architekten abgeschlossen. Auf den rund 2.500 qm finden auf zwei Etagen Workshop- und Seminarräume, ein Ausstellungs- und Beratungszentrum sowie Büro- und Technikflächen Platz. Darüber hinaus gibt das „Expertisium“ den Besuchern Auskunft zum Thema medizinischer Wissenstransfer.

Gesundheitsministerin Barbara Steffens zeigte sich beim Festakt erfreut über die Eröffnung des dritten Standorts der Aesculap Akademie in Deutschland. „Das, was hier entsteht, ist nicht der einzige, aber ein wichtiger Beitrag zur Bewältigung des Strukturwandels. Gesundheitswesen und -wirtschaft können diesen Wandel natürlich nicht alleine kompensieren. Die Aesculap Akademie setzt hier ein gutes und wichtiges Zukunftssignal für eine Region und wird den Gesundheitsstandort weiterhin stärken“, betonte die Gesundheitsministerin.

Prof. Dr. Große, Vorstandsvorsitzender der B. Braun Melsungen AG, unterstrich in seiner Begrüßungsrede die beeindruckende Bündelung von Kompetenzen im BioMedizinPark Bochum: „Das Unternehmen B. Braun möchte mit dem neuen Standort der Aesculap Akademie in Bochum eine organische Schnittstelle von Wissenschaft und Bildung schaffen. Im Schulterschluss mit den Kliniken, den Universitäten, Hochschulen und Verbänden in der Region und natürlich nicht zuletzt in guter Nachbarschaft zu den umliegenden Interessenvertretern ist es uns eine Herzensangelegenheit, einen Beitrag zur effizienten und nachhaltigen Vermittlung von Wissen und dessen Anwendung im Umfeld der Medizin leisten zu dürfen.“ Neben den Standorten Tuttingen und Berlin wird künftig auch in Bochum die Philosophie „Sharing Expertise“ des



Gesundheitsministerin Barbara Steffens (2.v.l.), Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz (2.v.r.), Prof. Dr. Heinz-Walter Große (re.), Vorstandsvorsitzender der B. Braun Melsungen AG, und Prof. Dr. Hanns-Peter Knaebel (li.), Vorstandsvorsitzender der Aesculap AG, haben das rote Band zur Eröffnung des 10-Millionen-Euro-Neubaus der Aesculap Akademie im BioMedizinPark Bochum durchschnitten. fobo-Bild: Molatta

weltweit agierenden Gesundheitsversorgers umgesetzt. „Wir sind im ständigen Dialog mit Ärzten, Pflegenden und Patienten, um ihre Bedürfnisse noch besser zu verstehen und ihnen das Leben und die medizinische Versorgung leichter zu machen“, so Prof. Dr. Große weiter.

Baustein des Gesundheitscampus

Bochums Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz hob die Bedeutung des Industrieengagements hervor: „Die Entscheidung der Aesculap Akademie für den Standort Bochum ist ein großer Erfolg und zugleich Bestätigung unserer langjährigen Arbeiten, Bochum zu einem führenden Wissens- und Gesundheitsstandort zu entwickeln.“ Dr. Scholz wünschte dem Team der Aesculap Akademie einen guten Start und ergänzte: „Die Ansiedlung ist ein weiterer Meilenstein beim dynamischen Aufbau des Gesundheitscampus in Bochum. Ich bin mir sicher, dass diese Entwicklung weiteres Interesse in der Fachwelt weckt.“

Welche Bedeutung die Prävention für Patienten, Anwender und Krankenhäuser hat, brachte Prof. Dr. Knaebel zum Ausdruck: „Zur Vermeidung der sogenannten ‚Human Errors‘ in der Medizin wird immer wieder der Vergleich zur Pilotenausbildung bemüht, vor allem im Bereich der Simu-

lation im Flugsimulator. Als wesentlicher Bestandteil der Workshop-Kurse werden OP-Methoden in Skills-Labs simuliert – so können junge und erfahrene Mediziner und das Pflegepersonal mit dem Einsatz von Präparaten und virtuellen Realitätstrainern ungestört eine OP-Technik erlernen und die operativen Fertigkeiten verbessern. Hierbei wird die Lernkurve gezielt vor den OP-Saal verlagert.“

Das dazugehörige Curriculum für das 2. Halbjahr 2013 liegt vor, etwa 30 Kurse runden das Angebot bis zum Jahresende ab. „Wir wünschen uns viele Teilnehmer, die nach Bochum in die Ruhrmetropole kommen, um ihr Wissen zu erweitern. Denn der Mehrwert Wissen hat herkömmliche Produktionsfaktoren wie Kapital, Arbeit und Boden praktisch überholt“, so Prof. Dr. Knaebel weiter.

Zweites Modul mit Hörsaal

Nach erfolgreicher Integration des Standortes in die Gesamtlandschaft soll die zweite Bauphase für die Aesculap Akademie Bochum eingeleitet werden. Das zweite Modul gliedert sich nahtlos an das erste Bauprojekt an und wird neben weiteren Workshop- und Seminarräumen einen Hörsaal mit 126 Plätzen beinhalten. Dafür sind rund 6,5 Millionen Euro kalkuliert.



Über den Tod, das Sterben und die Begleitung in den letzten Stunden: Über diese schwierigen Themen sprachen Dr. Brigitta Behringer (li.) und Christiane Breddemann vom Palliativnetz Bochum mit Schülern der Bochumer Graf-Engelbert-Schule. fobo-Bilder (7): eb-en

„Wir müssen den Umgang mit dem Tod aus der Tabuzone herausholen“

Palliativnetz Bochum zu Gast in der Graf-Engelbert-Schule

Palliativmedizin ist nicht nur Sterbebegleitung“, sagt Dirk Gellesch. „Sie hat mit dem Leben zu tun.“ „Tod und Sterben“, fährt der Rektor der Graf-Engelbert-Schule fort, „stehen sogar als Themen im Lehrplan.“ Nachdem in den Religionskursen der 10. Klassen bereits über Sterbehilfe gesprochen wurde, war dort nun

das Palliativnetz Bochum zu Gast. Christiane Breddemann und Dr. Birgitta Behringer setzten einen Satz des Rektors in die Tat um: „Wir müssen den Umgang mit dem Tod aus der Tabuzone herausholen.“

Die beiden Besucherinnen stellten sich den Schülerinnen und Schülern kurz vor: Breddemann („Ich liebe meinen

Beruf immer noch“) ist Pflegedienstleiterin bei den Augusta Ambulanten Diensten und Ausbilderin in den stiftungseigenen Pflege-Seminaren. Dr. Birgitta Behringer arbeitet als niedergelassene Hausärztin und Palliativmedizinerin. Die Medizinerin outete sich noch als ehemalige Engelbert-Schülerin, bevor die Expertinnen in ihr

zweier Freundinnen. „Bei der einen habe ich das hautnah mitbekommen, habe sie auch nebenan im Hospiz besucht.“ Es sei kein toller Anblick gewesen, sagt sie, aber „sie sah sehr friedlich aus. Gut, dass es Hospize gibt.“ Es waren im Übrigen nicht allzu viele, die schon einmal Kontakt mit Sterbenden hatten.

Thema einstiegen. „Wer hat denn schon Erfahrungen mit dem Tod gemacht?“ fragten sie. „Wo wollt ihr einmal sterben?“ und „Habt Ihr Angst vor dem Tod?“ Vom Siechtum und der Demenz des Großvaters war zu hören, und Annalena Helbig sprach vom viel zu frühen Tod der Mütter

„Gut, dass es Hospize gibt“

Die Schüler stellten fest, dass vor allem Schmerzfreiheit sowie die Nähe der Familie und anderer liebender Menschen am Ende des Lebens wichtig sei. Dass in unmittelbarer Nähe der Schule das Hospiz St. Hildegard ist, wussten die meisten. Wie tief die Pflege am Ende des Lebens aber in die Persönlichkeitsrechte eingreift, war vielen nicht bewusst.

„Wie würdest du es denn finden“, ging Breddemann bewusst forsch auf den leicht verunsicherten Rudolf Titz zu, „wenn ich dich morgens um 6 Uhr wecken würde, um dich





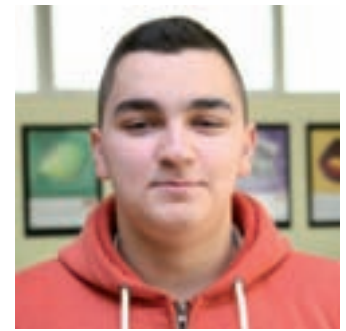
Alina Ranft (16): „Das war sehr informativ. Ich weiß jetzt viel mehr.“



Florian Klingebiel (16): „Ich fand das teilweise schon sehr belastend.“



Annalena Helbig (16): „Ich habe die Mutter einer Freundin im Hospiz besucht.“



Rudolf Titz (16): „Es ist schockierend, was mit einem passieren kann.“

zu waschen und mit dir zur Toilette zu gehen?“ Man war sich ganz schnell einig, dass beide sich das nur schlecht vorstellen könnten – und selbst den Mitschülern blieb bei dieser Szene das aufkeimende Kichern im Hals stecken.

Dr. Behringer führte aus, dass Palliativmedizin (von lat. palliare = ummanteln, umhül-

len) die lindernde Behandlung Todkranker sei, bei denen nichts mehr zu heilen ist. Christiane Breddemann schilderte hier das drastische Beispiel eines gerade 50-jährigen Patienten, der voller Hoffnung alle sich bietenden Therapien mitgemacht hatte, schließlich aber nicht geheilt werden konnte und sich in sein Schicksal ergeben musste. Das

war zu viel für eine der jungen Frauen: Sie, die vor einiger Zeit ihre Mutter verloren hatte, verließ mit einer Freundin den Informatikraum.

Sich in sein Schicksal fügen

Das Palliativnetz, so lernten die Jugendlichen, betreut nicht nur die Kranken, sondern auch die Familien, die mit der neuen Situation an der Seite eines Sterbenden oft überfordert sind. „Manchmal gehen wir z.B. mit dem Hund Gassi“, so Breddemann, „schminken eine Frau, für die das gute Aussehen jahrzehntelang wichtiger Teil ihres Lebens war, oder gönnen einer überlasteten Ehefrau ein paar freie und unbeschwerte Stunden.“ Es gehe dabei aber in erster Linie um Lebensqualität und ein bisschen Normalität für die kranken Menschen.

Gleichermaßen berührt und betroffen sind die Jugendlichen von den Ausführungen der Besucherinnen. Auch die anderen

Engelbert-Schüler können sich übrigens über das Palliativnetz informieren: In der Schule gibt es zusätzlich eine Ausstellung zum Thema.

Die Teilnehmer der beiden Veranstaltungen hatten einige frisch gebackene Kuchen mitgebracht. Die werden in den Pausen zugunsten des Palliativnetzes verkauft, denn das Netz, bedankte sich Dr. Behringer, „finanziert sich ausschließlich aus Spenden.“ eb-en

➤ **Info: Das Palliativnetz Bochum ...**

– ein Zusammenschluss von Bochumer Ärzten, Pflege- und Hospizdiensten – steht Menschen in der letzten Lebensphase zur Seite, begleitet sie medizinisch, pflegerisch und vor allem sozial und spirituell. Ein angst- und schmerzfreies, selbstbestimmtes Verweilen in vertrauter Umgebung ist das Ziel. Die stetig steigende Anzahl neuer Patienten (2012 waren es rund 1400) zeigt, dass es in Bochum einen großen Bedarf an palliativer Betreuung gibt. 1929 starben noch 80 % der Menschen in der vertrauten

Umgebung zu Hause. 2010 machten 60 bis 70% der Sterbenden ihren letzten Atemzug in einer Institution wie z.B. Krankenhaus oder Altenheim. Von den im Bochumer Palliativnetz betreuten Patienten starben 2012 immerhin 53% zu Hause und 27% im Hospiz. In einer Patientenverfügung kann jeder Mensch individuell regeln, wie in einem schweren Krankheitsfall mit ihm umgegangen werden soll. Die Verfügung ist rechtlich bindend. Info-Veranstaltungen zum Thema sind meist sehr gut besucht.



Rector Dirk Gellesch (49): „Palliativmedizin ist nicht nur Sterbegleitung.“





BUNDESWEIT IHR PARTNER FÜR:

- ✓ Arbeitssicherheit und Arbeitsmedizin
- ✓ Arbeitsmittelprüfung: Regale, Leitern, Gerüst
- ✓ Brandschutz und Brandschutztraining
- ✓ Gefahrgut- und Gefahrstoffberatung
- ✓ Gesundheitsmanagement
- ✓ Schulung und Unterweisung, z. B. Stapler
- ✓ Sicherheits- und Notfallorganisation
- ✓ Spielplatzprüfung
- ✓ Technische Redaktion
- ✓ Umweltschutz, Abfallmanagement
- ✓ Verkehrssicherungspflicht

Fordern Sie uns!



KUECK Industries
consulting

Westring 303 | 44629 Herne
fon: 02325.791368
Email: info@ki-consulting.eu
www.ki-consulting.eu



Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz und die Gewinnerinnen und Gewinner der Impfkampagne bei der Preisverleihung im Rathaus..

fobo-Bild: Stadt Bochum, Presseamt

Gesundheitsamt überprüfte Impfschutz bei Jugendlichen

Regelmäßiges Angebot / Masernausbrüche in Nachbarstädten belegen Impflücken

Bei der Impfkampagne „Bochumer bleiben gesund durch Impfung 2013“ hat das Gesundheitsamt in der Zeit von Mitte Januar bis Mitte März den Impfschutz von Jugendlichen überprüft. Angesprochen waren bei der freiwilligen Aktion die siebten und achten Schulklassen sowie die Eingangsklassen an den berufsbildenden Schulen. Ziel der Impfkaktion war und ist es, Jugendliche und Eltern über Schutzimpfungen zu informieren und die Impfbereitschaft zu fördern.

Das Gesundheitsamt überprüfte nach 2008 und 2010 nun zum dritten Mal den Impfstatus bei Jugendlichen. Bei der Kam-

pagne konnten die Schülerinnen und Schüler klassenweise ihre Impfausweise abgeben.

Impfpass mit Empfehlung

Bei festgestellten Impflücken erhielten sie den Impfpass zusammen mit einer individuellen Impfeempfehlung zurück. Das Gesundheitsamt riet, mit der Impfeempfehlung den behandelnden Kinder- und Jugendarzt oder Hausarzt aufzusuchen. Im persönlichen Kontakt konnte dann ausführlich beraten und gegebenenfalls auch geimpft werden.

Dr. Ralf Winter, Leiter des Gesundheitsamtes erklärt: „Bei der Überprüfung, ob bei den Jugendlichen ein vollständiger

Impfschutz besteht, richten wir uns nach den aktuellen Impfeempfehlungen der Ständigen Impfkommision (STIKO). Die Empfehlungen dieses unabhängigen Expertengremiums werden in der Regel einmal jährlich an neue Impfstoffentwicklungen und wissenschaftliche Erkenntnisse angepasst.“ „Vielen ist der Impfkalender der STIKO ein Begriff“, so Dr. Ralf Winter. „Er gibt einen guten Überblick zu den empfohlenen Schutzimpfungen und Impfterminen für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und Erwachsene.“

Neue Partner bei der Impfkaktion 2013

Die Kampagne „Bochumer

bleiben gesund durch Impfung“ stand in 2013 erstmals unter einer Schirmherrschaft. Die für ihr Engagement bei gesundheitlichen Themen bekannte Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz machte sich gerne für die Kampagne als Schirmherrin stark.

Unterstützt wurde die Aktion von den Bochumer Kinderärztinnen und -ärzten sowie der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe und der Ärztekammer Westfalen-Lippe. „Darüber hinaus konnten wir die AOK NORDWEST, BARMER GEK, BKK vor Ort und IKK classic als weitere Kooperationspartner gewinnen“, berichtet Melanie Stahl, die im Gesund-

heitsamt die Impfkampagne organisierte. „Die Krankenkassen stellten drei Geldprämien von je 300 EUR zur Verfügung. Diese wurden unter den Schulklassen ausgelost, die sich mit 90% oder mehr beteiligten.“

Preisverleihung an die Gewinner im Rathaus

Von 32 weiterführenden Bochumer Schulen haben insgesamt 100 Klassen an der Impfkampagne teilgenommen. Hiervon schafften es immerhin 13 Schulklassen, die Teilnahmebedingung für die Verlosung zu erfüllen.

Am 19. Juni 2013 waren die Klasse 8 b der Anne-Frank-Schule, die Klasse 7.1 der Heinrich-Böll-Gesamtschule und die Klasse 8.2 der Willy-Brandt-Gesamtschule zu einer Feierstunde ins Rathaus eingeladen. Hier überreichte die Oberbürgermeisterin den stolzen Gewinnern - symbolisch mit einer großen Pappspritze - die Klassenpreise.

„Das Thema Schutzimpfungen ist ein wichtiger Bereich in der Gesundheitsvorsorge“, betont Dr. Ottilie Scholz bei der Begrüßung der Preisgewinner. „Unabhängig von Alter, Geschlecht oder Herkunft betrifft es uns alle. Schutzimpfungen sind ein relativ einfaches und



Impfungen bieten Schutz vor zahlreichen Krankheiten, die Kindern und auch Erwachsenen schwer zusetzen können. fobo-Bild: ddp

auch seit vielen Jahren bewährtes Mittel, sich selbst, aber auch Familie, Freunde und andere Personen vor Infektionserkrankungen zu schützen“, so die Oberbürgermeisterin.

Informationen zu Impfungen sind wichtig

„Durch die bisher erzielten Impferfolge, wie etwa die Ausrottung der Pocken, ist vielen nicht mehr bewusst, dass es immer noch zum Teil hoch ansteckende Infektionskrankheiten gibt. Diese können sich schnell und

flächendeckend unter Ungeschützten ausbreiten. Bei den Erkrankungen kann es zu ernsthaften Komplikationen oder sogar dauerhaften Folgeschäden kommen“, zeigt der Leiter des Gesundheitsamtes auf.

„Die Ausbrüche von Masernerkrankungen in den letzten Jahren an weiterführenden Schulen in unseren Nachbarstädten Duisburg und Essen haben leider gezeigt, dass insbesondere bei Jugendlichen Impflücken bestehen. Je älter die Kinder oder die Jugend-

lichen werden, umso seltener nutzen sie die Möglichkeiten der Früherkennungsuntersuchungen. Jugendliche und junge Erwachsene gelten in diesem Alter ja allgemein als „gesund“. Dies mag ein Grund sein, dass in vielen Fällen eigentlich anstehende Schutzimpfungen einfach vergessen werden.“ Dr. Winter ergänzt: „Auch wenn von Masern oder Windpocken immer als „Kinderkrankheiten“ die Rede ist, können die Viren auch Erwachsenen schwer zusetzen. Sie sind ein ernst zu nehmendes Gesundheitsrisiko.“

Durch hohe Impfquoten in der gesamten Bevölkerung ist es möglich, den Einzelnen zu schützen und einer Ausbreitung von Infektionskrankheiten wirkungsvoll zu begegnen. Da in Deutschland allerdings keine Impfpflicht besteht, ist grundsätzlich jeder für den eigenen Impfschutz selbst verantwortlich. Aus diesem Grund sollte bei einem Arztbesuch von Zeit zu Zeit das Thema Impfung angesprochen werden.

Aktuelle Informationen zu Impfungen sind im Internet auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.impfen-info.de) und des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de) zu finden.



medlands.RUHR – Raum für neue Ideen

Wir bieten Unternehmen der Gesundheitswirtschaft in Bochum einen maßgeschneiderten Rahmen für innovative Forschung, Produktentwicklung und Dienstleistung.

Unsere Leistungen:

- Technologiemanagement
- Netzwerkmanagement
- Flächenberatung
- Gründungsunterstützung

www.medlands-ruhr.de



medlands.RUHR – Eine Initiative der Wirtschaftsförderung Bochum und der Entwicklungsgesellschaft Ruhr-Bochum mbH



Gefahrenquelle: Klettergerüste: Achten Sie beim Kauf von Spielgeräten und Klettergerüsten auf das GS-Zeichen (Geprüfte Sicherheit), kontrollieren Sie die Geräte regelmäßig und sorgen Sie für einen weichen Untergrund.
fobo-Bild: BAG Mehr Sicherheit für Kinder e.V.

Unfälle und Misshandlung sind die häufigste Todesursache von Kleinkindern

Kinderchirurgen fordern mehr Schutz / Weiterbildungen würden helfen

Die häufigste Todesursache von Kleinkindern im Alter von ein bis vier Jahren sind hierzulande Verletzungen durch Unfälle, die in dieser Altersgruppe mit etwa 60.000 Behandelten im Jahr 2010 – nach Atemwegserkrankungen – auch der häufigste Grund für einen stationären Krankenhausaufenthalt sind. Doch gerade bei sehr kleinen Kindern kann ebenso eine Misshandlung hinter den Verletzungen stecken – mit vermuteter hoher Dunkelziffer.

Die Deutsche Gesellschaft für Kinderchirurgie (DGKCH) forderte zum bundesweiten Kindersicherheitstag (der Bundesarbeitsgemeinschaft Mehr Sicherheit für Kinder e. V.) am 10. Juni 2013 deshalb mehr Schutz für Kinder im häuslichen Umfeld und gab Tipps zur Unfallvermeidung.

In den ersten Lebensjahren sind Stürze mit etwa 60 Prozent

die häufigste Unfallursache. Was sie so gefährlich macht: Je jünger das Kind bei einem Sturz ist, desto häufiger ist auch der Kopf betroffen. Mehr als zwei Drittel der Einjährigen erleiden, wenn sie fallen, eine Schädelverletzung. „Es ist deshalb sehr wichtig, Eltern rechtzeitig auf diese Gefahren hinzuweisen“, sagt Professor Dr. med. Guido Fitze, Chefarzt der Kinderchirurgie am Universitätsklinikum Dresden.

Gewalt häufiger als gedacht

Jedoch nicht alle Kopfverletzungen rühren von unglücklichen Stürzen her: „Besonders in den ersten Lebensjahren müssen wir leider bei jedem Unfall auch daran denken, dass Kindeswohlgefährdung eine Rolle gespielt haben könnte“, so Professor Fitze, der Vorstandsmitglied der DGKCH ist. „Wir vermuten, dass etwa ein Drittel aller Sterbefälle

im Säuglingsalter mit äußerer Gewalteinwirkung zusammenhängen.“ Häufigste Ursache ist das Schütteltrauma, das einer vorsichtigen Schätzung zufolge jährlich zwischen 100 und 200 Säuglinge erleiden. Weil äußerlich oft kaum Verletzungen zu sehen sind, würden viele Fälle gar nicht erst erkannt. Dies gelte auch für Knochenbrüche: „Wir schätzen, dass bis zu jeder zweite Knochenbruch im ersten Lebensjahr eine Folge von Kindesmisshandlung ist“, führt Fitze aus. Doch die Diagnose einer Misshandlung sei oft eine schwierige und heikle Angelegenheit.

Wichtig sei deshalb eine intensive Weiterbildung von Pflegekräften und Ärzten, um rechtzeitig Probleme zu erkennen und um Handlungssicherheit zu vermitteln. „Uns Kinderchirurgen kommt hier eine Schlüsselposition zu, da uns die Kinder zur Behandlung

vorgelegt werden“, sagt der DGKCH-Experte und fordert für jede Klinik, die Kinder behandelt, eine Kinderschutzgruppe. Auch wenn dies heute schon in vielen Einrichtungen der Fall sei, bestehe weiter dringender Handlungsbedarf: Personal und Mittel fehlten häufig, denn in den Fallpauschalen der Krankenkassen ist die Leistung „Kinderschutz“ nicht hinreichend abgebildet. Darüber hinaus sollte es in jeder größeren Kommune ein ambulantes Kinderschutzzentrum geben – als Schnittstelle zwischen Gesundheitswesen, Jugendamt und weiteren Hilfsangeboten, um so ein verlässliches Netzwerk zum Schutz der Kleinsten zu schaffen, mahnt die DGKCH.

➤ Mehr Infos zu den Themen Kindersicherheit und Kindersicherheitstag der Bundesarbeitsgemeinschaft Mehr Sicherheit für Kinder e. V. www.kindersicherheit.de

St. Petersburger Pflegekräfte zu Besuch

Im Geriatrischen Zentrum des Augusta / Therapiehund Scrollan begeisterte

Leckerlis für Scrollan waren der Mittelpunkt eines ebenso unterhaltsamen wie lehrreichen Nachmittages für Galina Klischkova und Evgenija Üyrakwa. Die beiden Pflegefachfrauen aus St. Petersburg besuchten auf Einladung des Freundeskreises Bochum – Donezk e.V. das Geriatrische Zentrum der Augusta Kliniken in Bochum-Linden und lernten zum Beispiel, wie man Hunde in der Altenpflege und zu therapeutischen Zwecken einsetzen kann. Scrollan ist ausgebildeter Therapiehund und begeisterte die anwesenden Seniorinnen genauso wie die Gäste aus Russland.

Mit Bällen, langen Bindfäden, Schuhbändern und Hunde-Leckerchen aktivierte und mobilisierte Margarete Block, Lehrerin für Pflegeberufe und Therapeutin für tiergestützte Maßnahmen, die nicht mehr ganz jungen Menschen im Stuhlkreis. Mit dem langen Faden spannen sie im Saal des Augusta-Seniorenheims ein

Netz, in dem sogar Fliegen gefangen waren: Die Teilnehmer hatten Hunde-Leckerchen wie Perlen auf die Schnur gefädelt. Und Scrollan, der siebenjährige Golden Retriever, durfte die „Fliegen“ schließlich genüsslich fressen.

Das Konzept begeisterte Klischkova, die in St. Petersburg das Altenheim der Barmherzigen Schwestern leitet. Kollegin Üyrakwa ist Chefin des dortigen Pflegedienstes und weiß, dass auch die 75 Bewohner des Heims in Lushki, ein Ort etwas außerhalb der russischen Metropole, gern etwas von ihren Mahlzeiten an Hunde und Katzen verfüttern. „Die Alten verstecken das Essen in ihren Taschen oder hinter dem Körper“, lacht Üyrakwa, „und freuen sich, wenn sie es den Tieren geben können.“

Preis für Petersburger Barmherzigen Schwestern

Dass die Alten dort überhaupt einen Heimplatz haben, verdanken sie den Barmherzigen



Übersetzerin Ludmilla Pelich, Galina Klischkova, Evgenija Üyrakwa und Tiertherapeutin Margarete Block (von rechts) fädeln „Fliegen“ in das Spinnennetz. Scrollan hat's geschmeckt. fobo-Bilder: eb-en

Schwestern (Pokrovskaya Obshina). Sie erhielten bereits 2005 in St. Petersburg einen Preis für „bürgerschaftlichen Mut“ und wurden 2008 von Experten der Bundesakademie für Kirche und Diakonie beraten. Seitdem haben sie deren Vorgaben zur Professionalisierung des Pflegemanagements „vorbildlich umgesetzt“.

Die Barmherzigen Schwestern betreiben mit dem Heim in Lukshi und dem Übergangwohnheim in der Stadt echte Leuchtturmprojekte in einem Land, das erst seit 2010 ein Gesetz zur Unterstützung sozial orientierter, nicht kommerzieller Organisationen auf den Weg gebracht hat. Die Frage nach ihren Hoffnungen und Erwartungen beantworten die beiden Frauen deshalb beinahe sybillinisch. „Allein die Tatsache, dass wir existieren“, lächelt Galina Klischkova, „ist schon ein positives Signal dafür, dass die Entwicklung weitergeht.“ Es sei schon enorm schwierig, in Russland die Lizenz für ein Alten- bzw- Pflegeheim überhaupt zu bekommen. Es gibt zwar private Heime, „die sind allerdings nur für die besser Gestellten



Die 92-jährige Frieda Marx hatte viel Spaß an dem Golden Retriever.

erschwinglich.“ Für die armen und kranken Alten müsse noch sehr viel getan werden. „Aber wir sind auf einem guten Weg.“

„Sind auf gutem Weg“

In Bochum-Linden freuen sich nicht nur die Senioren, dass die alten Menschen hierzulande eine ganze andere gesellschaftliche Stellung genießen als in Osteuropa. Augusta-Heimbewohnerin Frieda Marx saß mit im Stuhlkreis: Die 92-jährige hatte – wie die Besucherinnen und auch Dolmetscherin Ludmilla Pelich – sichtlichen Spaß an der aktivierenden Pflege mit Scrollan, dem freundlichen Golden Retriever. eb-en

➤ Schwierige Situation in Russland

Alleinstehende ältere Menschen, sowie alte, kranke/behinderte Obdachlose zählen in Russland zu den ärmsten und schutzlosesten gesellschaftlichen Gruppen. Die Renten reichen kaum für die nötigsten Lebensmittel. Medizinische Behandlung, Medikamente und Pflege im Krankheitsfall sind aufgrund der extremen Korruption im Gesundheitswesen für ältere

alleinstehende Menschen praktisch unerschwinglich. Staatliche Pflegedienste und -einrichtungen gibt es kaum, können nur ansatzweise den großen Bedarf einer alternden Gesellschaft decken. Die Dienste arbeiten zudem auf einem so niedrigen Niveau und in oft menschenverachtender Weise, dass sie von Betroffenen nur als allerletzter Ausweg in Betracht gezogen werden.

➤ Die Gäste hatten Manfred W. Schmidt ...

Pfarrer i. R., angesprochen. Er hatte bei einer Tagung des Diakonischen Werkes der Ev. Kirche Deutschlands in Berlin zum Thema „Alt werden in Europa“ referiert. Dabei stellte er auch die Förderung der sozial-diakonischen Arbeit durch den Freundeskreis Bochum – Donezk e.V. in der

Deutschen evangelisch-lutherischen Gemeinde in Donezk (Ukraine) vor und erwähnte das von ihm mit entwickelte Geriatrische Zentrum der Augusta-Kliniken in Bochum-Linden. Daraufhin meldeten sich Galina Klischkova und Evgenija Üyrakwa und wollten diese Einrichtung kennenlernen.

„Ich falle nun nicht mehr ins Bodenlose“

Ambulanz für Bipolare Störungen am LWL-Universitätsklinikum eröffnet



Ideale Zusammenarbeit (v. li.) Ambulanzarzt Dr. Jörg Heller, Oberärztin Dr. Idun Uhl und Susanne Kirchhoff. fobo-Bild: nir

Himmelhoch jauchzend, zum Tode betrübt“, heißt es in Clärchens Lied in Goethes Egmont. Zwar beschreibt der große Dichter etwas anderes (nämlich Liebespein), aber die angedeutete Achterbahnfahrt der Gefühle deckt sich ziemlich genau mit einem Krankheitsbild, das in der Fachsprache Bipolare Störung und allgemein manische Depression genannt wird. Nun kann Betroffenen in Bochum und Umgebung mit speziellen Angeboten früh und schnell geholfen werden. Die Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Präventivmedizin des LWL-Universitätsklinikums eröffnete Mitte Juni die Ambulanz für Bipolare Störungen, kurz: BiBo.

Jeder gesunde Mensch kennt sie – in Verbindung mit gegebenen Anlässen: Wenn man frisch verliebt ist, lassen einen Hoch- und Glücksgefühle die ganze Welt „umarmen“ und Hindernisse nichtig erscheinen – alles ist gut, alles kann gelingen! Nach Trennungen, beruflichem Misserfolg oder einem Todesfall fühlt man sich mitunter so niedergeschlagen, traurig und hoffnungslos, dass selbst Suizidgedanken nicht gleich weggeschoben werden.

Auch der Manisch-Depressive wird von solchen Gefühlsextremen heimgesucht. Aber die Spitzen der jeweiligen Gefühlskurven sind höher und tiefer als alles, was sich der „normale“ Mensch vorstellen kann – und sie setzen oft ohne „triftigen“ Grund ein; also ohne einen objektiven Auslöser. „Die manische Depression wird oft unterschätzt, dabei ist sie eine der schwersten psychischen Erkrankungen überhaupt“, so Prof. Dr. Georg Juckel (Foto re.), Ärztlicher Direktor des LWL-Universitätsklinikums und 1. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS). „Rund eine Million Deutsche sind betroffen und chronisch unterversorgt.“

Große Suizidgefahr

Jeder vierte Erkrankte versucht mindestens einmal, sich das Leben zu nehmen. Etwa 15 Prozent der Erkrankten sterben durch Suizid. „Die Depressionen sind schlimm für mich als Betroffene“, sagt Susanne Kirchhoff. „Dagegen ist die Manie schön für mich – und schlimm fürs Umfeld.“ Sie wies erste Symptome in ihrer Schulzeit auf, aber es dauerte noch 40 Jahre, bis an ihr die Bipolare Störung diagnostiziert

wurde. In ihren manischen Phasen, das merkte sie schnell, wurde sie ihrem Umfeld „unheimlich“. Folglich zog sie sich zurück: unternahm allein gefährliche Reisen oder übte Bungee-Jumping in möglichst riskanter Form aus. Sie stand in manischen Phasen ständig „unter Strom“ und kam mit wenig Schlaf aus.

In anderen Fällen neigen die Betroffenen zu Aggressionen, exzessivem Drogen- und Alkoholkonsum, zu ungehemmtem sexuellen Verhalten oder zu maßloser Selbstüberschätzung. Manche verfallen einem ruinösen Kaufrausch oder riskanten Investitionen. Dr. Idun Uhl, leitende Oberärztin der Ambulanz: „Die Belastungen, die sich für das gesamte Umfeld ergeben, liegen auf der Hand. Das Schwierige an der Bipolaren Störung ist oft die Diagnose.“

Obwohl sich die bipolare Störung oft schon im Jugendlichenalter äußert und die Betroffenen im Schnitt die Hälfte ihrer Lebenszeit in Krankheitsphasen verbringen, wird sie häufig erst spät erkannt und behandelt. Das liegt auch daran, dass sich die Krankheit nicht in klar getrennten, direkt aufeinander folgenden Phasen äußern muss. Manchmal liegen Jahre zwischen den Phasen, manchmal liegen Mischzustände vor. Außerdem können Suchterkrankungen die bipolare Grunderkrankung verschleiern oder eine Manie als solche nicht erkannt werden, wenn das enthemmte Verhalten eben nicht in den finanziellen Ruin oder die Trennung vom Partner führt.

Im LWL-Universitätsklinikum werden pro Quartal rund 3000 Patienten behan-

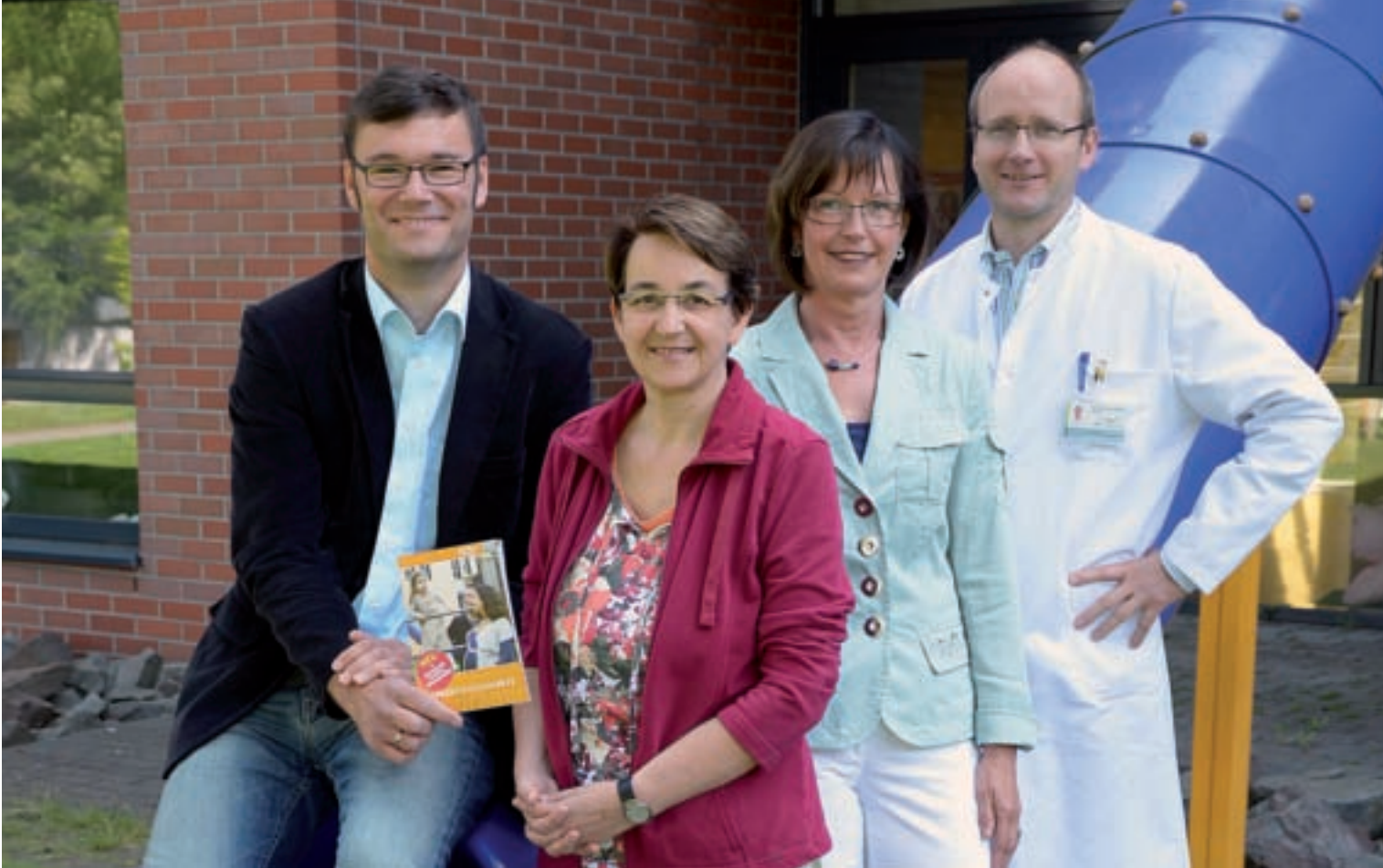
delt. Davon weisen 150 eine Bipolare Störung auf, die dort nun ambulante, teilstationäre und stationäre Anlaufstellen vorfinden. Neben der Diagnostik werden auch neueste und bewährte Therapieverfahren eingesetzt. „Wir legen Wert auf Behandlungskontinuität zwischen dem stationären und ambulanten Bereich“, so Dr. Uhl. „Damit ist eine umfassende Behandlung und Betreuung in psychiatrischer, aber auch in sozialer Hinsicht möglich.“

Wichtiges Stichwort: Behandlungskontinuität

Das Angebot der neuen Spezialambulanz sieht neben Diagnostik und Beratung eine kontinuierliche ambulante Behandlung vor. „Der Besuch unserer Spezialsprechstunde kann auch vorstationär genutzt werden, wir unterstützen aber auch nach der Entlassung aus dem stationären oder teilstationären Bereich.“ Dazu gehört auch eine Telefonsprechstunde, die montags von Ambulanzarzt Dr. Heller angeboten wird.

Susanne Kirchhoff litt früher unter wechselnden Ärzten und falschen Diagnosen. Seit 2010 wird sie im LWL-Uniklinikum behandelt und erfährt nun Besserung, nicht nur dank der Medikamentengabe. Vor allem die Psychoedukation, also die Schulung im Umgang mit der eigenen Krankheit, haben ihr weitergeholfen. „Ich habe gelernt, meine Handlungen im Rahmen des Krankheitsbildes zu beurteilen, und erkenne schon früh entsprechende Warnzeichen“, sagt Susanne Kirchhoff. „Mein nächstes Umfeld weiß Bescheid, nun gibt es dank der Ambulanz zusätzliche Rücken- deckung für mich. Ich falle jetzt nicht mehr ins Uferlose.“ nir

► Info: Telefonsprechstunde, montags von 13–14 Uhr unter 0234 / 5077-1190



Freude bei den Kooperationspartnern (v. li.): Marcus Sommerey (Leiter des Familienforums), Diana Stricker (1. Vorsitzende Menschen(s)kinder e.V.), Annegret Auer (Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet) und Prof. Dr. Eckard Hamelmann (Direktor der Universitätskinderklinik). Foto: Michael Müller

Familienforum ist Familienbildungsstätte

Anerkennung nach Prüfung durch das Landesjugendamt Münster

Sektorkorken knallten zwar nicht, aber dennoch war die Freude groß. Marcus Sommerey, Leiter des Familienforums an der Universitätskinderklinik Bochum, erhielt kürzlich den Brief mit der frohen Botschaft: Nach eingehender Prüfung durch das Landesjugendamt Münster darf sich das Familienforum nun offiziell „Familienbildungsstätte“ (FBS) nennen.

„Diese Anerkennung unterstreicht die Qualität unserer Angebote. Sie zeigt, dass wir mit unseren integrierten Kursen für Kinder und Jugendliche ohne und mit Handicap, für Eltern, Großeltern, Geschwister und weitere Angehörige, aber auch für Pädagogen, Betreuer und Interessierte auf dem richtigen Weg sind“, sagte Marcus Sommerey.

Eine seltene Auszeichnung

Die Anerkennung zur FBS ist eine eher seltene Auszeichnung – in NRW gibt es nur rund 150 dieser Einrichtungen –, und die Kriterien sind streng. Laut Weiterbildungsgesetz NRW ist eine Anerkennung beispielsweise nur möglich, wenn der Fokus des Lehrprogramms auf Angeboten liegt,

mit denen der gesamte Familienkontext nach dem Prinzip des lebenslangen Lernens unterstützt wird. Das heißt, dass in diesem Bereich pro Jahr rund 2800 Stunden an Kursen, Seminaren und Info-Veranstaltungen mit einer durchschnittlichen Zahl von zehn Besuchern durchgeführt werden müssen. „Auch dieses Kriterium haben wir erfüllt“, freute sich Marcus Sommerey über die Bestätigung seines integrierten

Konzepts, dessen Güte sich auch in den steigenden Teilnehmerzahlen widerspiegelt.

Kursangebot stetig erweitert – Kernthema bleibt

2012 haben rund 4000 Eltern und 4500 Kinder die Kursangebote des Familienforums genutzt und für eine neue Rekordmarke in der fast zehnjährigen Geschichte der Elternschule gesorgt. Das Kursangebot bewegt sich im Feld der Gesundheitsprävention und Krankheitsbewältigung, der Ernährung, Bewegung und Pflege sowie des sozialen Miteinanders. Neben den „Klassikern“ wie Babyschwimmen im eigenen Schwimmbad, Erste-Hilfe-Kurse für Kinder und Selbstbehauptung für Jugendliche gibt es auch neue attraktive Angebote wie Geburtsvorbereitung und Rückbildungsgymnastik. Marcus Sommerey sieht die FBS-Anerkennung auch als Auftrag: „Im Familienforum dreht sich alles um die Kindergesundheit. Daran wird sich auch in Zukunft nichts ändern. Denn natürlich wollen wir unser Kursangebot weiter aufstocken und, wenn möglich, noch mehr qualifiziertes Personal für uns tätig werden lassen.“

nir

► Das Familienforum FBS

Marcus Sommerey leitet seit 2008 das Familienforum, das nun die Namens-erweiterung „FBS“ tragen darf. Die Elternschule zu kindergesundheitlichen Themen ist 2004 als Kooperationsprojekt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum, der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet und der Elterninitiative „MENSCHEN(s) KINDER“ e.V. gegründet worden. Träger des Familienforums FBS ist die Stiftung, Kursorte sind in der Regel die Räumlichkeiten der Universitätskinderklinik an der Alexandrinenstraße 5 in Bochum.

► www.familienforum-ruhrgebiet.de

Augusta-Kardiologie soll Leuchtturmprojekt werden

Mit Dr. Bodo Brandts als neuem Chefarzt

Einem ersten Schritt auf dem Weg, eine der führenden Herz-Kliniken der Region zu werden, macht die Augusta-Kranken-Anstalt in Bochum: Zum neuen Chefarzt der Kardiologie wurde gerade Privatdozent Dr. med. Bodo Brandts ernannt. Geschäftsführer Ulrich Froese will mit Dr. Brandts die Kardiologische Klinik zu einem Leuchtturmprojekt formen.

Der „Neue“ ist gebürtiger Bonner, studierte in Bochum, legte jedoch sein Staatsexamen in den USA, vor der Educational Commission in Philadelphia ab. Facharzt-Qualifikationen für die Bereiche Physiologie und Innere Medizin folgten in den Jahren darauf.

Wissenschaftliche Arbeit begeistert den neuen Chefarzt. Brandts war als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Royal Lung and Heart Institute der Universität London und am Physiologischen Institut der Uni Maastricht tätig. Von 2009 bis 2012 betraute ihn die Semmelweis Universität in Budapest mit einer Gastprofessur. Dr. Brandts gewann einige wissenschaftliche Preise wie z.B. den Jahrespreis der Gesellschaft für Innere Medizin und hält mit einer schwedischen Firma das Patent für ein Medikament gegen Herzrhythmusstörungen.

In seiner Freizeit widmet sich der neue Chef seiner Familie. „Ich habe fünf Kinder“, lacht Dr. Brandts. „Das beweist, dass ich



Dr. Matthias Brand ist neuer Chefarzt der Augusta-Kardiologie. fobo-Bild: eb-en

für meine Chefarztstätigkeit neben meiner Fachkompetenz enorm viel Teamgeist und Einfühlungsvermögen, ein stets offenes Ohr, sowie Belastbarkeit und Koordinationsvermögen mitbringe.“ Brandts ist ein großer Freund der Oper und interessiert sich für die Geschichte des Altertums.

Weitere Spezialisten für Elektrophysiologie und Herzinsuffizienz werden im Übrigen das Augusta-Team kurzfristig verstärken. Auch die ohnehin erstklassige apparative Ausstattung mit bereits allen modernen diagnostischen Verfahren, so Ulrich Froese, „werden wir als Herzzentrum u.a. mit einem Volumen-CT und zwei Messplätzen noch weiter ausbauen.“ eb-en

Ernährung während der Schwangerschaft

Viele gute Tipps für die ideale Ernährung in der Schwangerschaft, aber auch Fakten zu erhöhten Blutzuckerwerten gibt es für Interessierte und werdende Eltern bei einem Informationsabend der Frauenklinik der Augusta-Kranken-Anstalt am Donnerstag, 5. September, um 19.30 Uhr, im Institutsgebäude an der Bergstraße 26.

Das Team der Frauenklinik kann vieles zur richtigen Ernährung sagen. Im Anschluss an die Veranstaltung besteht die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen und Führungen durch den neuen Kreißsaal in kleinen Gruppen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Rund 3.500 Euro Spende

Über eine Spende von exakt 3422,35 Euro durfte sich der Verein „Aufsuchende Medizinische Hilfe für Wohnungslose Bochum“ freuen.

Der Betrag war bei der „Offenen Gartenpforte Bochum“ zusammengekommen. Bochumer Gartenfreunde hatten ein Wochenende lang ihre privaten Gärten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Dr. Weyand, Vorsitzender des Vereins, bedankte sich für die Spende und nannte die Aktion Bochumer Bürger einen schönen Beweis für den sozialen Umgang mit privatem Eigentum.

➤ www.offenegaerten-bochum.de

Caritas hilft bei Schulmaterialien

Zu Beginn des neuen Schuljahres öffnet der Caritasverband für Bochum und Wattenscheid am 5. und 6. September wieder sein „Depot Schulmaterialien“ im Katholischen Stadthaus (Kirchenfoyer) an der Huestraße 15.

Familien mit niedrigem Einkommen, die die Klassen 2 bis 13 besuchen, erhalten an beiden Tagen jeweils von 9 bis 12 Uhr und von 14 bis 16 Uhr Schulmaterialien. Die Abholer werden gebeten die Materialienliste der Schule mitzubringen. Da das Projekt in erster Linie aus Spenden finanziert wird, bittet die Caritas um Unterstützung: Kontonummer 1 219 179 bei der Sparkasse Bochum (BLZ 430 500 01), Verwendungszweck: „Depot Schulmaterialien“.



**PFLEGEDIENST
BRAND**

Kranken- u. Altenpflege Kinderkrankenpflege	Kostenlose Beratung Haus-Notrufsystem
--------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------

Vierhausstraße 96 · 44807 Bochum
 ☎ (02 34) 33 88 777
www.pflegedienst-brand.de
info@pflegedienst-brand.de





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 Geschosdecke 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!“

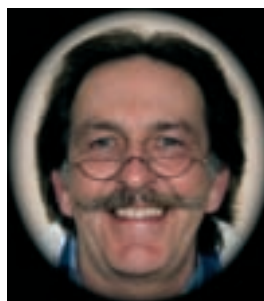
Ein besonderes Spezialgebiet ist die Ausführung von Arbeiten mit Naturschiefer: „Aus der Erde geschlagen bis aufs Dach! Schiefer ist eine dekorative und langlebige Art der Dach- und Wandeindeckung mit jahrhundertelanger Tradi-

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.“



FRANK-DAGOBERT MÜLLER
DACHDECKERMEISTER

*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

Frühgeborene – die größte Gruppe von Kinderpatienten in Deutschland

60.000 Babys kommen zu früh zur Welt / neun von zehn überleben



Frühchen in einem modernen „Brutkasten“: einem Inkubator. fobo-Bild: Müller/Greifenberg

Gerade einmal 275 Gramm wog der Junge bei seiner Geburt – und er überlebte! Das Frühchen, das vor drei Jahren in der Göttinger Universitätsmedizin (UMG) zur Welt kam, maß nur 27 Zentimeter und war nach Prüfung aller bekannten Unterlagen der weltweit leichteste Junge, der eine so frühe Geburt überlebt hatte. Dieser „Rekord“ belegt zwar den großen medizinischen Fortschritt im diesem Bereich. Er umreißt aber auch das Problemfeld „Frühgeburten“ an sich. Denn als Frühchen kommen in Deutschland jährlich rund 60.000 Kinder zur Welt. Sie stellen damit die größte Kinderpatientengruppe.

Als Frühgeburt gilt ein Kind, das vor der 37. Schwangerschaftswoche zur Welt kommt, als Hochrisiko-Frühgeburt ein Kind, das mehr als zehn Wochen vor dem eigentlichen Termin geboren wird und

weniger als 1250 Gramm wiegt. Normal sind 40 Wochen und ein Geburtsgewicht von rund 3500 Gramm. In Deutschland gelten Frühgeburten, die nach weniger als 22 Schwangerschaftswochen zur Welt kommen, als nicht lebensfähig und werden daher in der Regel nicht behandelt. Die Überlebenschancen steigen deutlich ab etwa 23 bis 24 Schwangerschaftswochen an.

Nach Angaben der Europäischen Stiftung für Neugeborene (EFCNI) werden in Europa jährlich rund 500.000 Kinder, das sind 10 Prozent aller Babys, zu früh geboren. Die Frühgeborenenraten schwanken in den Mitgliedsländern zwischen 5,3 Prozent in Lettland und 14,7 Prozent in Zypern (Angaben für 2010). Deutschland liegt mit einem Frühgeborenenanteil von 9,2 Prozent an allen Lebendgeburten über dem europäischen Schnitt von 7 Prozent. Dabei ist eine beachtliche Steigerung zu be-

obachten: 1997 lag die Frühgeborenenrate hierzulande noch bei 7 Prozent.

Risikofaktor Rauchen

Die Gründe für die Zunahme der Frühgeburten sind unterschiedlich. Statistisch bedeutsame Risikofaktoren sind schwere Erkrankungen der Mütter, genitale Infektionen, falsche Ernährung, Stress, Alkohol, Drogenkonsum und Rauchen. Eine Frühgeburt auslösen können aber auch das steigende Alter der Erstgebärenden und die immer häufiger erfolgreichen Kinderwunschbehandlungen durch Hormontherapien und künstliche Befruchtungen. Beim Großteil der Frühgeburten liegen jedoch keine bekannten Risiken vor.

Dank des medizinischen Fortschritts sind die Überlebenschancen der Frühchen enorm gestiegen. Vor wenigen Jahrzehnten starben neun von zehn Frühchen – heute überleben neun von zehn. Dank der modernen neonatalen Intensivmedizin überleben heute sogar die meisten der Winzlinge, die mit einem Geburtsgewicht zwischen 400 und 1500 Gramm zur Welt kommen. 89 von 100 sind es im deutschen Durchschnitt, sogar 94 von 100 sind es im Bochumer Perinatalzentrum am St. Elisabeth-Hospital. 2011 wurden hier fast 1200 Neugeborene entbunden, darunter waren 55 Frühgeborene mit einem Gewicht unter 1500 Gramm.

Keine schweren Handicaps

2010 hat das Bochumer Perinatalzentrum als eine der bundesweit ersten Kliniken Daten veröffentlicht, die Aufschluss über den Verlauf der geistigen und körperlichen Entwicklung Frühgeborener geben. Dabei wurden insbesondere solche Frühgeborene untersucht, die im Perinatalzentrum mit einem Geburtsgewicht zwischen 400 und 1500 Gramm behandelt wurden. Aus den Daten geht hervor, dass 88 Prozent dieser Frühgeborenen im Alter von zwei Jahren keine schweren Handicaps davontragen. Zwar ist die durchschnittliche Intelligenz im Vergleich zu Neugeborenen mit einem normalen Geburtsgewicht etwas vermindert. Doch liegt sie dabei nur bei einem sehr geringen Teil der ehemaligen „Frühchen“ in einem Bereich, der ein selbständiges und unabhängiges Leben erschwert. **nir**

► Level-1 für Bochumer Perinatalzentrum im Jahr 2012

2012 wurde dem Perinatalzentrum Bochum im St. Elisabeth-Hospital als Versorgungseinrichtung der Status als Level-1-Zentrum zuerkannt. Im dreistufigen System dürfen nur solche der höchsten Versorgungsstufe, so genannte „Level-1-Zentren“, Frühgeborene unter einem Schwangerschaftsalter von 29 Wochen (der Regelfall sind 40 Wochen)

und andere Hochrisiko-Geburten entbinden. Die Ärztekammer Westfalen-Lippe zertifizierte nach eingehender Prüfung die vorbildliche Erfüllung aller erforderlichen Qualitätskriterien; etwa die Anzahl und Qualifikation der ärztlichen Mitarbeiter, der Pflege und der Hebammen, aber auch räumliche und medizintechnische Voraussetzungen.

„Unglaublich, was der menschliche Körper alles kompensieren kann“

Interview mit Dr. Norbert Teig über die Chancen von Frühchen

An Frühchen zeigt sich, wie zerbrechlich das Leben ist. Dabei haben sich für Frühgeborene die Überlebenschancen und Aussichten, ein Leben in Gesundheit zu führen, in den letzten Jahrzehnten stark verbessert. Im Gespräch erklärt Dr. Norbert Teig, Leiter der Neugeborenen-Intensivstation am Perinatalzentrum des Elisabeth-Hospitals, welche Faktoren des medizinischen Fortschritts hierfür ausschlagend sind.

Was ist so problematisch an Frühgeburten?

Diese Kinder können den Reifungsprozess im Mutterleib nicht beenden, und je früher das Kind dann entbunden wird, desto größer sind die Gefahren für Folgeschäden. Das betrifft vor allem Babys, die zwischen der 24. und 27. Woche zur Welt kommen. Ab der 28. Woche sind die Chancen auf Überleben und Gesundheit sehr gut.

Welche Schäden drohen denn?

Oftmals sind die Atemwege und die Lunge von bleibenden Schäden betroffen. Aber auch das Gehirn, das Herz, die Augen, der Darm und der motorische Bereich können in Mitleidenschaft gezogen werden. Schließlich können regulative Entwicklungsstörungen auftreten, die die Beziehungsfähigkeit und das Verhalten betreffen.

Noch vor wenigen Jahrzehnten waren die Überlebenschancen und Gesundheitsaussichten für Frühgeborene viel schlechter.

Was hat sich hier in der Medizin getan?

Seit 1990 wurden zwei, drei Medikamente entwickelt, die gut helfen. Es gab auch einige medizinische Fortschritte. Aber die Quantensprünge liegen meines Erachtens im verbesserten medizinisch-pflegerischen Umfeld, das nun koordiniert arbeitet.

Können Sie ein Beispiel nennen?

Früher wurde ein Frühchen in einem Krankenhaus geboren und dann per Kranken-transport zu uns in die Intensivmedizin gebracht. Heute wissen wir, wie riskant das ist, weil das Frühchen in den ersten Stunden nach der Geburt am zerbrechlichsten ist.

Heute wird das Frühchen also nicht mehr herumgefahren?

Nein, gewiss nicht. Die Versorgung geschieht an einem Ort. Dank der guten Schwangerenvorsorge ist auch eine Hochrisiko-Frühgeburt frühzeitig erkennbar. Wir können die Schwangere beizeiten aufnehmen. Dann beginnt ein interdisziplinäres Team mit der Arbeit – vor allem das hat sich stark verbessert. Heute versuchen beispielsweise Gynäkologen und Kinderärzte gemeinsam, Lösungen zu finden. Die Kinder liegen mehrere Wochen hier, ihnen steht ein qualifiziertes, multiprofessionelles Team und eine gute medizinisch-technische Versorgung zur Verfügung. Zudem ist die Herangehensweise sehr viel schonender geworden.

Das meint frühe Diagnostik und Therapie?

Nicht nur. Das beginnt schon damit, dass die Eltern so bald es geht hinzugezogen werden. Früher hat man sie ferngehalten, und oft ist das Verhältnis zum Kind komplett gestört worden. Es ist ganz wichtig, dass die Eltern ihr Kind im Arm haben und es lieben, damit sich Bindungen entwickeln können, so gut es geht.

Denkt man an Frühchen mit Handicap, hört sich das nach Trostspenden an ...

Nein, so ist das gar nicht gemeint! Der Einfluss der Umgebung ist enorm: Die Plas-



Dr. Norbert Teig und Oberärztin Dr. Almut Weitkämper mit einem kleinen Patienten. fobo-Bild: Müller/Greifenberg

tizität eines geschädigten Gehirns schafft es, durch engagierte therapeutische und elterliche Unterstützung, verloren gegangene Funktionsbereiche zu regenerieren oder zu ersetzen. Viele der Kinder, die als Winzlinge zur Welt kamen, sehen wir hier regelmäßig bis zur Einschulung. Und wenn man dann die Kinder sieht, die früher große Probleme hatten und Sorgen gemacht haben, was aus denen geworden ist! Was der menschliche Körper alles kompensieren kann, ist fast unglaublich.

nir

► Dr. Norbert Teig: Bestnoten als Arzt und Forscher

Dr. Norbert Teig ist Leiter der Abteilung für Neonatologie und pädiatrischen Intensivmedizin der Universitäts-Kinderklinik Bochum am St. Elisabeth-Hospital. Die Neugeborenen-Intensivstation am St. Elisabeth-Hospital bildet zusammen mit der dortigen Frauenklinik (Direktorin Dr. Katrin Marschner) das Bochumer Perinatalzentrum. Dieser Klinikverbund gehört zu den größten geburtshilflichen Abteilungen der Region: 2012 wurden hier mehr als 1100 Kinder aus Bochum und

dem gesamten Ruhrgebiet geboren. Nach eingehender Recherche vergab die FOCUS-Gesundheitsredaktion Anfang dieses Jahres Bestnoten an Dr. Teig als Arzt und Forscher. Der renommierte 51-jährige Mediziner ist damit einer von nur drei Spitzenvertretern seines Fachs in der Region. Spezialgebiet des gebürtigen Franken ist die Betreuung von Frühgeborenen mit einem Geburtsgewicht unter 1500 Gramm und die Behandlung von Neugeborenen mit schweren Atemstörungen.

Küchen Rochol von den Wassermassen überflutet

Erst Total-Räumungsverkauf mit bis zu 70 % Rabatt, dann Umbau und Erweiterung

Es war der 20. Juni, als das große Unwetter über Bochum hereinbrach. Unzählige Straßen, Keller und Geschäfte wurden regelrecht überflutet. Von den unglaublichen Wassermassen blieb auch Küchen Rochol am Castroper Hellweg 49 nicht verschont.

Bis in jeden Winkel der 750 Quadratmeter großen Verkaufsfläche drang das Wasser. „Es war heftig und hörte nicht auf zu regnen“, erinnern sich Jennifer und Jesse Rochol. Dem Schreck folgte die Erleichterung: „Unsere Mitarbeiter haben sofort angepackt, und sogar einige Kundinnen und Kunden hatten Lappen und Wischer in der Hand, um alles wieder trocken zu legen.“

Ausstellungsküchen blieben unbeschädigt

Zum Glück griff das Wasser die Ausstellungsküchen nicht an. „Sie haben das Unwetter unbeschadet überstanden – das ist Qualität“, atmet Jennifer Rochol auf. Dennoch kommt es derzeit zum Total-Räumungsverkauf, weil „die Stellwände und der Boden erneuert werden müssen. Das ist unumgänglich“.

Um die Renovierung durchführen zu können, muss zunächst die Verkaufsfläche komplett geräumt werden. Das heißt: „Die Küchen müssen `raus, damit wir anschließend den Umbau vornehmen können, den wir dann gleich mit einer Erweiterung und einer erneuten Optimierung des Ausstellungskonzeptes verbinden werden“, erklärt Jesse Rochol. Beim



Eine schöne Küche verbindet Funktionalität und Lebensqualität.



Jesse und Jennifer Rochol und ihre Mitarbeiter entwickeln maßgeschneiderte Lösungen für jeden Raum und für jedes Budget.

Kauf der hochwertigen Markenküchen erhalten die Kunden dadurch momentan bis zu 70 % Rabatt.

Eine schöne Küche ist Lebensqualität

Nach dem Umbau werden natürlich wieder die neuesten Trends präsentiert. Direkt nach der Fachmesse „MOW“ werden bei Küchen Rochol die aktuellsten Musterküchen montiert. Mit viel Kreativität und Liebe zum Detail werden daraus dann individuelle Kundenküchen - maßgeschneidert auf Raum und Budget.

Längst ist die Küche von heute weit mehr als nur der Raum, in dem Mahlzeiten zubereitet werden. Auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden zugeschnitten, ist sie nicht nur praktisch und komfortabel, sondern verbindet auch Funktionalität und Design.

Ob große Fläche oder kleine Nische und verwinkelte Räume – für alles finden die Experten von Küchen Rochol die perfekte Lösung. Und wer sich das nicht vorstellen kann, der kann im hauseigenen 3D-Kino am Castroper Hellweg 49 seine neue Traumküche schon einmal genauso erleben, wie sie später Zuhause stehen wird. –rud

- Küchen Rochol
Castroper Hellweg 49
44805 Bochum
Tel. 0234-777 44 30
- www.kuechen-rochol.de

Ihr Vorteile

- Kreative Lösungen für Ihre Raumsituation
- Architektonisches Gesamtkonzept für Ihre Küche
- Visualisierung Ihrer neuen Küche in unserem 3D-Kino
- Komplettbetreuung durch Ihren persönlichen Küchenfachverkäufer
- Maßanfertigungen und barrierefreie Küchen
- Aufmaß, Lieferung, Montage und Anschlüsse durch unsere eigenen Monteure
- Kostenlose Demontage, Abholung und Zuführung Ihrer „Altküche“ zu einem guten Zweck
- Maßgeschneiderte Finanzierungslösungen
- Best-Preis-Garantie



Rund um die gesundheitlichen Probleme älterer Menschen dreht sich der 6. Geriatriche Gesundheitstag in Linden.

fobo-Bild: eb-en

Rollator-Training für Senioren

Geriatrischer Gesundheitstag im Lindener Zentrum für Altersmedizin und Pflege

„Gesund altern“ lautet das Motto des 6. Geriatrichen Gesundheitstages im Lindener Zentrum für Altersmedizin und Pflege (LiZAP) der Augusta Klinik in Bochum-Linden. Am Samstag, 14. September, 10 bis 16 Uhr, zeigen die Mediziner der Geriatriischen Klinik an der Dr.-C.-Otto-Str. 27 mit einem enorm breiten Angebot auf, wie man sich schon früh auf ein möglichst gesundes und aktives Alter vorbereiten kann.

Es gibt eine ganze Reihe von Vorträgen, zum Beispiel zu altersbedingten Schluckstörungen oder typischen Alterserkrankungen und der Notwendigkeit ihrer Behandlung. Ein Vortrag widmet sich auch dem ganzheitlichen Gedächtnistraining.

„Störungen der Merk- und Konzentrationsfähigkeit bis hin zu massiven Beeinträchtigungen von Denkvermögen, Sprachfluss und Orientierung sind bei fortschreitender Demenz charakteristisch“, sagt Chefarzt Dr. Olaf Hagen.

Beim Geriatrichen Gesundheitstag geht es diesmal unter anderem um die so wichtige Vorsorgevollmacht und um einen eventuellen Zusammenhang zwischen

Ernährung und Demenz sowie Gesundheitsvorsorge. Es wird Messungen von Knochendichte, Blutzucker, Blutdruck, Cholesterin und Quick-Wert geben. All diese Angebote laden die Besucher zum Mitmachen ein.

Eines der Highlights wird an diesem Tag allerdings ein Rollator-Training der Bogestra sein. In diesem Kurz-Kurs (11 bis 13 Uhr) können die Senioren lernen, wie sie sich mit ihrer Gehhilfe in Bus und Bahn sicher bewegen können.

eb-en

Willow

Körpertherapie & Naturheilkunde

Willow Dominik Schnippenkoetter
Heilpraktiker

Naturheilverfahren, Osteopathie, Chiropraktik
Esalen-Bodywork und Massage

Beratung · Behandlung · Prävention

Lessingstraße 16
44791 Bochum
Telefon 0234-3 57 96 32
www.esalen-koerpertherapie.de





Kräftig mit angepackt hat Axel Schäfer bei seinem Betriebspraktikum in den Werkstätten Constantin-Bewatt, wo er unter anderem in der Wäscherei eingesetzt wurde. fobo-Bild: Molatta

Das Ohr an der Basis der Arbeitswelt

Bundestagsabgeordneter Axel Schäfer absolviert alljährlich Betriebspraktika

Grau, teurer Freund, ist alle Theorie und grün des Lebens goldner Baum.“ Mephistos Mahnung aus Goethes Faust hat Bochums Bundestagsabgeordneter Axel Schäfer seit jeher verinnerlicht. Oder, frei übersetzt ins Ruhrpottlerische, trifft’s Adi Preißlers Variante: „Entscheidend ist auf’m Platz“. Doch so oder so: Alljährlich, wenn sich das politische Berlin in die Sommerpause verabschiedet, geht es für Axel Schäfer raus aus dem Plenarsaal und hinein in die „normale“ Arbeitswelt.

Weil er wissen will, worüber er redet, wenn es um die Rente mit 67 geht, wenn von Arbeitsbedingungen gesprochen wird, Tarifverhandlungen anstehen oder die Sicherheit am Arbeitsplatz diskutiert wird, absolviert der Parlamentarier seit nunmehr 16 Jahren alljährlich ein Betriebspraktikum. Dafür verschwinden Anzug und Krawatte einmal im Jahr für eine Woche im Schrank, stattdessen gibt’s die jeweilige Arbeitskleidung.

Das waren Blaumann und Sicherheitsschuhe ebenso wie der weiße Kittel oder eine Uniform. Axel Schäfer stand in

den vergangenen Jahren bereits bei Opel am Band, war mit den Mitarbeitern der Stadtwerke unterwegs, um Kabel zu legen, Stromzähler und Trafos auswechseln, Undichtheiten in Leitungen überprüfen, hütete Schafe und immer wieder zieht es den Parlamentarier in den Gesundheits- und Pflegebereich.

Erstes Praktikum in der Altenpflege

Nachdem er 1994 mit einem Praktikum in der Altenpflege gestartet war, gehörten die Innere Mission und die Arbeiterwohlfahrt zu seinen Stationen. 2010 hospitierte er bei der Caritas. Zu dem intensiven wie ausgefüllten Wochenprogramm gehörten die Teilnahme an der „Zugangsgruppe“ (neue Inhaftierte) in der Justizvollzugsanstalt Bochum, die Mitarbeit bei den Diensten im Hospiz St. Hildegard, die Betreuungsarbeit von Suchtkranken im Haus der sozialen Dienste sowie das Kennenlernen der Beratungsstelle NEUE WEGE gegen Missbrauch von Kindern.

„Das Praktikum bei der Caritas war eine besonders wichtige Erfahrung für mich. Von

dem Engagement der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bin ich stark beeindruckt. Die Sozialverbände leisten in Deutschland eine unverzichtbare Arbeit für die Menschen und die Gesellschaft.“

Das Tempo heruntergefahren

Sten Nadolnys „Die Entdeckung der Langsamkeit“ hätte auch das Motto des Praktikums im vergangenen Jahr lauten können. Denn eben diese lernte Axel Schäfer bei seinem 16. Betriebspraktikum in der Werkstatt Constantin-Bewatt kennen. In den dortigen Behinderten-Einrichtungen traf er auf viele Menschen, die von Natur aus der Langsamkeit verpflichtet sind. „Für mich als Schnellsprecher und Mensch, der viele Dinge mit einem gewissen Tempo angeht, war das ein gutes Umfeld, um etwas herunterzufahren, sich zu disziplinieren und alles etwas langsamer anzugehen.“

Eine Woche tauschte Axel Schäfer den feinen Politikeranzug gegen adäquate Werkstattkleidung, war wieder einmal „mittendrin, statt nur dabei“ und hatte kräftig mit angepackt: Bei sommerlichen

30 Grad schwitzte er bei der Garten- und Landschaftspflege. „Und das ist schon etwas anderes, als im eigenen, kleinen Garten zu Hause zu werkeln“, stellte der Parlamentarier fest. Er half in der Wäscherei, schraubte in der Montage der Metallverarbeitung und verschaffte sich einen Eindruck vom CAP-Supermarkt in Laer, in dem Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam arbeiten. „Die Atmosphäre hier hat mir sehr gut gefallen. Man merkte den Beschäftigten an, dass sie sich mit der Arbeit vor Ort identifizieren.“

Intensive und nachhaltige Eindrücke

So fügte sich ein Bild von der alltäglichen Arbeit und dem Unternehmen zusammen, das durch die vielen Gespräche mit den Menschen vor Ort den Blick für die Probleme gehandicapter Menschen schärfte. „Ich bekomme bei einem einwöchigen Praktikum ganz andere Eindrücke als bei einem zweistündigen Betriebsbesuch. Durch den direkten Kontakt vertiefen sich die Informationen, und ich lerne viel mehr vom echten Leben und dem Arbeitsalltag“, so Axel Schäfer. Mehr über die Probleme erfuhr der Abgeordnete in den Treffen mit den Werkstatträtern, auf dessen Einladung der SPD-Politiker im übrigen zu seiner 16. Praktikumsstelle gekommen ist.

Erstmals hatte er sich diese nicht selbst ausgesucht. Werkstattrat Bernd Brämer hatte den Parlamentarier kurzerhand eingeladen. „Ich fand es wichtig, dass er einen Eindruck davon bekommt, wie Menschen mit Behinderung fühlen und welche Förderung sie brauchen“, erklärt Brämer. „Zwar kann man innerhalb einer Woche nicht alles abdecken, aber wir haben offene Ohren gefunden.“ In den Diskussionen ging es vorrangig um die Entlohnung und darum, wie die Integration in den ersten Arbeitsmarkt gelingen kann, nachdem diverse Programme zur Unterstützung zurückgefahren worden sind.

Neben den zahlreichen Infos und Eindrücken, die Schäfer in dieser Zeit gesammelt hat, war es vor allem die menschliche Seite, die ihn beeindruckte. „Ich bin hier unglaublich herzlich aufgenommen worden. Das Vertrauen, das mir entgegengebracht wurde, war riesig. Nachhaltigen Eindruck hat bei mir zudem hinterlassen, wie groß die Bandbreite der Beschäftigten ist, die vom mehrfach Schwerstbehinderten bis zum qualifizierten Facharbeiter reicht.“

Gefreut hat den Besuch von Axel Schäfer auch den Geschäftsführer der Werkstatt Constantin-Bewatt, Eckhard Sundermann: „Das war für uns schon eine besondere



Statt Anzug und Krawatte gibt's für Axel Schäfer bei seinem alljährlichen Betriebspraktikum die jeweilige Arbeitskleidung wie hier den „Blaumann“. fobo-Bild: Molatta

Würdigung, dass ein Bundestagsabgeordneter hier sein Praktikum absolviert. Dadurch rückt ein ansonsten eher randständiges Thema etwas mehr in den Fokus der Öffentlichkeit und des Interesses.“

Zumal die Rolle der Werkstatt im Zuge der Inklusionsdebatte nicht einfach ist. „Wir verspüren einen gewissen Druck, weil wir wie jede Firma auf Aufträge angewiesen sind. 80 Prozent unserer Beschäftigten haben absehbar keine Chance auf dem Arbeitsmarkt. Wir bemühen uns für die Menschen um Außenarbeitsplätze, brauchen aber auch weiter Unterstützung für die, die nicht woanders unterkommen können.“ Und er erhielt Rückendeckung seitens des Abgeordneten: „Einige, die ich getroffen habe, haben sicher eine Chance auf dem ersten Arbeitsmarkt, wenn sie die nötige Unterstützung erfahren. Inklusion heißt zwar nicht, dass sich alle Probleme in Wohlgefallen auflösen. Aber einiges wird sich für die Menschen dadurch verbessern.“

Politiker mit Bodenhaftung

Die Arbeit vor Ort war in den vergangenen Jahren ebenso spannend und lehrreich wie die Gespräche mit den „Kollegen“. Denn das ist ihm wichtig: Nicht als „der Abgeordnete“ behandelt zu werden, sondern vor Ort mit anzupacken und – soweit möglich – die gleiche Arbeit zu verrichten, wie die Menschen, mit denen er eine Woche lang zusammenarbeitet.

Aber das war bislang nie ein Problem, im Gegenteil: „Hin und wieder wird schon getestet, ob ich es ernst meine und wirklich mit anpacke, doch ich bin keiner, der sich die Hände nicht schmutzig macht.“ Und das

wird wertgeschätzt, und dementsprechend offen zeigen sich dann in der Regel auch die „Kurzzeitkollegen“. „Es ist wichtig dass man als Politiker die Bodenhaftung behält. Der Mittelpunkt des Lebens für die meisten Menschen ist nicht die Politik, sondern die Arbeit. Deshalb sollte ein Politiker die Veränderungen in der Arbeitswelt immer wieder durch eigene Erfahrung kennen lernen.“

Auch in diesem Jahr wird Axel Schäfer während der politischen Sommerpause in Berlin wieder ein Betriebspraktikum absolvieren. Dabei zieht es ihn bei seinem 17. Betriebspraktikum, das er im August absolvieren wird, erneut in den Gesundheitssektor. aschro

► Die bisherigen Praktika:

- 1994: Altenpflege
- 1995: Bergbau
- 1996: Stahlwerke
- 1997: Polizei
- 1998: ÖPNV
- 2002: Schulen
- 2003: Opel
- 2004: Einzelhandel
- 2005: Gartenbau
- 2006: Umwelt-Service
- 2007: Tierpark
- 2008: Migrationshilfe
- 2009: Landwirtschaft
- 2010: Sozialbetreuung
- 2011: Energieversorgung
- 2012: Behindertenwerkstatt

► Weitere Infos: www.axelschaefermdb.de

Der Stadtsportbund bewegte Bochum

Hunderte kleine und große Sportler legten ihr Sportabzeichen ab

Ob Hochsprung, Kugelstoßen oder 100 Meter-Lauf – bei den Bochumern erfreut sich das Sportabzeichen auch im 100. Jahr seines Bestehens größter Beliebtheit. 5492 Urkunden konnte der Stadtsportbund 2012 ausgeben und belegte mit dieser imposanten Zahl bei den Stadtsportbünden in NRW hinter Hamm und Krefeld den dritten Platz. Bemerkenswert auch die Zahl der Minisportabzeichen: Rund 1000 Bochumer Kinder durften sich die Medaille umhängen.

Grund genug, um den „Fitnessorden“ eine ganze Woche lang in den Fokus zu rücken. Nachdem im vergangenen Jahr bereits der Sportabzeichen-Aktionstag innerhalb des Festival des Sports bestens ankam, hatte der Stadtsportbund gemeinsam mit seinen Partnern und den jeweils ausrichtenden Vereinen – VfL Bochum, DUC Watten-



Einzigartig in Bochum ist das Mini-Sportabzeichen. Kinder ab drei Jahren werden – ohne Maßband und Stoppuhr – spielerisch an den Sport herangeführt und mit einer Medaille belohnt. fobo-Bild: Molatta

scheid, SV Langendreer 04, TV Gerthe und TV Wattenscheid 01 – in diesem Jahr erstmals zu einer Sportabzeichen Aktionswoche eingeladen.

Und die Resonanz war gran-

dios: Allein beim Abschlusstag im Lohrheidestadion tummelten sich über 3.000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene auf der Anlage. „Das war schon eindrucksvoll“, freute sich

SSB-Geschäftsstellenleiter Rüdiger Stenzel über das positive Feedback. „Wir werden diese Veranstaltung ganz sicher zu einer jährlich festen Größe im Veranstaltungskalender machen“, verspricht Stenzel.

Wer die Prüfungen zum Sportabzeichen ablegen möchte, muss dafür allerdings nicht bis zum kommenden Jahr warten. Interessierte haben von April bis Oktober die Möglichkeit, an einer Vielzahl von Stützpunkten zu trainieren und die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen zu erfüllen.

aschro

- **Infos und Kontakt:**
Stadtsportbund Bochum e. V.
Westring 32,
44787 Bochum
- **E-Mail:** info@sport-in-bochum.de
- **Telefon:** 0234 96139-0
- **Telefax:** 0234 96139-99
- **Internet:** www-ssb-bochum.de

Laufen für muskelkranke Kinder

8. Auflage des Kemnader Burglaufs zugunsten von Benni & Co.

Er hat mittlerweile seinen festen Platz im Laufkalender und sich als Veranstaltung für Mittel- und Langstreckler sowie für Walker etabliert. Wenn es in diesem Jahr am 25. August wieder heißt: „Wir laufen für muskelkranke Kinder“, werden die Teilnehmer des „Kemnader Burglaufs“ bereits zum achten Mal in Folge auf die Halbmarathon-Strecke rund um den Kemnader See geschickt werden.

Eingebettet in ein attraktives Rahmenprogramm, das Jung und Alt jede Menge Abwechslung garantiert, hoffen die Veranstalter auch in diesem Jahr auf rege Teilnahme. Der

Erlös des Spendenlaufs, der rundum von ehrenamtlichen Kräften organisiert wird, kommt der „Aktion Benni & Co.“ zugute. Der Verein unterstützt Kinder, die an der Duchenne Muskeldystrophie, einer tödlich endenden Muskelschwund-Krankheit, leiden. Mit dem Lauf wird dringend benötigtes Geld zur Erforschung der seltenen und noch unheilbaren Krankheit gesammelt.

Lauf-Anfänger, Hobby-Sportler, Profiläufer sowie Eltern und Kinder laufen für den guten Zweck und können sich in verschiedenen Disziplinen anmelden. Zur Auswahl stehen ein Halbmarathon (der

Start erfolgt um 11 Uhr) und ein 10 km-Lauf (14 Uhr). An den Start gehen um zudem Nordic-Walker und Walker (10 Uhr). Neu im Programm ist ein Jedermann-Lauf über 4 Kilometer. (15.45 Uhr).

Alle Teilnehmer können sich auf eine extrem flache und schnelle Strecke einstellen, die mit Hilfe der Stadt Bochum genau vermessen wurde. Die Handballer vom SV Teutonia Riemke organisieren dieses Laufevent als Veranstalter. Aber nicht nur Laufbegeisterte kommen beim Burglauf auf ihre Kosten. Die Besucher und Zuschauer dürfen sich neben dem sportlichen Part auch auf

ein buntes Rahmenprogramm freuen. Es warten viele Aktionen auf die „passiven“ Teilnehmer, die zudem musikalisch unterhalten werden.

„Darüber hinaus werden sich an diesem Tag viele betroffene Familien und Freunde einfinden, um zu helfen, aber auch um die Veranstaltung hinsichtlich Informationen zur Erkrankung und Austausch abzurunden. Mitarbeiter der ‚Aktion Benni & Co.‘ stehen für Fragen und Auskünfte zur Verfügung“, so Silvia Hornkamp, Geschäftsführerin des Vereins.

aschro

- **Infos und Anmeldung unter:**
www.kemnader-burglauf.de

ISTOK-Kindertheater erspielt 241 Euro

Spendenscheck an Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet überreicht

Sie haben mit ihrem Stück dem Publikum, zu dem ich gehören durfte, viel Freude bereitet. Und sie haben mit der Spende auch der Stiftung viel Freude bereitet!“ Mit freundlichen Worten bedankte sich Iris von der Lippe, Vorstand der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet, bei den Besuchern vom ISTOK – Kulturzentrum für Kinder und Jugendliche e.V.

Die Jungschauspieler des ISTOK-Kindertheaters „Vorhang auf!“ hatten die russische Komödie „Iwan Wassiljewitsch“ ins Deutsche übersetzt und im März aufgeführt. Den Erlös spendeten sie der Stiftung und übergaben nun 241 Euro an Iris von der Lippe. „Mich freut an dieser Theater- und Spendenaktion besonders der multikulturelle Aspekt: Kinder mit nicht-deutschem Hintergrund engagieren sich für kranke Kinder, die aus aller Herren Länder stammen und bei uns in der Universitätskinderklinik behandelt werden“, so Iris von der Lippe.



Spenden macht Freu(n)de: Christina Erenkämper (2. v. re.) und Iris von der Lippe (3. v. re.) im Kreise der ISTOK-Besucher (v. li.): Marina Bogdanova, Maxim Kukol, Anja Häusler, Margarita Gosman, Inna Witt sowie Viktor und Dmjitrij Guschin. fobo-Bild: nir.

Komische Verwechslungen
Zwischen 11 und 22 Jahre jung sind die Akteure des ISTOK-Kindertheaters, die gerade dabei sind, ein neues Stück einzuüben. Garantiert wird es wieder

hinreißend komisch und voller Verwechslungen sein. Regisseurin und Vorstandsmitglied Inna Witt hofft, beim neuen Stück wieder so viel Unterstützung zu erhalten wie zuletzt: „Die

Schulleitung des Ottilie-Schoenewald-Weiterbildungskollegs, die Stadt Bochum und viele andere haben unser Theaterprojekt wirklich toll unterstützt!“

➤ www.istok-bochum.de/

Interviewpartner gesucht

Wer gesund ist, geht in die Schule, und wer krank ist, bleibt Zuhause!?! So die weit verbreitete Vorstellung. Diese klare Trennung zwischen gesund und krank kann vor dem Hintergrund der Zunahme chronischer Erkrankungen für viele Kinder und Jugendliche heute nicht mehr uneingeschränkt gelten.

Betroffene besuchen trotz bzw. mit einer bestehenden Erkrankung eine Schule und bleiben nur bei akuten Problemen fern. „Es stellt sich die Frage, ob das Schulsystem auf ihre individuellen Bedürfnisse vorbereitet ist? Welchen Anforderungen sehen sich betroffene Kinder und Jugendliche gegenüber, um im Schulalltag mit ihrer Erkrankung zurechtzukommen?“, erläutert Pflegewissenschaftler Andreas Kocks sein Forschungsvorhaben, für das er jetzt Interviewpartner sucht. Für seine Promotion sucht er chronisch kranke Schulkinder und deren Familien, die bereit sind, in Einzelinterviews von ihren Erfahrungen zu berichten.

Unter www.familiengesundheitimlebensverlauf.de finden sich ausführliche Informationen zur Studie. Weitere Infos bei Andreas Kocks, Pflegewissenschaftler. Die Handynummer können Interessenten unter 02302/926-805/849 erfragen.

Küchen
Rochol

Castroper Hellweg 49
44805 Bochum
Telefon 0234 - 777 44 30

RÄUMUNGSVERKAUF

**Wegen Totalumbau
Küchen bis zu
70 % reduziert!**

Der Verkauf geht weiter!

www.kuechen-rochol.de

Auch im Urlaub gesund bleiben

Beim Kofferpacken die Reiseapotheke nicht vergessen

Mit den Sommerferien hat die beliebteste Reisezeit des Jahres begonnen. Die flächendeckende Versorgung mit Arzneimitteln und kompetente Beratung über die Risiken- und Nebenwirkungen sind in Deutschland 24 Stunden am Tag selbstverständlich. Doch wer in die Ferne reist, macht nicht selten ganz andere Erfahrungen. Medikamente haben im Ausland oft andere Namen, Apotheken sind schwer zu finden und vielleicht erst nach einer langen und teuren Taxifahrt erreichbar. Wer seine Nerven und seinen Geldbeutel schonen will, sollte daher vor Abreise in den Urlaub rechtzeitig an die Reiseapotheke denken.

„Eine gut bestückte und auf



Apothekerin Inka Krude.



Die Reiseapotheke gehört bei der Fahrt in den Urlaub in jeden Koffer. fobo-Bild: Apothekerammer

das Ziel der Reise abgestimmte Reiseapotheke gehört bei jedem Urlaub ins Gepäck“, empfiehlt Apothekerin Dr. Inka Krude, Sprecherin der Bochumer Apothekerschaft. Umfang und Zusammenstellung hängen dabei vom Reiseziel ab: „Wer eine Paddeltour auf dem Amazonas plant, muss anders vorsorgen als der Pauschaltourist im spanischen Vier-Sterne-Hotel“, betont Dr. Krude. Ob die Reiseapotheke noch auf dem aktuellen Stand ist, lässt sich bei einem unverbindlichen Check in der Apotheke vor Ort überprüfen – das pharmazeutische Fachpersonal hilft gerne weiter.

Auf die Reise abstimmen

Als Grundausrüstung für die

Reiseapotheke empfiehlt Dr. Krude unter anderem Mittel gegen Reisekrankheiten, Durchfall oder Verstopfung, eine Erste-Hilfe-Ausstattung mit Pflaster, Mullbinden, elastischen Binden, Schere und Pinzette. Wer mit Kindern reist, darf das Fieberthermometer nicht vergessen. Außerdem sollte man an Schmerzmittel, Brand- und Wundheilsalbe, Desinfektionsmittel und Mückenschutz denken. Gerade bei Aufhalten in ärmeren Ländern sind eigene Einwegspritzen und Kanülen im Reisegepäck ratsam.

Hinzu kommen die Arzneimittel für den individuellen Bedarf wie zum Beispiel Insulin für den Diabetiker. Je nach Reiseziel müssen auch hier Vor-

kehrungen getroffen werden: Welche Arzneistoffe besonders empfindlich auf äußere Einwirkungen reagieren, erklärt der Apotheker vor Ort. Bei aller Unbeschwertheit im Urlaub kann auch ein gewisses Maß an Vorsicht nicht schaden – damit die Reiseapotheke erst gar nicht in Anspruch genommen werden muss. Daher betont Apothekerin Dr. Inka Krude: „Wenn man kein Leitungswasser trinkt, auf Eiswürfel verzichtet und nur geschältes Obst und Gemüse isst, lässt sich Durchfall oftmals vermeiden.“

Je nach Reiseziel ist Sonnenschutz als Creme oder Lotion mit ausreichendem Lichtschutzfaktor unerlässlich. In der Apotheke werden Menschen mit empfindlicher Haut und Allergien über geeignete Sonnenschutzmittel beraten. Wer regelmäßig Medikamente einnimmt, sollte beim Sonnenbad besonders vorsichtig sein, weil dies bei manchen Arzneimitteln zu unerwünschten Wechsel- oder Nebenwirkungen führen kann. Diese und andere Fragen beantworten die Fachleute in der Apotheke. Gerne werfen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch einen Blick in den Impfpass und weisen auf nötige Auffrischungen hin.

Sebastian Sokolowski



Fenster · Haustüren
Kunststoff-Alu · Türen
Wintergärten · Rollläden

DIETER LUEG
Kunststoff-Fenster Gesellschaft mbH

Brenscheder Straße 9 · 44799 Bochum-Wiemelhausen
Telefon (0234) 74867 und 7 30 06 · Fax (0234) 77 13 66

Mitte 30? Dann ab zum Check-up!

Die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe (KVWL) startet gemeinsam mit der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) in den hiesigen Arztpraxen eine neue Informationskampagne zur Gesundheitsuntersuchung.

Mit der Kampagne „Check-up 35“ soll die Gruppe der über 35-Jährigen stärker für die Themen Vorsorge und Früherkennung sensibilisiert werden. Im Rahmen der Informationskampagne werden die westfälisch-lippischen Arztpraxen mit Informationsmaterialien für das Wartezimmer ausgestattet. Sämtliche Informationsmaterialien zum Thema stehen im Internet unter www.kbv.de/checkup35.html oder www.kvwl.de/vorsorge_bereit.

Bochum ein Stück gesünder machen

Tipps und Infos beim 5. Gesundheitsforum auf dem Boulevard am 3. August

Die IG Boulevard rückt auch in diesem Jahr am ersten Augustwochenende einen Tag lang das Thema Gesundheit in den Mittelpunkt. Das Gesundheitsforum Boulevard am Samstag, 3. August, bietet von 10 bis 17 Uhr Informationen und praktische Hilfe zu Fragen rund um die Themen Gesundheit, Medizin und Vorsorge.

Es ist die fünfte Auflage des Gesundheitsforums, für das der Projektleiter der IG Boulevard, Jürgen In der Beeck, sowie Apothekerin Dr. Inka Krude wieder zahlreiche Experten ins Boot holen konnten, die der interessierten Öffentlichkeit in Fragen zum Thema Gesundheit als Ansprechpartner zur Verfügung stehen.

In den Zelten können sich Besucher über die neuesten Entwicklungen im Gesundheitsbereich informieren. Fachleute stehen zum Austausch und für Fragen bereit. Sie geben wertvolle Tipps und Informationen, klären auf und erläutern, wie jeder bereits im Alltag etwas Sinnvolles für seine Gesundheit tun kann. Das Spektrum der Themenschwerpunkte ist breit gefächert und bietet weitaus mehr als nur einen reinen Informationsaustausch.



Elektromobile für die täglichen Wege oder Ausflüge konnten im vergangenen Jahr getestet werden.



Die Augusta Akademie, das AdipositasZentrum NRW und Augusta-Chefärzte repräsentierten die ev. Stiftung Augusta auch bei der 5. Auflage des Bochumer Gesundheitsforum auf dem Boulevard und stehen den Besuchern für Gespräche zur Verfügung. fobo-Bilder: eb-en

Medizin zum Anfassen

Das Gesundheitsforum gestaltet die Gesundheitsförderung lebendig. Es gibt den Besuchern die Möglichkeit, sich rund um das Thema Gesundheit und gesunde Lebensweise zu informieren, verschiedene Angebote zur Förderung der eigenen Gesundheit kennen zu lernen und sich in persönlichen Beratungsgesprächen Tipps zu holen. Medizin zum Anfassen und Mitmachen hilft dabei, medizinische Inhalte besser zu verstehen und erfahrbar zu machen.

Augusta-Chefärzte vor Ort

Neben vielen anderen Experten sind auch einige Chefärzte der Augusta Kliniken Bochum mit von der Partie bei der Gesundheitsmesse, die wieder auf dem Massenberg-Boulevard stattfinden wird. Der neue Chef-Kardiologe PD. Dr. Bodo Brandts wird neben seinen Chefarztkollegen PD Dr. Benno Mann (10 - 11 Uhr), Dr. Jochen Beyer (11 - 12 Uhr) und PD Dr. Gabriele Bonatz am Stand der Augusta Akademie und des AdipositasZentrums NRW mit einigen Mitarbeitern den Bürgern Rede und Antwort

stehen – und dabei die Evangelische Stiftung Augusta bei hoffentlich strahlendem Wetter repräsentieren. Diabetologin Dr. Alexandra Bode wird auf dem Boulevard ebenso dabei sein (12 bis 14 Uhr) wie der Verein gegen Brustkrebs.

Bei den Mitarbeitern des AdipositasZentrums NRW können Interessierte wie immer auch ihren Body Mass Index (BMI) ermitteln lassen und die Ernährung testen, die abnehmwilligen Menschen im Rahmen des erfolgreichen, ambulanten Optifast-Programms an der Augusta Klinik in Bochum-Linden unter ärztlicher Begleitung gereicht wird.

Diätberaterin Roswitha Damek und ihre Mitstreiter an der Front gegen das starke Übergewicht geben gleich einen Haufen Tipps für die richtige Ernährung mit auf den Weg.

Druckfrischer Kurs-Katalog

Vorgestellt wird an diesem Samstag auch der neue Kurs-Katalog: Über 600 Kurse bietet die „Bildungs-Schmiede“ der Evangelischen Stiftung Augusta in ihrem neuen, druckfrischen Werk an, das sich jeder Besucher mitnehmen kann. „Wir haben sehr viel Neues im Programm“, sagt Delia Sonnenschein-Riesner von der Augusta Akademie.

Neue Veranstaltungsorte

„Und wir haben für unsere Kurse auch eine ganze Reihe neuer Veranstaltungsorte und Sporthallen – auch in Bochum-Mitte – gewinnen können.“ Das neue Programm gibt es auch direkt bei der Akademie, an der Dr.-C.-Otto-Straße 27 in Bochum-Linden oder per Mail unter anmeldung@augusta-akademie.de aschro/eb-en

100

autos ständig zur auswahl!

www.ac-weitmar.de

dirksmeyer&venne gmbh elsa-brändström-str. 31 bochum
automobilcenter weitmar 02 34 / 43 10 10

Körperwelten & der Zyklus des Lebens

Ausstellung des Plastinators Gunther von Hagens kommt nach Bochum



Die Ausstellung „Körperwelten“ ist annähernd fünf Monate lang in Bochum zu sehen.

fobo-Bild: Gunther von Hagens, Institut für Plastination, Heidelberg

Mehr als 36 Millionen Menschen rund um den Globus haben die Ausstellung bereits besucht. Jetzt kann auch das Ruhrgebiet staunen! In Bochum präsentieren Plastinator Dr. Gunther von Hagens und Dr. Angelina Whalley vom 30. August 2013 bis 19. Januar 2014 ihre aktuelle Ausstellung „Körperwelten & Der Zyklus des Lebens“.

Sie ist eine der faszinierendsten Ausstellungen unserer Zeit, eine tief berührende

Begegnung mit dem Leben. Gunther von Hagens' Körperwelten verändern nachhaltig die Sicht auf und in unseren Körper, seinen robusten und doch so verletzlichen Aufbau, auf das perfekte Zusammenspiel von Muskulatur, Nerven und Organen.

Über 200 einzigartige Präparate, darunter viele Ganzkörperplastinate, führen die Besucher durch den menschlichen Körper und erläutern leicht verständlich die einzelnen Organfunktionen sowie häufige Erkrankungen.

Thematisch spezialisiert und mit spektakulären Plastinaten nimmt die Ausstellung den Besucher mit auf eine spannende Reise unter die Haut. Die einzelnen Stationen der Entwicklung des menschlichen Körpers sowie seine Veränderung im Lauf der Zeit – beginnend bei der Zeugung bis ins hohe Alter – laden jeden ein, sich intensiv mit seinem eigenen Leben zu beschäftigen.

Sogar über hundert Jahre alte Menschen bekommen einen Platz: Besucher lernen von den Lebensweisen der jung gebliebenen Alten, die an Orten dieser Erde wohnen, wo man überdurchschnittlich alt wird – von Okinawa in Japan über Bergregionen in Sardinien und Pakistan.

Alle in der Ausstellung gezeigten Präparate sind echt. Sie stammen von Menschen, die zu Lebzeiten erklärt haben, ihren Körper nach dem Ableben der Körperwelten Ausstellung zur Verfügung zu stellen. Das Institut für Plastination in Heidelberg unterhält hierfür ein Körperspende-Programm mit mehr als 13.000 registrierten Freiwilligen.

aschro

- **Öffnungszeiten:** 30. August 2013 bis 19. Januar 2014, Montag bis Donnerstag: 9:00 – 19:00 Uhr (letzter Einlass 18:00 Uhr); Freitag: 9:00 – 21:00 Uhr (letzter Einlass 20:00 Uhr); Samstag und Sonntag: 10:00 – 19:00 Uhr (letzter Einlass 18:00 Uhr)
- **Tickets** sind im Vorverkauf im Bochum Ticketshop Touristinfo, Huestraße 9, 44787 Bochum erhältlich.
- **Adresse:** ehemaliges Mercedes Autohaus Lueg, Hermannshöhe 42
- **Infos:** www.koerperwelten.de/bochum

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**



Das Podium bei der Diskussion über die Pflege mit Ingrid Fischbach, Markus Dowe, Dennis Rademacher, Frithjof Schmidt, Axel Schäfer und Moderatorin Cornelia Benninghoven (v.l.).
fobo-Bild: Jens-Martin Gorny/Diakonie

„Pflege wurde immer nur nebenher behandelt“

Politikerrunde gibt bei Diskussion der Diakonie Ruhr auch Fehler zu

Auf die Frage, wie sie alt werden Amöchten, hatten die von der Diakonie Ruhr eingeladenen Politiker parteiübergreifend die gleiche Antwort: selbstbestimmt und in ihrer gewohnten Umgebung. Wie sich das für die gesamte Gesellschaft umsetzen und wie sich der Pflegeberuf aufwerten lässt, daraus entwickelte sich eine fruchtbare Diskussion zwischen Politik und Praxis.

Den Bundestagsabgeordneten und -kandidaten saßen nämlich knapp 300 Mitarbeitende der Diakonie Ruhr gegenüber, die eine Menge auch unbequeme Fragen stellten. Auf Einladung von Geschäftsführung und Mitarbeitendenvertretung gaben Axel Schäfer (SPD), Ingrid Fischbach (CDU), Frithjof Schmidt (Grüne), Dennis Rademacher (FDP) und Markus Dowe (Die Linke) Antworten.

Desiree Solenski vom Ambulanten Pflegedienst Diakonische Dienste Bochum beklagte die Zeitvorgaben, die Politik und Krankenkassen ihr und ihren Kollegen machen. „Neulich habe ich für einen komplizierten Verbandswechsel 48 Minuten gebraucht. Abrechnen können wir trotzdem nur die vorgegebenen 12,33 Euro.“ Altenpfleger David Pieck aus dem Jochen-Klepper-Haus in Bochum-Hiltrop mahnte: „Bitte begreifen Sie, was vor Ort los ist. Die Pflege muss viel Kritik einstecken, das Gute kommt kaum vor.“

Auf dem Podium herrschte schnell Einigkeit darüber, dass Pflege besser finanziert und Pflegende besser gestellt sein



Altenpfleger David Pieck, Krankenschwester Desiree Solenski und Moderatorin Cornelia Benninghoven im Gespräch (v.l.).
fobo-Bild: Jens-Martin Gorny/Diakonie

sollten. Allein die Finanzierung entzweite die Diskutanten. Bürgerversicherung, Pflege-Bahr oder das Berücksichtigen von Vermögen und Mieteinnahmen für die Höhe der Beiträge zur Pflegeversicherung?

Sozialpolitikerin Ingrid Fischbach, seit 15 Jahren im Bundestag, räumte jedenfalls ein: „Pflege muss jetzt mit der gleichen Intensität in die Köpfe, so wie vorher das Thema Kinderbetreuung. Denn Pflege wurde immer nur nebenher behandelt.“

Um die Versprechen des Bundestagswahlkampfes überprüfen zu können, regte Fischbach an, die Veranstaltung in einem Jahr zu wiederholen. Der SPD-Abgeordnete Axel Schäfer kündigte an, die Eindrücke aus seinem mehr als zehn Jahre zurückliegenden Praktikum im Jochen-Klepper-Haus vor Ort zu erneuern. Und FDP-Kandidat Dennis Rademacher ermutigte die Diakonie-Beschäftigten: „Bleiben Sie bissig!“

Felix Ehlert/Diakonie Ruhr



Die Affäre Mollath

Gustl Mollath beschuldigt seine Frau und andere Banker illegaler Geldgeschäfte. Niemand schenkt ihm Gehör. Stattdessen kommt er für sieben Jahre in die Psychiatrie. Mollath wird von Psychiatern weggesperrt, die ihn nie untersucht haben.

Ein internes Dokument der Hypovereinsbank beweist, dass Mollaths Anschuldigungen zutreffen. Man verheimlicht die Akte - er schmort in der Anstalt. Wer den Fall kennt, glaubt nicht an zufälliges Versagen von Justiz und Psychiatrie. Dieses Buch erzählt die ganze Affäre Mollath und prangert das skandalöse Versagen des Rechtsstaats an. Für ihre Recherchen und ihre Berichterstattung im Fall Mollath wurden Uwe Ritzer und Olaf Przybilla mit dem Wächterpreis der deutschen Tagespresse ausgezeichnet
 > Droemer-Knauer, 19,99 Euro

Kreative Leidenschaft

Es begann mit einer kleinen, feinen Idee – etwas Persönliches, um das Leben zu verschönern, sich selbst eine Freude zu bereiten. Niemand rechnete damit, diese Leiden-

schaft zu vermarkten. Doch es kam anders. 20 inspirierende Frauen erzählen, wie ihre Idee zu einem Erfolg wurde.

Die Protagonistinnen gewähren Einblicke in ihre Wohnungen und Werkstätten und verraten die Geheimnisse ihres Schaffens. So plaudert z. B. Modedesignerin Antonia Zander aus dem Nähkästchen; Schmuckdesignerin Marjana von Berlepsch erzählt, wie gut ihr Fingerspitzengefühl ist; Guggl-Erfinderin Chalwa Heigl verrät, wann sie das Backen erlernte.



20 kreative Frauen geben preis, wie sie wurden, was sie heute sind. So erfährt die Leserin, wie eine kleine Idee gepaart mit kreativer Leidenschaft Träume wahr werden lassen kann. Es braucht dazu lediglich Geduld, Beständigkeit und Engagement.
 > Grafit Verlag – 9,99 Euro

Das Fest der Schlangen

Auf der Säuglingsstation ist ein Baby verschwunden - im Bettchen liegt eine Schlange. Ein Toter wird gefunden, ermordet, grausam skalpiert. Haben die Hippies etwas damit zu tun? Betreiben sie einen Hexen- und Satanskult?

Stephen Dobyns hat einen scharfen Blick für die Komplexität der menschlichen Natur und schafft es, das Bild einer verschlafenen Kleinstadt und ihrer Bewohner zu zeichnen. Er

zeigt, dass der Schein oft trügt. Das Böse ist nichts Fremdes, es wohnt gleich nebenan.

> Bertelsmann – 14,99 Euro



Die Hymne des Fußballs

You'll never walk alone ist die Hymne deutscher Fußballfans und wird in unzähligen Stadien angestimmt. Das Buch erzählt die Geschichte des Songs.



Ausgangspunkt: Ein Theaterstück, das vom gescheiterten Leben eines jugendlichen Außenseiters erzählt. Es erschien 1909 und wurde ein Welterfolg. Geschrieben hat das Stück Ferenc Molnár, ein ungarischer Jude. Er emigrierte 1939 in die USA, änderte seinen Namen in

Michael Curtiz und arbeitete als erfolgreicher Regisseur („Casablanca“). 1945 erhält das Stück eine Broadway-Fassung, u.a. mit dem Song „You'll never walk alone“. 1963 erreicht er das Fußballstadion von Liverpool, und von dort beginnt sein Siegeszug um die Welt.

> Verlag Die Werkstatt 9,90 Euro.

Das erste Leben der Angela M.

Die Autoren interviewten Zeitzeugen und recherchierten in Archiven über dieses erste Leben der Angela Merkel. Sie belegen, dass die Bundeskanzlerin ihren politischen Ehrgeiz nicht erst im Zuge der Wende entdeckte.

Als Angehörige der Wissenschaftselite des SED-Staates war sie zielbewusst und systemkonform. Unter dem Eindruck von Gorbatschows Glasnost und Perestroika trat sie dann als Reformkommunistin für einen demokratischen Sozialismus in einer eigenständigen DDR ein. Und doch war sie nur fünfzehn Monate nach dem Mauerfall Bundesministerin im wiedervereinigten kapitalistischen Deutschland.

Ralf Georg Reuth und Günter Lachmann zeigen, wie dieses erste Leben ihr zweites als CDU-Vorsitzende und Bundeskanzlerin mitbestimmt, bis heute.

> Piper-Verlag – 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.



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: „Was ist das denn?“

Neulich saß ich bei einer guten Freundin beim netten Frühstück im Familienkreis. Ihre Jungs Bengt (8) und Boris (10) kauten abwesend ihr Nutellabrot und stierten mal wieder wie unter Drogen auf den Tablett-PC. Das sorgte die Mama. Mich nicht. Denn so nervten die Kids nicht – richtig: ich habe keine Kinder – und lernten sogar noch eine Menge im Internet. Glaubte ich. Nun fragte Bengt seinen Bruder: „Was ist das denn?“ Boris: „Terroristen.“ Bengt: „Beim Baden? Machen Terroristen Urlaub?“ Schweigen. Boris: „Stimmt. Wär ganz schön bekloppt, im Urlaub die Kappen draufzulassen. Da würd ja jeder erkennen, dass sie Terroristen sind.“ Schweigen. Bengt: „Räuber?“ Ich glaubte, nun einschreiten zu müssen. Ich hatte einen Blick auf den Bildschirm geworfen und das Bild gesehen, dass Sie hier abgedruckt finden. Ich hob also an, der Jugend das Licht der Erkenntnis zu reichen: „Das sind Chinesen. Deren Schönheitsideal ist es nicht ist, braun zu sein, sondern hellhäutig. Und was sie tragen, nennt man Facekini. Kommt von Bikini, ist nur viel mehr davon. Es schützt vor Sonnenbräune und Hautkrebs und gefährlichen Quallen...“ Die Jungs glotzten bis „Hautkrebs“ und brüllten bei „Quallen“ los. Ein Tornado aus Gelächter und Gejohle fegte über mich hinweg, und wenn er zu Geggigel abzuflauen drohte, fachten ihn geraunte „Chinesen“, „Quallen“, „Fäiß – wie?!“ wieder an. Mama fand das auch lustig.

Sie beruhigten sich wieder. Vielleicht auch, weil meine Stimmung die Raumtemperatur mittlerweile um gefühlte 10 Grad gesenkt hatte. Ich brütete gerade über der Frage, wohin das Web die Jugend treibt, als Boris triumphierend sagte: „Das ist Catwoman!“ Bengt: „Und der Kleine?“ Boris, kichernd: „Cat-Kid, Kittekat – weiß nich!“ Bengt: „Catwoman hat ein Kind?“ Boris: „Klar, von Batman.“ Bengt: „Sieht aber mehr wie die Kappe von Spiderman aus. Außerdem kann das gar nicht Catwoman sein!“ Boris: „Wieso?“ Bengt: „Weil Katzen Wasser hassen.“ Schweigen. Boris: „Hirni. Der Anzug schützt sie doch vor dem Wasser. Ist ja wohl Catwoman!“ Schweigen. Bengt: „Wie wäscht sich Catwoman?“ Und so ging es fort. Von den Hygienefragen der Helden in Strumpfhosen bis dahin, wer der superste Superheld sei, wurde alles abgehandelt, was digitale Schrumpfköpfe an Themen so draufhaben. Natürlich waren sie immun gegen jeden unserer Einwände (Mama hatte sich zwischenzeitlich ihres pädagogischen Auftrags erinnert). Dass das Bild keine Räuber, Terroristen oder Religion zeigt – egal! Dass es nicht um Batmans oder Spidermans Restfamilie geht – egal! Wen interessieren schon echte



fobo-Bild: pixel-2-pic

Asiaten, die einem Trend mit gesundheitlichen Effekten frönen, die Hautärzte auf der ganzen Welt begeistern? Die Wunder und das Wunderliche dieser Erde – egal! Vielleicht schwappt der Trend irgendwann an unsere Küsten. Ich stellte mir einen herrlichen Strandtag vor, die gute Freundin, ihre Lieben und ich geschlossen im Facekini. Und wie ich erstaunt feststelle, dass sich die Jungs von ignoranten Nervensägen in aufmerksame, intelligente Kinder verwandelt haben. Und erst am Abend, beim Umziehen, merke ich, dass Bengt, Boris und Co. ein paar Sandburgen weiter lagen ... Also, ich denke, wir sollten dem Facekini eine Chance geben. nir

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), Ralf Rudzynski (rud.)

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: Andreas Molatta

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

DIET.L.U.P. GMBH – IHR PRAXISPARTNER



Über 20 Jahre Laboranalytik in den Bereichen
Klinische Chemie, Hämatologie und Endokri-
nologie 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 Keim-
freiheit überprüft. Lebensmittelverarbeitende
Betriebe können durch unsere Untersuchun-
gen 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 Buch-
führung, 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

SONNTAG, 25.8.2013

Schirmherrschaft:

Dr. Ottilie Scholz
(Oberbürgermeisterin Stadt Bochum)

Dr. Dagmar Goch
(Bürgermeisterin Stadt Hattingen)

Sonja Leidemann
(Bürgermeisterin Stadt Witten)

Veranstalter:

**teutonja
riemke**



8. KEMNADER BURGLAUF

Rundkurs um den See | Profil: extrem flach und schnell

Anmeldung: Sonntag vor Ort oder unter: www.benniundco.de | www.kemnader-burglauf.de

...wir laufen für muskel kranke Kinder

Die Erlöse des Kemnader Burglaufes gehen

an die „aktion benni & co“.

Walker (10 km) Start 10.30 Uhr

Halbmarathon Start 11.00 Uhr

10-km-Lauf Start 14.00 Uhr

NEU IM PROGRAMM:

Jedermannlauf Start 15.45 Uhr (4 km)

10 Euro | 15 Euro

Die 1. Gebühr gilt bei vorheriger Anmeldung!

Die 2. Gebühr gilt nur am Veranstaltungstag!

Benefizveranstaltung/
Rahmenprogramm:

- Musikalische Unterhaltung
- Kistenklettern
- Tombola
- Hüpfburg
- Bambinilauf
- Für das leibliche Wohl ist gesorgt



www.benniundco.de

blömeke

STADTWERKE
BOCHUM

HAUS KEMNADE



STADT HATTINGEN

STADTSPORTBUND
Bochum
Stadt Bochum

Stadt Witten

SPD

AM 22. SEPTEMBER IST
BUNDESTAGSWAHL

***DAS WIR
ENTSCHEIDET***