medizin aktuell

Die regionale Gesundheitsinformation

Juni 2016

Fussbeschwerden
Den Füssen Sorge zu tragen lohnt sich

Leukämien
Neue Medikamente bringen Hoffnung

dahlia Emmental
Neuer Wohnraum an zwei Standorten

Demenz

Wenn das Gedächtnis schwindet

Mit SPEZIAL:
Spital Emmental – das Jahr 2015 im Rückblick

Entstanden in Zusammenarbeit mit der Regionalspital Emmental AG und weiteren Gesundheitsinstitutionen aus dem Emmental

Spital Emmental
Modern. Menschlich. Mittendrin.

SRK-Kinderbetreuung zu Hause

Rasche Hilfe in Notsituationen

Die Kinderbetreuerinnen des Roten Kreuzes Bern-Emmental springen ein, wenn kranke Kinder daheim betreut werden müssen oder Eltern vorübergehend nicht für deren Wohl sorgen können.

Oft stehen Eltern vor einem grossen Dilemma, wenn das Kind unerwartet erkrankt und sie selber unbedingt arbeiten oder einen wichtigen Termin wahrnehmen müssen. Es kann auch vorkommen, dass Mütter und Väter sich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr im Stande fühlen, für das seelische und leibliche Wohlbefinden ihres Nachwuchses zu sorgen. Wenn in solchen Fällen weder Familienmitglieder noch Freunde oder hilfsbereite Nachbarn da sind, springen die Betreuerinnen des Roten Kreuzes Bern-Emmental ein und schliessen mit dem Angebot «Kinderbetreuung zu Hause» eine wichtige Lücke in der Betreuungskette von Kindern bis zum 12. Lebensjahr.

Für kranke Kinder und kranke Eltern

«Die Situationen, in denen wir um Unterstützung gebeten werden, sind sehr unterschiedlich», betont Silvia Bosshardt, Koordinatorin der Anlaufstelle Kinderbetreuung zu Hause. «Manchmal handelt es sich nur um kurze Einsätze, während denen sich unsere Mitarbeiterinnen ein, zwei Tage lang um ein krankes Kind kümmern.» Oft haben es die Betreuerinnen aber auch mit Familien in Krisensituationen zu tun. «Die Ursachen sind meistens psychische Probleme der Eltern, wie Depressionen, ein Burnout oder totale Überforderung, beispielsweise nach der Geburt eines Babys. In vielen Fällen sind hier Alleinerziehende betroffen. Nicht selten kommen noch finanzielle Sorgen und soziale Isolation hinzu», so Silvia Bosshardt. Dank der unkomplizierten und raschen Hilfe der SRK-Betreuerinnen, die einen überbrückenden Charakter hat, bis definitive Lösungen gefunden worden sind, kann häufig Schlimmeres verhindert werden. «Bei komplexen Problemsituationen setzen wir uns mit anderen involvierten Stellen, Ämtern oder Ärzten zusammen, formulieren klare Ziele, verteilen Aufgaben und helfen den betroffenen Familien so, mögliche Wege aus den persönlichen Krisen zu finden, ohne dass es etwa zu einer Fremdplatzierung der Kinder kommt.»

Im letzten Jahr haben sich die Betreuerinnen im Emmental während 860 Arbeitsstunden um 48 Kinder in insgesamt 23 verschiedenen Familien gekümmert.

Viel Flexibilität nötig

Die sechs erfahrenen Kinderbetreuerinnen werden intern ausgebildet, fachlich begleitet und absolvieren jährlich eine praxisorientierte Weiterbildung. «Die Frauen kommen beruflich aus dem pflegenden oder pädagogischen Bereich und müssen ein hohes Mass an Flexibilität mitbringen», sagt Silvia Bosshardt. Die Einsätze seien nicht im Voraus planbar. Ausserdem sei es oft schwierig abzuschätzen, was die Mitarbeiterinnen vor Ort erwarte. «In den Familien sind sie alleine, tragen viel Verantwortung und müssen manchmal rasch Entscheidungen treffen.» Eine selbstständige Arbeitsweise und ein grosser Erfahrungsschatz im Umgang mit Kindern seien da absolute Voraussetzung.

Im Vordergrund der Aufgaben stehen die individuelle Betreuung der Kinder sowie die Entlastung der Eltern. Die SRK-Mitarbeiterinnen beschäftigen sich auf altersgerechte Weise mit dem Nachwuchs, bieten Hilfe bei den Hausaufgaben, gehen einkaufen, bereiten Mahlzeiten zu, sorgen für gebührende hygienische Verhältnisse oder begleiten die Kinder in die Schule, den Kindergarten sowie zu ausserschulischen Aktivitäten. Die Tarife richten sich nach dem monatlichen Einkommen der Familien. Die Mindestdauer für Einsätze beträgt drei Stunden. «Die finanzielle Seite darf aber keine Familie daran hindern, mit uns Kontakt aufzunehmen. Wir suchen gemeinsam nach Lösungen», betont Silvia Bosshardt.

Porträt SRK Bern-Emmental

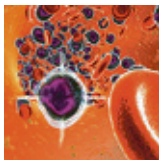
Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) ist eine humanitäre Hilfsorganisation. Das SRK Bern-Emmental gehört dem Kantonalverband Bern an und ist ein eigenständiger Verein mit Sitz in Burgdorf und einer Zweigstelle in Langnau. Es erfüllt mit 35 Mitarbeitenden und über 450 Freiwilligen Aufgaben im Sinne des Rotkreuzgedankens: InfoCenter für Betagte und Angehörige, Rotkreuz-Fahrdienst, Rotkreuz-Notruf, Kinderbetreuung zu Hause, Tagesfamilien-Vermittlung, Besuchs- und Begleitdienst oder Ergotherapie. Das Einzugsgebiet umfasst das gesamte Emmental. Geschäftsstelle Burgdorf: Tel. 034 420 07 70, Zweigstelle Langnau: Tel. 034 402 14 11, www.srk-bern.ch/emmental

Die Auskunftsperson
Silvia Bosshardt, Fachverantwortliche Kinderbetreuung zu Hause
Koordinatorin der Anlaufstelle

Kontakt:
Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Emmental
Lyssachstrasse 91, 3400 Burgdorf
Tel. 034 420 07 70 (Montag bis Freitag 8.30 bis 11.30 Uhr)
kbh@srk-emmental.ch

Extra:
Link zur Website des SRK Bern-Emmental

Demenz: Noch gibt es keine heilenden Medikamente gegen die Erkrankung, aber mit verschiedenen Massnahmen lassen sich viele Schwierigkeiten verhindern. → Seite 8



Leukämie: Neue Medikamente machen Hoffnung: Mit ihnen kann Blutkrebs heute häufig so behandelt werden, dass die Patienten entweder geheilt werden oder ansonsten gut mit der Krankheit leben können. → Seite 10

Psychiatrie: Die Angst, keine Kontrolle über sich oder eine Situation zu haben, zeichnet viele psychische Probleme aus, zum Beispiel Schlafstörungen oder Alkoholsucht. → Seite 12

Malaria: Mit einem guten Mückenmittel und Medikamenten, die man vor einer Reise einnimmt, kann man sich vor der Tropenkrankheit schützen. → Seite 22

Berateria: Im Zentrum für Verhütung, Sexualität und Familienplanung des Spitals Emmental können sich Jugendliche, Frauen, Männer oder Paare jeden Alters über Verhütung, Sexualität oder Familienplanung informieren. → Seite 26

Bauarbeiten dahlia Langnau: Im dahlia in Langnau entsteht sowohl im Lenggen als auch im Oberfeld neuer, zeitgemässer Wohnraum. → Seite 28

Spitex: Die Spitexorganisationen betreuen immer mehr Klienten. Dies lässt zwar die Gesundheitskosten steigen, die Leistungen der Spitex werden aber nicht teurer. → Seite 30

Notfall: In anderthalb Jahren wird die neue Notfallstation am Spital Burgdorf bezugsbereit sein, doch bereits vorher werden Neuerungen und Anpassungen durchgeführt, von denen die Patienten schon heute profitieren. → Seite 32

Gastronomie und Hotellerie: Die Küche des Spitals Emmental muss den unterschiedlichsten Bedürfnissen gerecht werden – von der Schonkost bis zu deftigen Mittagsmenüs. → Seite 34

Spital Emmental: Neue Kaderärztin, -ärzte sowie Agenda der Publikumsanlässe im Herbst 2016. → Seite 36

FLIPBOOK: Lesen Sie das Magazin online, einfach Code einscannen!

Impressum: Das Magazin «medizinaktuell» entsteht in Zusammenarbeit mit der Regionalspital Emmental AG sowie weiteren Gesundheitsinstitutionen der Region Emmental, die für den Inhalt ihrer Beiträge selber verantwortlich zeichnen.
Auflage: 62 000 Exemplare
Erscheinungsweise, nächste Ausgabe: Das Magazin erscheint zwei Mal pro Jahr, die nächste Ausgabe im Dezember 2016.
Herausgeber: kummerundpartner gmbh, kommunikationsmanagement+medien, Dählenweg 6, 2503 Biel, Tel. 032 373 30 30, info@kplusr.ch, www.kummerundpartner.ch
Redaktion und Gestaltung: kummerundpartner gmbh, Kerstin Wälti (Leitung), Marianne Kaiser, Bernhard Kummer, Thomas Uhland, Sabine Vontobel, Yves Zenger, Rolf Gerber (Grafik).
Redaktionsbeirat: Professor em. Dr. med. Hans Gerber (Konolfingen), Professor em. Dr. med. Benedikt Horn (Interlaken), Professor em. Dr. med. Henning Schneider (Kehrsatz), Professor em. Dr. med. Heinz Zimmermann (Thun), Fürsprecher Peter Bohnenblust, ehem. Staatsanwalt (Biel).
Produktion: Merkur Druck AG, Langenthal
Korrektorat: Rub Media AG, Wabern
Spedition: DMB Direct Mail Biel Bienne AG, Biel

Füsse nicht vernachlässigen

Wie wichtig unsere Füsse sind, merken wir erst, wenn sie schmerzen: Ob Hallux valgus, Fersensporn oder sonstige Fehlstellungen – mit Einlagen, Schuhen mit genügend Platz, korrigierenden Schienen, Bandagen oder operativen Methoden kann viel gegen die Schmerzen unternommen werden. → Seite 5

Spezial: «Ihr» Spital Emmental

In einem «Spezial» gibt das Spital Emmental Einblick in das Geschäftsjahr 2015: Lesen Sie das Interview mit Spital-CEO Anton Schmid, verschaffen Sie sich ein Bild über das laufende Spitalbauprojekt in Burgdorf und welche «Noten» das Spital von den Patientinnen, Patienten erhält. → Seite 14

Erste Hilfe zu Hause

In jeden Haushalt gehört eine gut assortierte Hausapotheke, um bei kleinen Unfällen oder ersten Krankheitssymptomen rasch Erste Hilfe zu leisten und Beschwerden zu lindern. Allerdings sollte der Medikamentenschrank auch regelmässig kontrolliert und aussortiert werden. → Seite 24

In Sachen

Wissen verlängert Leben

Wie gut wissen Sie über Ihre Gesundheit Bescheid? Verstehen Sie Ihren Arzt und können Sie Ihre Krankheitssymptome richtig einordnen? Das Wissen um Gesundheit und Erkrankungen ist wichtig, wie auch eine Studie aus den USA belegt. Sie zeigt auf, dass ein geringes Informationsinteresse und mangelndes Lesevermögen lebensverkürzende Faktoren sind: Weil Betroffene weniger über Gesundheit und Krankheit wissen, sich der Bedeutung von Impfungen und Vorsorge unzureichend bewusst sind, ihnen das Verstehen der Informationen auf Medikamenten-Beipackzetteln schwerfällt, leben sie oft weniger lang. Diese sogenannte Gesundheitskompetenz, im Fachjargon auch «Health Literacy» genannt, ist die Fähigkeit, im Alltag Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Will heissen, entsprechende Informationen zu finden, diese zu lesen und zu verstehen, zu bewerten und sich kritisch mit ihnen auseinanderzusetzen. Denn wer gut über Krankheiten informiert ist, kann im Ernstfall besser mit einem Arzt über die eigenen Beschwerden und Bedürfnisse sprechen.

Liebe Leserin, lieber Leser

2011 ist das Magazin «medizinaktuell» erstmals erschienen und hat sich zur wichtigen Informationsplattform rund um das Thema Gesundheit im Emmental entwickelt. Darin informieren Ärztinnen, Ärzte, Gesundheitsfachleute und Institutionen aus der Region über Krankheiten und ihre Ursachen sowie Möglichkeiten zur Vorsorge und Behandlung. So widerspiegelt das Magazin die qualitativ hochstehende Gesundheitsversorgung in der Region und das gute Zusammenspiel der Akteure. Und genau für diese gut vernetzte und möglichst patientennahe Versorgung engagiert sich das Spital Emmental.

Anton Schmid
CEO Spital Emmental

Wie wichtig dieses Wissen ist, zeigt sich gerade auch bei den Demenzerkrankungen – einem Thema, das uns in naher Zukunft immer mehr beschäftigen wird. Denn laut Schätzungen der Schweizerischen Alzheimervereinigung wird sich die Zahl der Demenzkranken in der Schweiz in den nächsten 15 Jahren fast verdreifachen – von aktuell über 110 000 auf rund 300 000 Menschen. Zwar gibt es noch keine Medikamente, welche eine Demenzerkrankung stoppen oder heilen können, doch lässt sich das Risiko, am zunehmenden Gedächtnisverlust zu erkranken, mit einem gesunden Lebensstil aufhalten. Und fast noch wichtiger: Wer erste Warnzeichen einer Demenz – Vergesslichkeit, sprachliche Verarmung, Schwierigkeiten mit Alltagstätigkeiten usw. – als solche erkennt, sucht allenfalls früher einen Arzt auf und erhält frühzeitig eine zuverlässige Diagnose. Denn mit gezielten Therapien kann die Selbstständigkeit der betroffenen Personen länger erhalten werden. Zudem können die Betroffenen in einem frühen Stadium der Erkrankung noch viele Dinge für ihre Zukunft selber regeln, wie ein Testament oder eine Patientenverfügung verfassen oder sich um einen Pflegeplatz bemühen. Und da sich eine Demenzerkrankung sehr stark auf das Leben der Angehörigen auswirkt, ist es auch für diese zentral, viel über die Krankheit in Erfahrung zu bringen. Denn der Umgang mit der desorientierten Mutter oder mit den Stimmungsausbrüchen des Vaters kann verunsichern oder beängstigend sein. Je mehr Angehörige über Demenz wissen, desto besser können sie krankheitsbestimmtes Verhalten einordnen und desto eher gelingt es ihnen, mit ihren Reaktionen Spannungen zu lösen und Unruhen zu vermeiden. Denn wie Dr. Markus Guzek, Leiter der Memory Clinic am Spital Emmental, sagt: «Oberstes Ziel bleibt in jedem Fall, dass an Demenz erkrankte Menschen ihr Leben in Würde zu Ende leben können.» (siehe Artikel Seite 8)

Kerstin Wälti, Chefredaktorin

Fussbeschwerden

Den Füssen Sorge tragen

Unsere Füsse tragen uns tagein, tagaus durchs Leben. Es lohnt sich, ihnen Beachtung zu schenken, bevor sie sich mit Schmerzen bemerkbar machen.

Der Fuss ist einer der ausgeklügeltsten und widerstandsfähigsten Körperteile des Menschen. 26 Knochen werden durch 33 Gelenke verbunden, durch Sehnen, 20 Muskeln und mehr als 100 Bänder zusammengehalten und von einer Vielzahl von Nerven durchzogen. Ein raffiniertes System, das uns nicht nur den aufrechten Gang, sondern auch die verschiedensten Bewegungen in alle Richtungen erlaubt. Und dies meist, ohne Probleme zu bereiten, während Jahren und Jahrzehnten.
Mit der Zeit altern unsere Füsse und es kann sich eine Fehlstellung wie ein Senk- oder ein Spreizfuss entwickeln. Dies äussert sich etwa darin, dass im Alter eine Schuhnummer, die früher wie angegossen passte, plötzlich zu klein ist. Dies ist noch kein medizinisches Problem, kann aber eines werden. Wie wichtig unsere Füsse im Alltag sind, merken wir oft erst, wenn sie schmerzen. Da die Füsse für die gesamte Statik des Körpers mitverantwortlich sind, können Fussprobleme auch an anderen Stellen des Körpers Beschwerden verursachen. Regelmässige Fusspflege, gutes Schuhwerk, Einlagen und andere Hilfsmittel sorgen für guten Laufkomfort und verhindern, dass sich plötzlich Schwierigkeiten einstellen. Denn es gibt eine ganze Reihe von schmerzhaften Fussbeschwerden, welche die Mobilität und damit das Wohlbefinden einschränken.

Volkskrankheit Hallux valgus

Der Hallux valgus ist die häufigste Fehlstellung des Vorfusses. Eine Fehlstellung des ersten Mittelfussknochens verursacht ein Überbein am Grundgelenk der Grosszehe. Diese krümmt sich zur zweiten Zehe hin, wodurch es zu einer veränderten Lastaufnahme beim Gehen, einer Verbreiterung des Vorfusses und einem Absenken des Quergewölbes (Spreizfuss) kommt. Schmerzen unter den Vorfussballen (Metatarsalgie) und eine zunehmende Verkrümmung der Zehen (Hammer-/Krallenzehen) können entstehen. Ursachen sind neben einer Veranlagung Übergewicht und falsches, zu enges Schuhwerk.
Mit Einlagen, Schuhen mit genügend Platz, korrigierenden Schienen und Bandagen sowie Physiotherapie wird versucht, dem Spreizfuss entgegenzuwirken. An einer bestehenden Fehlstellung können diese Massnahmen allerdings nichts ändern. Als letzte Massnahme bleibt die Operation, um die Fehlstellung zu korrigieren und die Schmerzen zu lindern.

Hammer- und Krallenzehen können mit einer Hallux-valgus-Deformität, aber auch unabhängig davon entstehen und verursachen Druckstellen und Hornhaut. Da zugleich oft ein Spreizfuss vorliegt, kann auch hier mit Einlagen und geeignetem Schuhwerk entgegengewirkt werden. Je nach Ausprägung und Beschwerden kommt auch eine operative Korrektur, also eine Begradigung der Zehe durch einen Weichteileingriff oder eine Gelenkversteifung, infrage.

Wenn die Ferse schmerzt

Ein häufig auftretendes Fussproblem ist der sogenannte Fersensporn. Dabei handelt es sich um eine Entzündung am knöchernen Ansatz der Sehnenplatte der Fusssohle (Plantarfascie) am Fersenbein (Plantarfasciitis). Sie kündigt sich mit schleichend zunehmenden, stechenden Schmerzen unter der Ferse an, die vor allem bei Überbelastung auftreten. Anlaufschmerzen am Morgen sind typisch. Hinzu kommt häufig eine Verkürzung der Wadenmuskulatur, welche zusätzlich Zug auf die Plantarfascie auslöst.
Die gute Nachricht ist, dass die Plantarfasciitis von selbst wieder verschwindet. Allerdings kann die Zeit bis dahin recht unangenehm sein, und es kann zudem nicht vorausgesagt werden, wie lange die Heilung dauert. Deshalb geht es bei der Behandlung vor allem darum, die Heilungszeit so angenehm als möglich zu gestalten: Fersenkissen im Schuh entlasten die Ferse. Das Dehnen der Wade und der Sehnenplatte fördert die Mobilität. Eine Schiene verhilft nachts zu einer neutralen Ruheposition. In hartnäckigen Fällen kann die Entzündung mit einer Kortison-Infiltration behandelt werden.

Arthrose und Gelenksentzündungen

Vor allem Menschen in der zweiten Lebenshälfte leiden oft unter Arthrose, also übermässigem Verschleiss der Gelenkknorpel. Fehlhaltungen können diese begünstigen, wenn dadurch der Druck der beiden Gelenkhälften aufeinander ungleichmässig ist und an einer Stelle hoher Druck für übermässigen Abrieb der Knorpel sorgt. Solche Fehlhaltungen können angeboren oder erworben sein, etwa durch ungeeignetes Schuhwerk oder einen Unfall. Zu den Arthrosen gehört auch der Hallux rigidus, bei dem das Grosszehen-Grundgelenk nach und nach versteift. Wird eine Arthrose zu einer Arthritis, also einem entzündlichen Gelenkknorpelverschleiss, ist dies nicht nur sehr schmerzhaft, sondern bewirkt auch, dass der Verschleiss noch schneller fortschreitet. Mit orthopädischen Massnahmen werden die betroffenen Gelenke deshalb entlastet. Dazu können orthopädische Einlagen, Sohlenversteifungen und die Anpassung des Schuhwerks gehören. Eine Belastungsanpassung, Gelenks-Infiltrationen oder eine Gewichtsreduktion können ebenfalls helfen, die Belastung der Gelenke zu verkleinern. Als letztes Mittel kann eine Operation Schmerzfreiheit bringen und die Mobilität wieder herstellen. Bei einer geringen Arthrose können gelenkserhaltende Eingriffe vorgenommen werden, wobei eine Restbeweglichkeit erhalten bleibt. Ist die Arthrose weiter fortgeschritten, muss das Gelenk jedoch versteift werden.

Regelmässige Fusspflege, passendes Schuhwerk und das Vermeiden von Übergewicht helfen, Fussproblemen vorzubeugen.

Die Gicht – früher auch «Zipperlein» oder «Krankheit der Könige» genannt – ist eine häufige nichtinfektiöse, arthritische Erkrankung. Hervorgerufen wird sie durch kristalline Ablagerungen von Harnsäure im Gelenksspalt, was zu schmerzhaften Entzündungen führt. Die Krankheit kann akut oder chronisch verlaufen und verschiedene Gelenke des Körpers befallen, häufig ist das Grosszehen-Grundgelenk betroffen. Bei der chronischen Form wird das ganze Gelenk zerstört. Gicht ist eine familiär vererbte Krankheit, die aber durch hohen Fleisch- und Alkoholkonsum gefördert wird. Behandelt wird sie mit Entzündungshemmern und Medikamenten, welche den Harnsäurespiegel im Blut senken. Durch Anpassung der Ernährung kann die Krankheit positiv beeinflusst werden.

Krankheiten von Haut und Nägeln

Neben Problemen von Knochen, Gelenken und Sehnen gehören Druckstellen und Hühneraugen zu den häufigen Fussproblemen. Durch chronischen Druck und Reibung auf einer knochennahen Hautstelle entsteht eine Hornhautschwiele, in deren Mitte sich ein harter, gegen innen gerichteter Dorn bildet, der bei Belastung starke Schmerzen verursachen kann. Hier helfen Fusspflege und passende Schuhe präventiv. Ist das Hühnerauge einmal entstanden, kann es mit einer podologischen Behandlung entfernt werden.
Fuss- und Nagelpilze werden häufig dort übertragen, wo es feucht und warm ist und viele Menschen barfuss laufen, zum Beispiel in öffentlichen Bädern oder Saunas. Deshalb entwickelt sich Fusspilz auch vorzugsweise zwischen den Zehen. Verursacht wird er durch Fadenpilze in der Hornschicht der Haut und der Nägel. Die befallene Haut erscheint oft aufgeweicht, abschälend, schuppig, und sie brennt oder juckt. In jedem zweiten Fall von Nagelpilz geht ein Befall der Haut voraus. Das beste Mittel gegen Fuss- und Nagelpilze ist, die Füsse nach dem Baden oder Duschen gut abzutrocknen. Bei Befall wird mit Spray, Salbe, Creme oder eventuell Tabletten behandelt.

Gesundheit und gutes Fussgefühl

- *Schuhe in passender Grösse und Form anziehen: flach, genügend breit, stabile Sohle. Schuhe mit abgetretenen Absätzen ersetzen.*
- *Bei einem Hallux muss der Schuh besonders um das Grosszehen-Grundgelenk genug Platz bieten. Nähte sollten sich nicht dort kreuzen. Gegebenenfalls Schuhe ausweiten lassen.*
- *High-Heels dürfen ohne Weiteres sein, aber nicht als Alltagsschuhe.*
- *Zehennägel regelmässig schneiden, aber nicht zu kurz.*
- *Ein warmes Fussbad fördert die Durchblutung. Vorsicht bei Diabetes, Sensibilitätsstörung und Hauterkrankungen!*
- *Hornhaut kann einreissen und zu Wunden führen. Regelmässig entfernen oder gegebenenfalls durch eine Fachperson entfernen lassen.*
- *Eine Fusssalbe pflegt die Füsse.*
- *Blasen- und Hühneraugenpflaster, Zehenkeile und andere Hilfsmittel für mehr Fusskomfort.*

Wichtig: ein wachsames Auge auf die Füsse

Beim diabetischen Fuss können Wunden auftreten, ohne dass sie Schmerzen verursachen. Dies kann zu Komplikationen führen.

Jede vierte Person mit Diabetes mellitus entwickelt im Laufe der Krankheit ein diabetisches Fusssyndrom. Dabei handelt es sich um Wunden an den Füssen, die nicht spontan abheilen, sich infizieren und in tiefere Gewebeschichten ausbreiten können. Wird nicht rasch gehandelt, droht die (Teil-) Amputation des Fusses, im schlimmsten Fall gar des ganzen Unterschenkels.

Wunde wird nicht bemerkt

Dass es dazu kommt, hat mit Spätkomplikationen eines schlecht eingestellten Diabetes zu tun. Durch die Störung des Nervensystems an den Füssen bleibt der Warnschmerz bei einer Verletzung aus, sodass diese nicht wahrgenommen und daher nicht behandelt wird. So können akute oder chronische Wunden entstehen, ohne dass der Patient dies realisiert. Häufig leiden die Patienten zusätzlich an Fussfehlstellungen, da auch die Nerven der kleinen Fussmuskeln gestört sind. Die Folge sind vor allem bei unpassendem Schuhwerk Druckstellen und dadurch Hornhaut, unter der sich eine Wunde bilden kann. Auch die Schweissbildung ist häufig beeinträchtigt, was zu trockener und dadurch verletzungsanfälliger Haut führt. Weil überdies bei Diabetikern die Durchblutung der Füsse wegen verengter Arterien der Unterschenkel oft gestört ist, ist die Selbstheilung der Wunde behindert.

Rasch interdisziplinär handeln

Bei einem diabetischen Fusssyndrom muss rasch und fachübergreifend gehandelt werden, um eine Amputation zu verhindern. Hierfür wird im Spital Emmental seit längerer Zeit eine interdisziplinäre Fusssprechstunde angeboten. Die Wunden werden chirurgisch gesäubert und durch geeignetes provisorisches Schuhwerk und eventuell durch einen Gips komplett vom Druck entlastet. Ein möglicher Infekt wird mit Antibiotika behandelt. Um die Durchblutung zu fördern, können Arterien mittels Ballonkathetertechnik aufgeweitet oder ein Bypass angelegt werden. Nach erfolgreicher Abheilung der Wunden ist die Anpassung von geeignetem Schuhwerk angezeigt.

Richtige Fusspflege bei Diabetes

Besser ist allerdings, wenn es gar nie zur Wunde kommt. Deshalb ist die Prävention das A und O, und hier ist auch der Patient selbst gefordert. Er muss seinen Fuss täglich pflegen, untersuchen und dabei besonders auf mögliche Wunden, Scheuer- und Druckstellen kontrollieren. Bei verdächtigen Stellen muss er sofort reagieren und lieber einmal zu viel zum Arzt gehen. Bei Risikofüssen ist auch regelmässige podologische Fusspflege und das konsequente Tragen geeigneter Schuhe wichtig. Und schliesslich muss auf eine gute langfristige Blutzuckereinstellung geachtet werden.

Die Autoren
Falko Herold, pract. med.
Oberarzt Orthopädie, Leitung Fussteam
Co-Leitung interdisziplinäre Fusssprechstunde

Bernard Chappuis, Dr. med.
Facharzt FMH für Endokrinologie/Diabetologie und für Allgemeine Innere Medizin
Leitender Arzt
Co-Leitung interdisziplinäre Fusssprechstunde

Kontakt:
Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 22 70 (Sekretariat Orthopädie)
Tel. 034 421 23 82 (Sekretariat Endokrinologie)
falko.herold@spital-emmental.ch
bernard.chappuis@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website der Orthopädie Spital Burgdorf

Extra:
Link zur Website der Diabetologie / Endokrinologie Spital Burgdorf

Demenzerkrankungen

Würdig leben mit Demenz

Gegen Demenzerkrankungen ist bislang noch kein Kraut gewachsen. Dennoch sollen Lebensfreude und Würde möglichst lange erhalten bleiben.

«Ich werde immer vergesslicher», klagt der ältere Mann. Oft geht er in ein anderes Zimmer, um etwas zu holen, aber bis er da ist, hat er vergessen, was es war. Namen fallen ihm nicht mehr auf Anhieb ein. Zwei, drei Mal hat er schon verzweifelt nach seiner Lesebrille gesucht; einmal hat er sie schliesslich in der Nachttisch-Schublade gefunden, ein anderes Mal in der Jackentasche. Nun fängt er an, sich Sorgen zu machen: «Ist das erst der Anfang? Werde ich dement?»

Zunächst einmal: Das Gedächtnis funktioniert im Alter anders. Das alternde Hirn braucht länger, um Neues aufzunehmen. Einer altersbedingten Verlangsamung braucht noch keine Erkrankung zugrunde zu liegen. Anders sieht es aus, wenn Betroffene oder ihre Angehörigen beobachten, dass jemand Mühe hat, alltägliche Situationen zu meistern. Erste Zeichen sind häufig verpasste Termine. Man vergisst, was man soeben gesagt oder gehört hat, kann sich nicht mehr an Namen von Bekannten oder gar Angehörigen erinnern. Betroffene verwechseln das Datum oder haben plötzlich Schwierigkeiten, Geräte zu bedienen, die sie zuvor fast im Schlaf beherrschten. Später kommt es vor, dass man sich verläuft und womöglich sein Zuhause nicht mehr findet, bei alltäglichen Gegenständen nicht mehr versteht, wozu sie dienen. Die Wohnungen Betroffener sehen bisweilen chaotisch aus, weil sie den Kühlschrank mit der Mikrowelle verwechseln oder ihnen der Zusammenhang von Einkaufen, Kochen, Essen und Aufräumen abhanden kommt.

Therapieforschung tritt an Ort

Eine Gedächtnisstörung alleine ist allerdings noch keine Demenz. Eine solche liegt dann vor, wenn zusätzlich noch Störungen anderer Hirnfunktionen dazu kommen, etwa der Sprache oder der Planung. Damit man von einer Demenzerkrankung spricht, müssen sich diese Störungen zudem auf die Fähigkeit auswirken, den Alltag zu bewältigen. Bei rund der Hälfte aller Demenzerkrankungen handelt es sich um die Folge der Alzheimerischen Krankheit. Am zweithäufigsten ist die vaskuläre Demenz, bei der Gehirnzellen absterben, weil sie zu wenig durchblutet werden. Dazu kommen Mischformen und weitere Demenzen, wie etwa Demenz bei Parkinson. Während die Forschung in der Vergangenheit gegen die meisten Krankheiten neue und wirksamere Therapien entwickelt hat, ist sie bei den

Demenzerkrankungen in den letzten 20 Jahren kaum weitergekommen.
Bei der Alzheimerkrankheit ist zudem der Krankheitsprozess an sich noch nicht sicher erforscht. Man geht von einer Stoffwechselerkrankung aus, die schliesslich zum Untergang von Gehirnzellen und damit zum Verlust wesentlicher Fähigkeiten führt.
Mit 65 Jahren leiden etwa sechs Prozent der Bevölkerung an einer Demenzerkrankung, danach verdoppelt sich die Rate etwa alle zehn Jahre. Bei den über 95-Jährigen sind etwa 60 bis 70 Prozent betroffen, danach flacht der Zuwachs wieder ab, möglicherweise, weil Betroffene früher sterben. Die Zuversicht, man werde wohl nicht an Alzheimer erkranken, weil die Krankheit nicht «in der Familie» sei, ist allerdings trügerisch. Wenn jemand in der Familie betroffen ist, ist das Risiko zwar erhöht. Gerade die häufigste Form der Alzheimerischen Erkrankung, die sogenannte sporadische Form, tritt aber oft auch auf, wenn zuvor niemand in der Familie betroffen war.

Vorsorgen für später

Wenn Betroffene oder Angehörige feststellen, dass «etwas nicht mehr stimmt», vielleicht bemerken, dass Aussetzer wie oben beschrieben immer wieder auftreten, kann eine interdisziplinäre Untersuchung eine Hilfe sein. Dazu gehört ein ausführliches Gespräch, bei dem auch Angehörige einbezogen werden. Dies, weil es bei der Demenz oft vorkommt, dass Betroffene eigene Defizite nicht oder nicht vollständig wahrnehmen. Mit einem MRI des Gehirns wird untersucht, ob Hinweise für eine Erkrankung des Gehirns vorliegen. Schliesslich werden die Gedächtnisleistungen und andere kognitive Funktionen getestet, indem Lernen oder die räumliche Orientierung untersucht und ausgewertet werden. Bestätigt sich die Verdachtsdiagnose einer Demenz, bedeutet dies, dass sich im Leben der Betroffenen und oft auch der Angehörigen vieles ändert. Da die Veränderungen umso einschneidender und fremdbestimmter sein werden, je später man sie angeht, sollte die Vorsorge bald angepackt werden. Das kann heissen: ein Testament und eine Patientenverfügung erstellen, finanzielle Angelegenheiten regeln, sich um Pflege und gegebenenfalls um einen Pflegeplatz kümmern. Zentral ist auch, dass möglichst bald Behandlungen begonnen werden, welche den Erkrankungsverlauf verlangsamen. Sind diese Dinge geregelt, kann das gewohnte Leben weitergeführt werden, soweit dies die Krankheit zulässt.
Medikamentöse Therapien gegen Demenzkrankheiten sind rar. Gegen Alzheimer gibt es inzwischen Medikamente, welche den Krankheitsverlauf verlangsamen; stoppen oder gar heilen können sie ihn aber nicht. Bei gefässbedingter Demenz kann die Behandlung der Risikofaktoren (Cholesterin, Blutdruck und andere) helfen, weitere Schädigungen zu verhindern. Ziel aller Behandlungen und Massnahmen ist es, so lange als möglich Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten.

Bei einer Demenzerkrankung ist die Fähigkeit, den Alltag zu bewältigen, massiv gestört.

Psychische Veränderungen

Hilfreich sind Gedächtnistrainings-Gruppen, die verschiedene Institutionen wie etwa das Spital Emmental anbieten. Auch hiervon sind zwar keine Wunder zu erwarten. Doch mit gezieltem Training können noch vorhandene Fähigkeiten trainiert und Auswirkungen verlorener Kompetenzen durch praktische Tricks so weit als möglich kompensiert werden. Zudem ist der Kontakt zu anderen Betroffenen für viele Demenzpatientinnen und -patienten eine positive Erfahrung.
Oft treten zusätzlich zum Verlust der kognitiven Fähigkeiten psychische Störungen auf, die sowohl für Betroffene als auch Angehörige belastend sind. Dies können Depressionen oder Angstzustände sein, aber auch andere, oft unangenehme Verhaltensstörungen. In Pflegeheimen kann dies zu Schwierigkeiten führen, die für das Personal oder die Mitbewohner die Grenze des Tragbaren überschreiten. Muss dann womöglich mehrfach ein neuer Pflegeheimplatz gesucht werden, erschwert dies die Situation der Betroffenen zusätzlich. Rechtzeitige Intervention kann eine unschöne Odyssee am Lebensende und oft auch unnötige Behandlungen auf alterspsychiatrischen Stationen verhindern.
Um es nicht so weit kommen zu lassen, können psychische Störungen behandelt werden, nicht anders als bei nicht dementen Personen. Bei Verhaltensstörungen müssen zudem die Bezugspersonen mit einbezogen werden, denn die Lösung liegt oft im veränderten Umgang mit den Betroffenen. Konflikte, vor allem Aggressionen, werden häufig durch Situationen ausgelöst, welche die betroffene Person als bedrohlich empfindet. Oberstes Ziel bleibt in jedem Fall, dass an Demenz erkrankte Menschen ihr Leben in Würde zu Ende leben können.

Anlaufstelle rund um Demenz

Die Memory Clinic der Abteilung Alter am Psychiatrischen Dienst des Spitals Emmental wurde vor Kurzem in den Räumen des Ambulanten Zentrums Buchmatt in Burgdorf eröffnet. Hier können Demenz und andere Störungen abgeklärt sowie Verlaufsuntersuchungen und Behandlungen durchgeführt werden. Patienten, Angehörige, Hausärzte und Pflegepersonen erhalten Beratung zu Fragen rund um Demenzerkrankungen. Auch die ambulante und aufsuchende Alterspsychiatrie mit dem Konsiliardienst und die aufsuchende alterspsychiatrische Pflege sind hier beheimatet.

Der Autor
Guzek Markus, Dr. med.
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Leitender Arzt Alterspsychiatrie

Kontakt:
Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 27 70 (Sektretariat)
markus.guzek@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website der Alterspsychiatrie Spital Burgdorf

Leukämie

Heute oft kein Todesurteil mehr

Dank neuen Medikamenten lässt sich Blutkrebs heute häufig so behandeln, dass die Patienten entweder geheilt werden oder ansonsten gut mit der Krankheit leben können.

Verglichen mit Brust-, Darm- oder Lungenkrebs sind Leukämien eher selten. Rund 900 Menschen erkranken in der Schweiz jährlich an Blutkrebs, das entspricht etwa 2,5 Prozent aller Krebskrankheiten. Fast die Hälfte aller Betroffenen ist zum Zeitpunkt der Diagnose 70 Jahre oder älter. Bei Kindern allerdings ist Leukämie die häufigste Krebsart (35 Prozent): Pro Jahr erkranken zwischen 63 und 70 Kinder unter 15 Jahren an dieser Krebsart. War die Diagnose Leukämie vor Jahrzehnten in vielen Fällen noch ein Todesurteil, gibt es heute gute und neue Therapiemöglichkeiten, dank derer viele Erkrankte geheilt werden oder zumindest deutlich länger und bei deutlich besserer Lebensqualität überleben – und es werden ständig neue Medikamente entwickelt.

Entstehungsort und Verlauf

Unter Leukämien werden verschiedene Krankheitsbilder zusammengefasst, bei denen unreife Vorläuferzellen der weissen Blutkörperchen im Knochenmark entarten, sich unkontrolliert vermehren und die gesunden Blutzellen verdrängen. Je nachdem, welche Sorte von weissen Blutkörperchen betroffen ist – die Granulozyten oder die Lymphozyten – unterscheidet man zwischen der myeloischen und der lymphatischen Form. Leukämien werden zudem nach ihrem Verlauf in akute und chronische Formen eingeteilt: Eine akute Leukämie entwickelt sich rasch und führt unbehandelt innert weniger Tage bis Wochen zum Tod. Eine chronische Leukämie verläuft schleichend und es kann Monate bis Jahre dauern, bis Symptome auftreten. Die Leukämiezellen treten hier in ausgereifteren Formen auf, als dies bei den akuten Leukämien der Fall ist. Vereinfacht ausgedrückt spricht man also von vier verschiedenen Leukämieformen: der akuten myeloischen Leukämie (AML), der akuten lymphatischen Leukämie (ALL), der chronisch myeloischen Leukämie (CML) und der chronisch lymphatischen Leukämie (CLL). Letztere ist insgesamt die häufigste Leukämieart; sie betrifft meist ältere Menschen und entwickelt sich manchmal so langsam, dass die Patienten nicht an Leukämie, sondern an einer anderen Erkrankung sterben. Akute Leukämien betreffen jüngere und ältere Menschen (bei Erwachsenen ist die AML am häufigsten, bei Kindern die ALL). Bei allen Leukämiearten erkranken Männer häufiger als Frauen.

Vielfältige Symptome

Blutkrebs ist eine Erkrankung der Stammzellen im Knochenmark, in der Regel aufgrund von erworbenen genetischen Veränderungen. Letztere treten als Fehler bei der normalen Vermehrung von Blutzellen auf (täglich werden über 300 Milliarden neue Blutzellen gebildet!), Fehlertendenz im Alter steigend. Beeinträchtigen die Leukämiezellen die normale Blutbildung, können die verschiedenen Blutzellen ihre Funktion nicht mehr erfüllen und es kann – vor allem bei akuten Leukämien – zu Symptomen kommen wie Leistungsabfall, Müdigkeit, Anfälligkeit für Infektionen, erhöhter Blutungsneigung (auffälliges Nasenbluten, Zahnfleischbluten), häufigen Fieberattacken, Gewichtsverlust, Schwindel, Atemnot, Nachtschweiss, ge-

schwollenen Lymphknoten, vergrösserter Milz oder Leber. Bei chronischen Leukämien sind die Symptome anders, und die Betroffenen sind oft in ihrem Alltag nicht wesentlich beeinträchtigt oder entdecken eher zufällig anlässlich einer Blutkontrolle, dass sie an Leukämie leiden. Erst in fortgeschrittenem Stadium zeigen sich ähnliche Symptome wie bei einer akuten Leukämie.

Blut- und Knochenmarkuntersuchung
Zu Beginn einer Leukämieerkrankung sind die Beschwerden meist so allgemein und können sogar denen einer harmlosen Erkältung ähneln. Bei fehlender Besserung obengenannter Symptome ist es deshalb wichtig, einen Arzt aufzusuchen. Bei Verdacht auf Leukämie führt der Arzt eine körperliche Untersuchung durch, tastet die Lymphknoten und Organe ab, lässt ein Blutbild erstellen und macht eine Knochenmarkuntersuchung. Durch spezielle Laboruntersuchungen des Blutes und des Knochenmarks kann festgestellt werden, um welchen Typ der Leukämie es sich handelt, wie aggressiv und wie weit fortgeschritten der Krebs ist, wie die Leukämiezellen beschaffen sind oder welche Genveränderungen für das Entarten der Krebszellen verantwortlich sind. Da jede Leukämieart eine andere Behandlungsart erfordert, wird die Therapie auf den einzelnen Betroffenen, dessen Tumorart, das Alter und den allgemeinen Gesundheitszustand individuell zugeschnitten. Im Kampf gegen die Krankheit spannen Ärzte und Ärztinnen verschiedener Fachrichtungen zusammen.

Akute Leukämie: rasch behandeln
Die Behandlung von akuten und chronischen Leukämien unterscheidet sich wesentlich. In der Regel kommen bei akuten Leukämien intensive Chemotherapien zum Einsatz. Ziel ist eine vollständige Zerstörung der Leukämiezellen, eine Rückbildung der Krankheitssymptome, die Normalisierung der Blutwerte und im Endeffekt die Heilung. Zusätzlich zu den verschiedenen Chemotherapie-Medikamenten erhalten die Patienten lindernde Medikamente gegen die Nebenwirkungen der Chemotherapie (Übelkeit, Magen- und Darmbeschwerden usw.) oder Antibiotika zur Vorbeugung von Infektionen. Die Therapie dauert mehrere Monate bis Jahre und wird zu einem grossen Teil im Spital durchgeführt. Bei der akuten lymphatischen Leukämie, bei der häufig auch das Gehirn befallen wird, kann eine Strahlentherapie erforderlich sein. Eine weitere Behandlungsmöglichkeit ist die Chemotherapie in Kombination mit zielgerichteten Medikamenten. Diese erkennen die typischen Merkmale von Tumorzellen und blockieren sie. Bei hohem Rückfallrisiko kann auch eine Blutstammzelltransplantation von eigenen oder fremden Blutzellen durchgeführt werden, sie ist allerdings mit Risiken und umfangreichen Nebenwirkungen verbunden.

Die Therapie wird individuell auf den Patienten und dessen Tumor zugeschnitten.

Chronische Leukämie: neue Medikamente
Auch bei der Behandlung von chronischen Leukämien werden Chemotherapien angewandt, zumeist sind diese aber weniger aggressiv als bei akuten Leukämien. Gerade bei der chronisch myeloischen Leukämie hat sich die Prognose in den letzten Jahren massiv verbessert, seit die Behandlung mit sogenannten Tyrosinkinasehemmern erfolgt. Diese Wirkstoffe aus der Gruppe der zielgerichteten Therapien hemmen ein Enzym, eine sogenannte Tyrosinkinase, welche für die Vermehrung der Leukämiezellen verantwortlich ist. So kann die Erkrankung zum Stillstand gebracht werden, und die Erkrankten können nahezu normal leben und sind in ihrer Lebensqualität nicht eingeschränkt. Da das Medikament gezielt gegen Blutkrebszellen wirkt, verursacht es verhältnismässig wenig Nebenwirkungen. Tyrosinkinasehemmer haben die Welt der Leukämie revolutioniert: Erkrankte können mit einem uneingeschränkt langen Leben rechnen. Patienten, die an chronisch lymphatischer Leukämie (CLL) erkrankt sind, fühlen sich häufig über lange Zeiträume völlig wohl, Krankheitszeichen fehlen. Eine Behandlung wird erst dann notwendig, wenn sich die Blutwerte verschlechtern oder krankheitsbedingte Beschwerden auftreten. Standardtherapie bei der CLL ist die Chemotherapie, eine weitere Möglichkeit ist die Behandlung mit sogenannten Antikörpern, welche dafür sorgen, dass die körpereigene Abwehr das Absterben von Leukämiezellen einleitet. Von Jahr zu Jahr werden neue Medikamente entwickelt, welche die Prognose ständig verbessern. Viele Patienten können bei einer guten Lebensqualität und ohne Beschwerden mit der Krankheit leben.

Die Auskunftspersonen
Robert Escher, PD Dr. med.
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
und für Hämatologie
Chefarzt Medizinische Klinik

Sedat Yildirim, Dr. med.
Facharzt für Hämatologie, Oberarzt

Michael Bühlmann, Dr. med.
Martin Waeber, Dr. med.
Beide Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
und für medizinische Onkologie
Leitende Ärzte Onkologie

Kontakt:
Spital Emmental, Medizinische Klinik
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 23 13 (Hämatologie), Tel. 034 421 23 36 (Onkologie)
robert.escher@spital-emmental.ch
sedat.yildirim@spital-emmental.ch
michael.buehlmann@spital-emmental.ch
martin.waeber@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website der Medizinischen Klinik Spital Burgdorf

Psychiatrie

Kontrollverlust die Stirn bieten

Die meisten Menschen möchten ihre Gefühle, ihr Verhalten und ihre Realität kontrollieren, denn Kontrollverlust macht Angst – Kontrollverlust als Merkmal psychischer Erkrankungen.

Kontrollverlust zeichnet die meisten psychischen Krankheiten aus: Während der alkoholkranke Mensch Angst hat, seinen Konsum nicht mehr kontrollieren zu können und seiner Sucht ausgesetzt zu sein, verspannt sich bei Menschen mit Schlafstörungen der Körper automatisch beim Zubettgehen. – Kontrollverlust zeigt sich als Symptom mancher psychiatrischer Problematik und führt zu quälender Erkenntnis wie «ich habe mich selber nicht mehr unter Kontrolle, es passiert etwas mit mir, das ich nicht selber steuern kann; ich bin fremdbestimmt, in meinen Gedanken gefangen, kann mich dagegen nicht wehren, fühle mich ausgeliefert und kann nichts dagegen tun.» Die Kontrolle zu verlieren, macht nicht nur Angst, sondern ist mehr denn je auch mit Scham behaftet. Selten wird offen darüber gesprochen: Man möchte nicht auffallen und als psychisch krank stigmatisiert werden. Ganz besonders, weil unsere Gesellschaft mit hohem Erwartungsdruck ein angepasstes, leistungsfähiges, den gesellschaftlichen Werten und Normen entsprechendes Verhalten verlangt. Dabei führt Angst häufig zu Vermeidungsreaktionen wie «lieber nicht thematisieren», was das Angstgefühl noch mehr zementiert.

In guter Gesellschaft

Nichtsdestotrotz ist man mit seiner Angst und seinen psychischen Problemen nicht alleine: Bis zu 25 Prozent der Bevölkerung leiden unter Schlafstörungen, die in der überwiegenden Mehrzahl der Fälle keine erklärbare Ursache haben. Weiter geht man davon aus, dass fast 10 Prozent der Bevölkerung eine Alkohol- oder Schlafmittelabhängigkeit haben. Natürlich gibt es zwischen beiden Gruppen auch Überschneidungen. Andere wichtige psychiatrische Erkrankungen, die aber deutlich seltener vorkommen, sind psychotische Störungen, bei denen die Realität nicht mehr ausreichend kontrolliert werden kann. Auch Angststörungen, die einen daran hindern, ein öffentliches Verkehrsmittel zu benutzen oder schliesslich sogar überhaupt das Haus zu verlassen, sind Beispiele für Probleme, die mit Kontrollverlust einhergehen.

Sonderfall Schlaf

Schlafen bedingt einen tiefen Level an Arousal. Arousal ist ein Begriff aus der Psychologie und bezeichnet den allgemeinen Grad der Aktivierung des zentralen Nervensystems beim Menschen und bei Wirbeltieren. Charakteri-

stische Eigenschaften des Arousals sind Aufmerksamkeit, Wachheit, Reaktionsbereitschaft. Einen hohen Grad an Arousal hat man bei Schmerzen und ähnlichen Erregungszuständen. Über den Hirnstamm beeinflusst Arousal den gesamten Organismus, namentlich Gehirn, vegetatives Nervensystem und damit den Stoffwechsel. Diese innere Anspannung beeinträchtigt die Schlafkontinuität und -tiefe. Der Betroffene nimmt den Schlafmangel wahr und beginnt, je länger die Symptome bestehen bleiben, sich mehr und mehr um den Schlaf zu sorgen. Dieser Fokus auf das Schlafproblem und die Angst vor den Konsequenzen verursachen erneut eine Anspannung und körperlichen Stress, was das Schlafproblem zusätzlich verschärft. Die auslösende Ursache kann längst keine Rolle mehr spielen, doch das Schlafproblem bleibt bestehen. Dieser Prozess entspricht einem Teufelskreis, bei dem sich die Wahrnehmung der Betroffenen zunehmend verengt. Die Angst vor einer schlechten Nacht und Leistungseinbussen am darauf folgenden Tag führen zu einer inneren Anspannung, die den Schlaf erschwert und die Betroffenen folglich in ihrer Angst bestätigt, sich Sorgen machen zu müssen. Der Schlaf wird zunehmend zum Gradmesser von Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Die betroffene Person erlebt einen Kontrollverlust. Der Körper lernt, sich beim Zubettgehen automatisch anzuspannen, anstatt sich zu entspannen. Damit findet ein unbewusster und unerwünschter Lernprozess statt: Die Schafstörung wird zur Gewohnheit.

Schlaf entmystifizieren

Im Psychiatrischen Dienst des Spitals Emmental wird eine Schlafambulanz aufgebaut, welche neben der Abklärung vor allem auch die Behandlung von Schlafstörungen zum Inhalt hat, einzeln oder in der Gruppe. Wichtig ist, dass es sich dabei um kurze Interventionen (ein bis zwei Termine) handelt, die aber bezüglich ihrer Effektivität langen therapeutischen Behandlungen nicht nachstehen. Dabei soll einerseits der Schlaf Schritt für Schritt entmystifiziert und das Bedürfnis nach Kontrolle relativiert werden, andererseits werden Instrumente der Kontrollmöglichkeit mitgegeben. All dies basiert auf den neuesten schlafmedizinischen Erkenntnissen. Die neuen Erkenntnisse führen den Patienten mit einer Änderung des Blickwinkels zu einer Entspannung und damit automatisch zu einer Verbesserung des Schlafs *(Anmerkung der Redaktion: am 15./22. Sept. 2016 finden Vortragsabende zum Thema «Guter Schlaf. Wie funktioniert das?» statt – siehe Agenda Seite 36).*

Sonderfall Alkohol

Alkohol ist gesellschaftlich akzeptiert (soziales Bindemittel) und gehört vielerorts dazu. Doch schnell kann aus einem Genuss eine Gewohnheit werden und sich aus dieser eine Sucht entwickeln. Wie beim Schlaf geht es auch hier um Kontrollverlust, durch den diese Sucht definiert ist: Darum, die Kontrolle über das Trinkverhalten zu verlieren und trotz zunehmender Folgeschäden diesem Kontrollverlust ausgeliefert zu sein. Es wird immer schwieriger, weniger oder nichts mehr zu trinken. Dabei verschlechtern soziale Folgeschäden wie Probleme in Ehe und Partnerschaft, Schwierigkeiten im Beruf und oft Fahrausweisentzug die Situation beachtlich. Auch körperlich prägen Folgeschäden das Leben von Menschen mit Alkoholproblemen zusehends (Kopfschmerzen, vermehrte Stürze, Leberschmerzen).

Alkoholkranke Menschen sind – vor allem weil sie sich nicht mehr im Griff haben – stigmatisiert und leiden oft still vor sich hin. Denn das Thema anzusprechen erfordert Mut, besonders in einer leistungsorientierten Gesellschaft, es führt zu Scham und verlorenem Selbstvertrauen. Oft braucht es ein mehr oder weniger massives Ereignis, damit sich in der Sucht- und Lebensspirale der Betroffenen etwas verändern kann. So führen körperliche Folgeschäden Alkoholabhängige nicht selten ins Spital, wo dann der Psychiater beigezogen und der Stein in Richtung «raus aus der Sucht» ins Rollen gebracht werden kann.

Warum der Psychiater?

Der Psychiater ist vor allem vertraut mit der Problematik des Kontrollverlusts. Er kann umgehen mit Gefühlen wie Scham und Selbsthass und kann Wege aufzeigen, wie man in ein lebenswertes Leben zurückfindet. Ein solcher Weg wäre auch, Medikamente abzugeben, die eine Reduktion des Alkoholkonsums bewirken, einfach weil schlicht die Lust zum Trinken nicht mehr da ist. Die Kontrolle wird zurückgegeben.

Sich der Angst stellen

Kontrollverlust macht Angst. Angst lässt den Betroffenen in sich zurückziehen. Der Psychiater versucht, der Angst entgegen zu wirken, indem er sie anspricht. Genau wie Höhenangst dadurch bekämpft wird, dass man den Aufenthalt in entsprechenden Situationen trainiert, wird der Kontrollverlust nur dann besser, wenn man ihm die Stirn bietet. Die Aufgabe des Psychiaters ist es also, dem Betroffenen das Gefühl von Kontrolle zurückzugeben. Dies erfolgt zum einen durch Gespräche, andererseits aber auch durch den Einsatz von Medikamenten, die den Körper ausgleichend unterstützen. Natürlich besteht häufig ein tiefsitzendes Misstrauen den «Seelenklempnern» gegenüber. Dies ist aber vor allem darauf zurückzuführen, dass eben kritische Themen angesprochen und versteckte Probleme aufgedeckt werden. Wir wünschen uns, dass diese Voreingenommenheit überwunden wird und Menschen aus ihrem persönlichen Tief auftauchen und ein selbstbestimmtes Leben weiterführen können. Die Psychiatrie hält den Steigbügel für die Rückgewinnung der Kontrolle.

Die Auskunftsperson
Martin Weber, Dr. med.
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Leitender Arzt Psychiatrie
Standortleiter Spital Burgdorf

Kontakt:
Spital Emmental
Psychiatrischer Dienst
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 27 00 (Sekretariat)
martin.weber@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website des Psychiatrischen Dienstes Emmental

Vorwort

Stärke und Perspektive

Was hat diese Menschen damals wohl angetrieben? Einen wie Andreas Lüdi-Fournier, den Heimiswiler, der sich jung aufmachte, die Welt zu entdecken. Der in Paris zu Vermögen kam und viele Jahre später, als alter Mann, in das Emmental zurückkehrte. Kurz vor seinem Tod hat er die Hälfte seines Vermögens für den Bau des Spitals Burgdorf hinterlassen. Waren es soziale Gerechtigkeit, Menschlichkeit, Mut, Weitsicht, Verbundenheit mit dem Emmental und den hier lebenden Menschen, die Andreas Lüdi-Fournier und andere handeln liessen? Die durch ihr Tun ermöglichten, was 1897 in Burgdorf und ein Jahr später in Langnau seinen Anfang nahm – das Spital Emmental. Was wäre das Emmental heute ohne sein Spital an zwei Standorten?

Spital Emmental
Modern. Menschlich. Mittendrin.

Zugegeben, unser Emmental ist eine kleine, überblickbare «Welt» – und doch: Ohne das Spital Emmental wäre die Region eine ganz andere, da bin ich mir sicher. Es würde ihr eine (vielleicht *die*) Triebfeder fehlen – eine, die in vielerlei Hinsicht für regionale Entwicklung und Perspektive sorgt. Die für die Qualität des Lebens, Arbeitens und Wohnens im Emmental bedeutungsvoll ist. Die echten und direkten Mehrwert schafft – in der Medizinversorgung, als Wirtschafts- und Innovationskraft, gesellschaftlich, als Arbeitgeber und Ausbildner, Anziehungspunkt für qualifizierte Fachleute und junge Menschen auch, die sich hier ihr berufliches Rüstzeug holen. Eine Triebfeder schliesslich, die Identität und Verbundenheit hervorbringt.

Generationen von Mitarbeitenden haben sich in den vergangenen fast 120 Jahren am Spital Emmental in Burgdorf und Langnau für Zehntausende von Kranken und Verletzten engagiert. Sich mit diesem Spital und seiner Aufgabe identifiziert. Voll und ganz. Das hat erfahren, wer mit diesen Menschen zu tun hatte – als Hausarzt, Patientin oder Patient, als Angehörige, Besucher. Und das ist heute nicht anders, dieses Magazin verschafft einen kleinen Eindruck davon.

Sie spüren es, liebe Leserin, lieber Leser, ich bin vom Nutzen und Potenzial unseres Spitals überzeugt und voller Begeisterung für unsere rund 1000 Mitarbeitenden, die mit ihrem «Spirit» den Unterschied zu anderen Spitälern machen. Mit Hingabe und Respekt, mit Professionalität und Zuverlässigkeit wird da tagtäglich, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr und von aussen kaum wahrnehmbar Besonderes geleistet. Mit grosser Selbstverständlichkeit, die nicht selbstverständlich ist, die grossen Respekt verdient.

Dr. h.c. Eva Jaisli
Präsidentin Verwaltungsrat
Spital Emmental

Interview

«Mittendrin»

Spital-CEO Anton Schmid spricht über die Bedeutung des Spitals Emmental für die Region – und über die Bedeutung des Emmentals für das Spital mit seinen beiden Standorten in Burgdorf und Langnau.

Herr Schmid, sind Sie zufrieden mit dem Geschäftsjahr 2015?
Anton Schmid, CEO Spital Emmental: Wirtschaftlich sind wir trotz erheblichen finanziellen Aufwänden für Sanierungsarbeiten gut unterwegs. Wegen des laufenden Umbaus des Spitals Burgdorf ist die Leistungsentwicklung zwar etwas ins Stocken geraten. In einem Jahr werden wir dafür über Voraussetzungen verfügen, die die Bedürfnisse der Emmentaler Bevölkerung bestens erfüllen – so wie am Standort Langnau, der bereits 2012/13 erneuert wurde. Denn für eine gute medizinische Versorgung braucht es – nebst anderem – auch eine zeitgemässe Infrastruktur.

Welche Bedeutung hat das Spital für die Region?
Der volkswirtschaftliche Nutzen des Spitals Emmental ist hoch. Mit rund 1000 Beschäftigten an den beiden Standorten Burgdorf und Langnau sind wir eines der grössten Unternehmen in der Region. Dabei sind wir nicht nur Arbeitgeber und Anbieter. Nein, wir beziehen unsere Waren und Dienstleistungen auch zu einem erheblichen Teil direkt in der Region. Das schafft und erhält Arbeitsplätze. Und wenn unsere Mitarbeitenden ihren Lohn hier wieder ausgeben, so ist das zum Nutzen vieler, von Gemeinden, Handel und Gewerbe. Diese gegenseitige Wechselwirkung ist für den Wirtschaftsraum Emmental sicher von Bedeutung.

Wirtschaftlichkeit ist das eine. Sie haben einen Leistungsauftrag.
Richtig. Das Spital Emmental hat vom Kanton Bern den Auftrag zur Versorgung des Emmentals mit erweiterten Spitalleistungen – das rund um die Uhr, während 365 Tagen im Jahr und unbesehen davon, ob die Patientinnen und Patienten grund- oder zusatzversichert sind. Im Durchschnitt aller Notfallsituationen sind unsere Rettungsteams innert rund 14 Minuten ab Zeitpunkt der Alarmierung «vor Ort». Allein das zeigt, wie wichtig beide Spitalstandorte in Burgdorf und Langnau sind. Unser Motto «modern, menschlich, mittendrin» ist eben nicht eine Floskel, nein, genau so verstehen wir uns und unsere Aufgabe.

Was konkret verbinden Sie mit den Begriffen «modern, menschlich, mittendrin»?
Nun, wir investieren in die Infrastruktur und die Fort- und Weiterbildung der Mitarbeitenden. Nehmen teil an medizinischen Entwicklungen, etablieren neue Leistungen – denken Sie etwa an den Einsatz von 3-D-Laparoskopietechnik bei der Entfernung von Dickdarm- und Enddarmtumoren, mit dem das Spital Emmental 2015 schweizweit für Aufsehen sorgte. Das verstehen wir unter modern. Und unter menschlich und mittendrin, dass die Patientinnen und Patienten für uns eben mehr als eine anonyme Menschenmasse sind und wir unsere Leistungen hier, nahe bei den Menschen im Emmental erbringen wollen. Und nicht zu vergessen: Das Spital Emmental ist eine «Brutstätte» für Nachwuchsleute. Wir bilden aktuell über 170 junge Leute aus, geben ihnen die Möglichkeit, in gewohnter Umgebung, bei Menschen, die sie kennen, einen ersten Schritt in ihr Arbeitsleben zu machen – das ist eine Win-win-Situation für alle, für die Jungen, das Spital, das gesamte Gesundheitswesen und für das Emmental.

Welchen Nutzen haben die Patienten?
Wir sorgen, im starken Verbund mit Haus- und Spezialärztinnen, -ärzten, Ambulanz- und Rettungsdiensten, Spitex, Pflegeheimen und anderen vor- und nachgelagerten Institutionen, für eine gute, sichere und zuverlässige medizinische Versorgung der Menschen in unserer weitläufigen Region, in der einige Gebiete ziemlich abgelegen sind. Zudem: Die Bevölkerung wird älter. In zehn Jahren ist jeder dritte Mensch über 65, Alterskrankheiten nehmen zu. Dem haben wir Rechnung zu tragen. Früher mussten betagte Menschen mit ihren Angehörigen nach Bern zur Behandlung fahren, heute dagegen finden sich zum

Beispiel Fachärzte für Psychiatrie und Altersmedizin hier vor Ort. Die neue Memory Clinic des Spitals Emmental etwa kümmert sich um demente Menschen. Ein anderes Beispiel ist unsere Stoma-Beratungsstelle, eine intime Situation, in die man sich als Patientin, Patient lieber in einer gewohnten Umgebung begibt. Das sind Beispiele für eine patienten- *und* wohnortsnahe Medizin. Mit der neuen Infrastruktur können wir unser Angebot noch besser den Bedürfnissen der lokalen Bevölkerung anpassen. Die Beziehungsebene steht am Anfang des Kontaktes. Und damit verbunden die Frage, wem ich meinen Körper anvertraue.

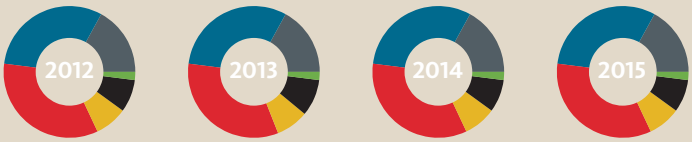
Wie ist der medizinische Standard an einem Regionalspital?
Medizinische Innovationen finden nicht nur an den grossen Zentren statt. Kleine und mittlere Spitäler sind da oft beweglicher, können flexibler auf Entwicklungen reagieren. Unsere Ärztinnen und Ärzte, das Pflegepersonal sind hervorragend qualifizierte Fachleute, manche von ihnen sind auch wissenschaftlich tätig. Am Spital Emmental bestehen keine Über-, Unter- oder Fehlangebote. Patientinnen und Patienten, die der hochspezialisierten Diagnose und Therapie bedürfen, können darauf vertrauen, dass sie bei Bedarf durch uns an die jeweilig besten Kliniken und Fachkräfte zugewiesen werden. Und mit diesen Partnerinstitutionen arbeiten wir eng und gut zusammen, tauschen Erkenntnisse aus und streben gemeinsam die beste Patientenversorgung an. Wer sich also mit einem medizinischen Anliegen an das Spital Burgdorf oder das Spital Langnau wendet, der kann darauf vertrauen, in jedem Fall «richtig zu liegen» – entweder erhält er oder sie hier genau die richtige, notwendige Behandlung oder wird zeitnah an die richtigen Fachleute zugewiesen. Gerade auch diese Triage-Funktion, also medizinischer Dreh- und Angelpunkt zu sein, ist eine unserer Qualitäten.

Im Gesundheitswesen ist Qualität gefragt – wie denken Sie darüber?
Qualität steht und fällt mit dem einzelnen Mitarbeitenden. Die Patientinnen und Patienten empfinden die Qualität im Spital vor allem dann als gut, wenn sie aufmerksam und freundlich umsorgt, betreut werden, möglichst keine Wartezeiten in Kauf nehmen müssen. Man den behandelnden Ärzten und Fachleuten vertrauen kann, gut informiert, untergebracht und verpflegt ist. Das Qualitätsmanagements des Spitals Emmental ist darauf ausgerichtet, einheitliche Normen und Standards für Behandlungs- und Betriebsprozesse zu definieren und umzusetzen. Wir wollen Gewähr dafür, dass unsere Arbeit jederzeit, auch unter erschwerten Bedingungen – beispielsweise im Notfall, während der Nacht, unter Zeitdruck – einheitlich hochwertig und möglichst effizient erbracht wird. Und diese Qualitätsarbeit muss nachvollziehbar, vergleichbar, messbar und kontrollierbar sein.

Und wird dieses Ziel erreicht?
Das Spital Emmental schneidet in der Gunst der Patientinnen und Patienten sehr gut ab. Das belegen aktuellste Messungen der Patientenzufriedenheit durch ANQ, dem unabhängigen nationalen Verein zur Qualitätsentwicklung in Spitälern und Kliniken der Schweiz. *(Anmerkung der Redaktion: Ergebnisse der Messung – siehe Beitrag Seite 20).* Doch wichtig sind uns auch die Meinungen von Patienten und Angehörigen, die vielleicht weniger zufrieden sind, denn wir wollen wissen, was wir besser tun können. Wir verstehen uns als lernender Betrieb, der die Bedürfnisse von Bevölkerung, Patienten und Partnern mindestens ebenso stark gewichtet wie die Veränderungen des medizinischen und sozialen Umfelds. Was wir wollen, das ist dem Emmental und seinen Menschen eine möglichst optimale und qualitativ hochstehende medizinische Versorgung bieten – mit einem Lächeln, mit Menschlichkeit, mit feinem Gespür.

Herr Schmid, wir danken Ihnen für das Gespräch.

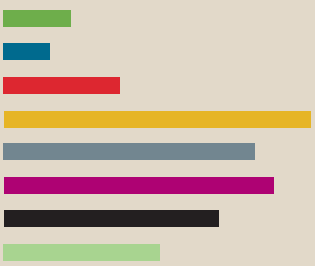
Personalbestand Spital Emmental
Anzahl Mitarbeitende auf Vollzeitbasis, exkl. Auszubildende



	2012	2013	2014	2015
Ärzte	115	121	118	118
Pflege	212	224	216	218
Med. Fachbereiche	229	233	239	246
Verwaltung	52	57	59	59
Ökonomie	61	62	59	59
Technik und Sicherheit	12	11	14	15
Total	**680**	**708**	**706**	**714**

Eintrittszeiten Notfallpatienten im Jahr 2015
Am Spital Burgdorf und Langnau

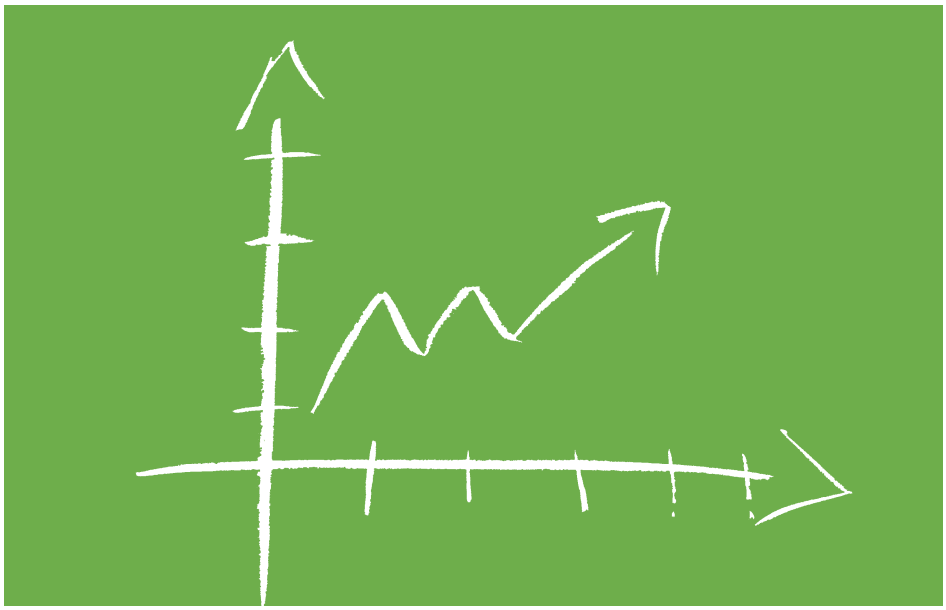
Tageszeit	Patienten
00.00 – 03.00 Uhr	844
03.00 – 06.00	589
06.00 – 09.00	1473
09.00 – 12.00	3816
12.00 – 15.00	3116
15.00 – 18.00	3354
18.00 – 21.00	2679
21.00 – 24.00 Uhr	1933



Rückblick 2015

Erfreuliche Entwicklung

Mit einer Steigerung behandelter Patientinnen und Patienten befindet sich das Spital Emmental auf einem soliden Wachstumspfad.



Im Jahr 2015 wurden insgesamt 57 644 Patientinnen und Patienten am Spital Emmental behandelt, 1902 oder 3,4% mehr als im Vorjahr. Zugenommen haben die ambulanten Spital- und Psychatrieleistungen. Der Schweregrad bei den stationär behandelten Patientinnen und Patienten, der sogenannte Case Mix Index, stieg von 0.858 auf 0.897, was eine wesentliche Steigerung um 4,6% bedeutet. Die durchschnittliche Behandlungsdauer stationär behandelter Patientinnen und Patienten konnte weiter reduziert werden, liegt nun bei 5,0 Tagen (Vorjahr 5,2). Dies ist ein vergleichsweise tiefer Wert, der zeigt, dass die medizinischen und pflegerischen Spitalprozesse effizient und gut aufeinander abgestimmt sind. Weiter sehr erfreulich: 594 Babys kamen 2015 im Spital Emmental zur Welt.

Auch in finanzieller Hinsicht blickt das Spital Emmental auf ein gutes Jahr zurück. Bedingt durch die gestiegene Patientenzahl und den höheren Case Mix Index erzielte das Spital einen Umsatz von 145,6 Millionen Franken (Vorjahr 140,3 Mio.). Demgegenüber steht ein Gesamtaufwand von 140,8 Millionen Franken. Davon entfallen rund 64% oder 90,5 Millionen Franken auf den Personalaufwand (714 Vollzeitstellen), 26,5 Millionen Franken sind Kosten für medizinischen Bedarf (Material für Pflege, Operationsbedarf, Medikamente usw.), dazu kommen noch 18,8 Millionen Franken an Sachaufwand und knapp 5 Millionen Abschreibungen. Nach Berücksichtigung von Finanzerträgen und -aufwänden verbuchte das Spital Emmental 2015 letztlich einen Jahresgewinn von 3,3 Millionen Franken (Vorjahr 1,6 Mio.).

Konzernbilanz	31.12.2015 TCHF	31.12.2014 TCHF
Aktiven		
Flüssige Mittel	55 081	40 431
Forderungen	17 753	20 183
Finanzanlagen	15 000	20 000
sonstiges Umlaufvermögen	4 828	4 687
Umlaufvermögen	**92 662**	**85 301**
Sachanlagen	62 892	52 237
Finanzanlagen	0	15 000
immaterielle Anlagen	3 060	3 630
sonstiges Anlagevermögen	897	1 014
Anlagevermögen	**66 849**	**71 881**
Total Aktiven	**159 511**	**157 182**
Passiven		
kurzfristiges Fremdkapital	23 228	19 664
langfristiges Fremdkapital	78 059	82 625
Fremdkapital	**101 287**	**102 289**
Aktienkapital	7 202	7 202
Gewinnreserven	50 811	47 485
Eigenkapital exkl. Minderheitsanteile	**58 013**	**54 687**
Minderheitsanteile	211	206
Eigenkapital	**58 224**	**54 893**
Total Passiven	**159 511**	**157 182**

Konzernerfolgsrechnung	2015 TCHF	2014 TCHF
Betriebsertrag	**145 627**	**140 280**
Personalaufwand	-90 456	-89 289
Medizinischer Bedarf	-26 533	-24 695
Übriger Sachaufwand	-18 825	-18 721
Abschreibungen	-4 979	-4 973
Betriebsaufwand	**-140 793**	**-137 678**
Betriebsergebnis	**4 834**	**2 602**
Finanzergebnis	-1 503	-1 036
Minderheitsanteile	-5	12
Jahresgewinn	**3 326**	**1 578**

Verkürzte Darstellung Konzernbilanz und Konzernerfolgsrechnung (Swiss GAAP FER)

Extra:
Link zur Website des Spitals Emmental mit detailliertem Geschäftsbericht 2015

Spitalbau

Investition in die Zukunft

Rund 111 Millionen Franken werden in die Erneuerung des Spitals Burgdorf investiert, seit zwei Jahren sind die Bauarbeiten im Gang und das Projekt kommt gut und planmässig voran.

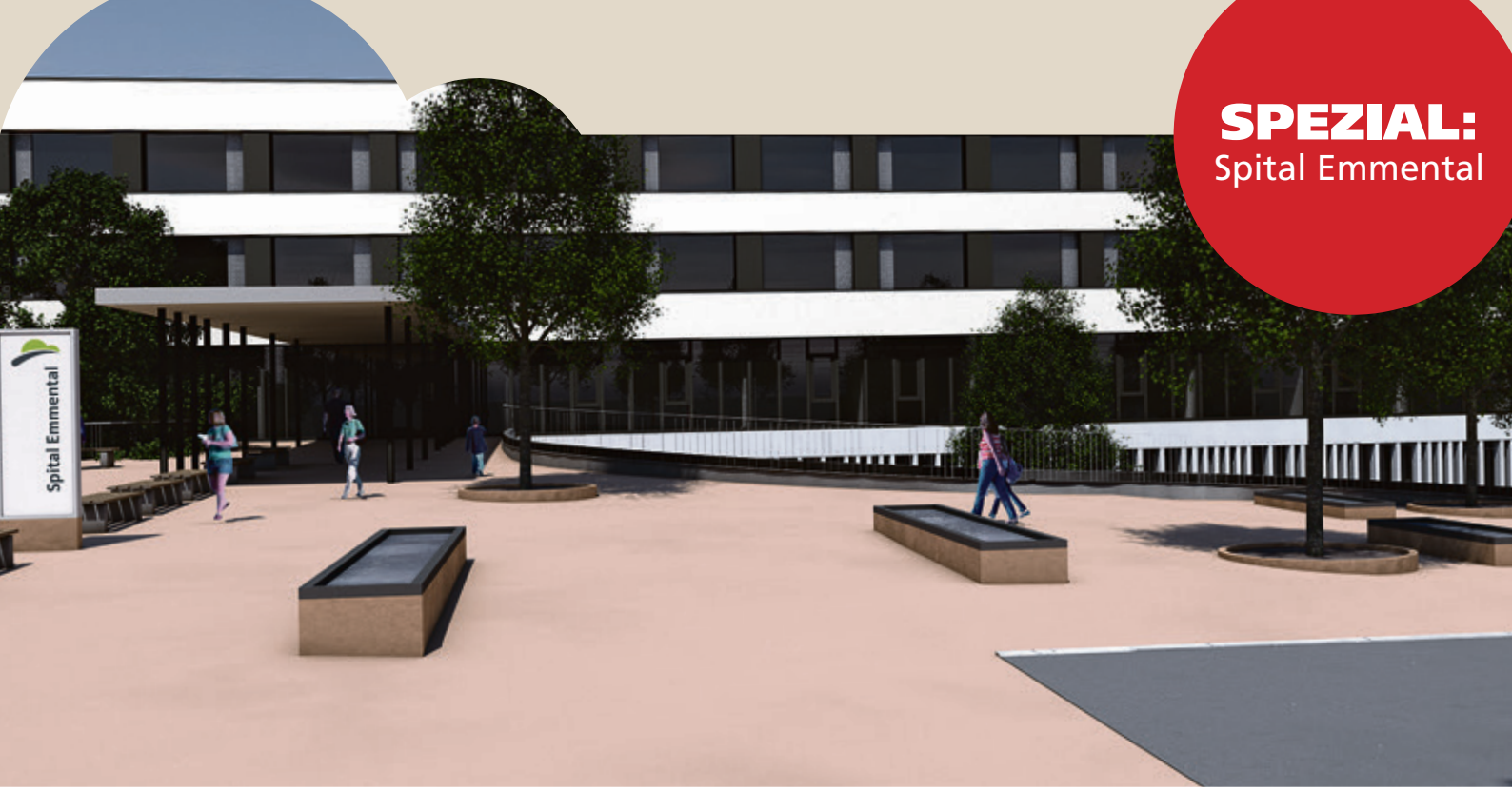
Das neue Parkhaus am Ostrand des Burgdorfer Spitalareals steht seit April letzten Jahres in Betrieb; es bietet Platz für 290 Autos und darunter sowie darüber findet sich modernste Technik: Die auf dem Dach installierte Photovoltaikanlage mit einer Panelfläche von rund 600 Quadratmetern liefert Strom im Umfang des Jahresbedarfs von 25 bis 30 Haushalten. Im Parking-Untergeschoss ist die Technikzentrale des Spitals untergebracht sowie ein neues und hochmodernes Notstrom-System, «mit dem bei Bedarf der gesamte Energiebedarf des Spitals Burgdorf während sieben Tagen und rund um die Uhr vollständig autonom gesichert werden kann», wie Beat Jost, Vorsitzender der Baukommission und Mitglied der Geschäftsleitung der Spital Emmental AG, erklärt.

Bettenhaus, Empfang, Notfallzufahrt

Gleich nebenan und quer vor dem früheren Spitaleingang entsteht aktuell das neue Bettenhaus mit Platz für 132 Betten – allesamt helle und moderne Zweibett-Zimmer mit WC/Dusche –, mit medizinischen Ambulatorien, einer Zufahrt zur Notfallstation und neuem Spital-Haupteingang.

Die Arbeiten schreiten gut voran, «in Bezug auf Termine und Kosten bewegt sich alles im gesetzten Rahmen», hält Beat Jost fest. Vorteilhaft wirkte sich der milde Winter aus und auch der Baugrund hat keine grösseren Schwierigkeiten geboten, nichts Unerwartetes bereitgehalten. Ganz wichtig auch: Die Bauarbeiten verliefen bis dato unfallfrei, es kam zu keinen Zwischenfällen – «hoffen wir, dass das so bleibt», betont Beat Jost.

Die Inbetriebnahme des neuen Bettenhauses 2018 wird der Startschuss sein zur letzten Etappe des Bauprojektes, nämlich der Sanierung und dem Umbau des alten Bettenhauses. Dort werden dann ab 2018/19 vier hochfunktionelle Operationssäle, zwei Kleineingriffsräume und zehn Intensivpflegebetten zur Verfügung stehen. Weiter ein Tagesklinikbereich mit 18 Kurzzeitbetten sowie circa 36 Betten für die Psychiatrie. Beat Jost: «Das ‹neue› Spital Burgdorf wird über rund 200 Patientenbetten verfügen. Eingerechnet dem Bettenangebot am Spital Langnau stehen dann für die Region Emmental gegen 280 Spitalbetten (inkl. Psychiatrie) bereit.»



SPEZIAL:
Spital Emmental

Modernisierung auch in Langnau
Bereits weitgehend abgeschlossen ist die Erneuerung des Spitals Langnau. Für rund acht Millionen Franken wurden 2012/13 alle Mehrbett- durch Zweibettzimmer ersetzt und der Physiotherapiebereich ausgebaut. Und als letztes und wichtiges «Puzzleteil» wird derzeit der Notfallbereich des Spitals Langnau baulich angepasst. Es entsteht ein Warteraum für Patienten und Angehörige, die Untersuchungs-Behandlungskojen werden erneuert, ergänzt und für das Personal zusätzliche Arbeitsplätze eingerichtet. Rund weitere 500 000 Franken lassen sich die Spitalverantwortlichen diese Arbeiten kosten.

Danke für Verständnis
Der Betrieb der Spitäler Burgdorf und Langnau ist auch während der laufenden Bauarbeiten jederzeit und in vollem Umfang gewährleistet. Doch das Nebeneinander von laufendem Spital- und Baubetrieb ist eine grosse und spezielle Herausforderung, «denn Bauarbeiten sind immer auch mit Lärm- und Staubemissionen, Umleitungen und sonstigen Beeinträchtigungen verbunden. Doch wir bemühen uns sehr darum, die Unannehmlichkeiten für Patientinnen und Patienten, Besucher, Anwohner und Mitarbeitende so gering wie nur möglich zu halten», betont Baukommissionspräsident Beat Jost.

Auskünfte, weitere Informationen

Tel. 034 421 21 72 für Fragen rund um das Bauvorhaben.
www.spital-emmental.ch (dort auch Webcam mit laufend aktualisierten Bildern zum Baufortschritt des neuen Bettenhauses).

Erneuerung Spital Burgdorf – Projektübersicht

Gesamtkosten 111 Millionen Franken

Etappe 1
April 2014 bis April 2015
Erstellung und Inbetriebnahme Parkhaus

Etappe 2
Bis September 2016
Erstellung Rohbau Bettenhaus (Gebäudehülle) mit 132 Betten sowie neuem Haupteingang, Ambulatorien, Kleineingriffsräumen und Notfallzufahrt

Etappen 3 + 4
Oktober 2016 bis 2018
Innenausbau, Fertigstellung und Vorbereitung Inbetriebnahme (Anfang 2018) neues Bettenhaus

März 2017 bis Ende 2018
Umbau und Ergänzung bestehender Operationstrakt

Etappe 5
2018/19
Erneuerung altes Bettenhaus (Integration Psychiatrie) und Südbau (Umbau Nephrologie, Onkologie, etc.)

Patientenzufriedenheit

Sehr gute Noten

Im Herbst letzten Jahres galt es wieder Mal ernst: Da wurden Patientinnen und Patienten des Spitals Emmental gefragt, ob und wie sehr sie mit den Spitalleistungen zufrieden sind. Fazit: Das Spital schneidet in der Patientengunst sehr gut ab.

Die Patientenzufriedenheitsmessung nach den Anforderungen des unabhängigen Nationalen Vereins für Qualitätsentwicklung in Spitälern und Kliniken (ANQ) ist eine der vertraglich geforderten regelmässigen Messungen, die seit 2011 alljährlich, jeweils im September, auch am Spital Emmental durchgeführt werden. Damit sollen schweizweite Spital- und Klinikvergleiche möglich werden.

Skala von 0 bis 10

Mittels standardisiertem Kurzfragebogen werden stationär behandelte Patientinnen und Patienten anonymisiert zu ihrer Zufriedenheit in Bezug auf fünf Kernthemen - siehe unten - befragt. Die Skala, mit der die Patientinnen und Patienten die Fragen beantworten können, reicht von «0» (sehr schlecht) bis «10» (ausgezeichnet). Die Auswertung erfolgt durch ein externes, unabhängiges Institut. Wie sehr das Spital Emmental bei der Umfrage im vergangenen Herbst in der Gunst der Patienten stand, das belegen die untenstehenden Ergebnisse, dabei handelt es sich jeweils um den Mittelwert beider Spitalstandorte (Burgdorf und Langnau).

Neue Zweibettzimmer als plus

Diese, auch im schweizweiten Vergleich, sehr erfreulichen Ergebnisse haben die Spitalverantwortlichen mit jenen früherer Jahre verglichen. «Unterschiede beziehungsweise Abweichungen werden diskutiert und bei Bedarf Massnahmen ergriffen», erklärt Ruth Schneider, Leiterin Qualitätsmanagement (QM) des Spitals Emmental. Festgestellt wurde etwa, dass sich die Erneuerung des Spitals Langnau und der Umstand, dass dort nun moderne, freundliche Zwei-Bett-Zimmer zur Verfügung stehen, positiv auf die Zufriedenheit der Patientinnen und Patienten ausgewirkt hat.

Feedback erwünscht

«Aber klar», so Ruth Schneider weiter, «es findet sich immer etwas, wo man die Leistung noch steigern, verbessern kann. Etwa bei der Information der Patienten, und genau da setzen wir nun auch den Hebel an, in diesem Bereich finden interne Schulungen und Workshops statt.» Und dass man auf Verbesserungsmöglichkeiten aufmerksam wird, dabei kommt den Patientinnen und Patienten selber eine wichtige Rolle zu: «Selbstverständlich freuen uns die vielen sehr guten und wertschätzenden Feedbacks der Patienten – nicht minder wertvoll sind uns aber auch kritische Meinungen, Hinweise und Anregungen, die zeigen wo wir noch Luft nach oben haben», betont QM-Leiterin Ruth Schneider.

Fragen an die Patientinnen, Patienten Erhebung Herbst 2015	**Ergebnisse** Skala 0–10
Würden Sie für dieselbe Behandlung wieder in dieses Spital kommen?	9,26
Wie beurteilen Sie die Qualität der Behandlung, die Sie erhalten haben?	9,04
Wenn Sie Fragen an eine Ärztin oder an einen Arzt stellten, bekamen Sie verständliche Antworten?	9,09
Wenn Sie Fragen an das Pflegepersonal stellten, bekamen Sie verständliche Antworten?	9,25
Wurden Sie während Ihres Spitalaufenthaltes mit Respekt und Würde behandelt?	9,49

Mehr als «nur» Spital

«Magnet» und «Brutstätte»

Das Spital Emmental ist grösster Arbeitgeber in der Region – doch nicht nur das. Es ist auch «Magnet» für verschiedenste Fachleute und «Brutstätte» für junge Menschen, die hier ihre berufliche Laufbahn starten.

Das Spital Emmental ist ein Ort, an dem über Berufsgrenzen hinweg eng zusammengearbeitet wird, Erkenntnisse ausgetauscht, neues Wissen und neue Fertigkeiten gebildet, erlernt und vermittelt werden. Daraus entsteht jene Qualität, wovon die Patientinnen und Patienten sowie gleichermassen die Mitarbeitenden profitieren. Und dieser «Bildungs-Campus» Spital Emmental verfügt über viel Anziehungskraft für Fachpersonal und ebenso für junge Menschen, die einen Gesundheitsberuf erlernen, sich darin weiterbilden oder eine andere Ausbildung im Spitalumfeld absolvieren wollen – jede, jeder Sechste der rund 1000 Beschäftigten des Spitals Emmental ist ein «Azubi» (Auszubildende)!

Lesen Sie hier, was junge Menschen, die am Spital Emmental ihre Ausbildung absolvieren, antreibt und schauen Sie sich auch die Kurzvideos an, die sich hinter den beiden «Codes» unten verstecken (einfach Code mit Ihrem iPhone einscannen)!

Videoclip «Azubis»

Videoclip «Spital-CEO»

Noël Ryffel, Ausbildung zum Fachmann Betriebsunterhalt EFZ, 3. Lehrjahr

«In der Freizeit spiele ich Eishockey, das seit dem 4. Lebensjahr, und verbringe Zeit mit Kollegen, bin allgemein an Sport interessiert. Daneben ‹schraube› ich auch gerne an Velos rum. An meiner Ausbildung gefällt mir, dass Abwechslung ‹gross geschrieben› wird. Ich bin gut im Team aufgenommen worden, fühle mich hier pudelwohl. Der Kontakt mit all den Menschen ist inspirierend. Und schon in der Ausbildung wird einem Verantwortung übertragen – ich durfte bei der Küchen-Teilsanierung, den Sanitär-Installationen, mitwirken. Hoffentlich schaffe ich einen guten Lehrabschluss! Klar, es wäre toll, danach weiter hier arbeiten zu dürfen. Doch wer weiss, vielleicht werde ich ja noch Fahrradmechaniker.»

Julie Corine Freiburghaus, Ausbildung zur Köchin EFZ, 3. Lehrjahr

«Ich verbringe gerne Zeit in der Natur, beim Reiten und bin musikbegeistert, spiele Trompete, Saxophon und Klavier. Im Sommer trifft man mich an Festivals und Openairs, im Winter dann rufen die Berge zum Skifahren mit Familie, Freunden. Das Spital Emmental ist ein grosszügiger Betrieb mit viel Verständnis für Jung und Alt. Beim ‹Schnuppern› überzeugten mich die abwechslungsreiche Arbeit, das aufgestellte Team und das gute Arbeitsklima. Zu 100% hat sich dieser Eindruck bestätigt! Hier zu arbeiten, macht viel Spass! Derzeit stehe ich mitten in den Vorbereitungen zur Abschlussprüfung als Köchin. Mein Traumberuf? Ernährungsberaterin!»

Anja Reich, Ausbildung zur Kauffrau EFZ, 2. Lehrjahr

«Musik? Dann fühle ich mich wohl! Ich höre von Pop, Rock bis zu R'n'B und Hip Hop alles quer durch. In der Freizeit gehe ich gerne tanzen, Familie und Freunde sind mir wichtig, und Torten oder Cupcakes zu backen, das macht Spass! Das Spital Emmental bietet viel Abwechslung, ich lerne den Betrieb von allen möglichen Seiten kennen. Abgesehen davon: super, die familiäre Atmosphäre und die vielen Kontakte zu Mitarbeitenden und Patienten. Mein grösster Zukunftswunsch ist natürlich der erfolgreiche Lehrabschluss – doch dann lass ich den Wünschen freien Lauf! Mein Motto: Lebe jeden Augenblick so, als ob es dein letzter wäre!»

Selina Zaugg, Ausbildung zur Fachfrau Hauswirtschaft EFZ, 1. Lehrjahr

«Reiten, Skifahren, Familie und Freunde – das sind meine Hobbys, das ist mir ganz wichtig! Ich liebe es, mit meinen zwei jüngeren Schwestern und den Eltern etwas zu unternehmen. Auch in der Familie meines Freundes fühle ich mich sehr wohl. Am Spital Emmental bieten sich Ausbildungsmöglichkeiten wie nirgendwo sonst. Kein Tag läuft hier gleich ab wie der andere, langweilig wird es einem nie! Was ich sehr mag, das ist der Kontakt mit den Gästen im Restaurant, das tolle Miteinander im Team.»

Malaria

Wer sich schützt, bleibt gesund

Jährlich fallen hunderttausende Menschen der Malaria zum Opfer. Eine Impfung dagegen gibt es nicht. Einzig zuverlässige Mittel gegen die Krankheit: Sich nicht von der Anophelesmücke stechen lassen und in Risikosituationen Medikamente einnehmen.

«Schlechte Luft» nannte man einst diese Krankheit, die vor allem in Sumpfgebieten die Menschen dahinraffte. Man führte die Malaria auf die Dünste zurück, die aus diesen Gebieten aufstiegen. Heute weiss man es besser: Die heimtückische Krankheit wird durch Anophelesmücken übertragen. Heute gilt sie auf dem alten Kontinent als ausgerottet, auch wenn sich mit der Klimaerwärmung die Grenze der Malariagebiete immer weiter nordwärts verschiebt und bereits Fälle in Süditalien aufgetreten sind. Weltweit ist die Malaria vor allem in tropischen und subtropischen Gebieten verbreitet. Besonders betroffen sind afrikanische Länder südlich der Sahara, doch auch im übrigen Afrika, in Süd- und Südostasien sowie in einigen pazifischen und lateinamerikanischen Ländern kommt sie vor. Etwa 40 Prozent der Erdbevölkerung lebt in Risikogebieten. Jahr für Jahr erkranken rund 300 Millionen Menschen, viele von ihnen sterben daran. Keine andere Tropenkrankheit tötet annähernd so viele Menschen, besonders gefährdet sind Schwangere und Kinder.
Von der Malaria ist auch die Schweiz nicht ausgenommen. Zwar gilt sie nicht als Risikogebiet, doch jährlich bringen hunderte Personen eine Malaria-Infektion von ihren Reisen mit nach Hause, meist aus Afrika. Immer wieder kommt es dabei auch zu schweren Komplikationen und selten zu Todesfällen. Die meisten Erkrankten sind zwischen 35 und 44 Jahre alt, aber auch bei gesundheitlich bereits vorbelasteten und älteren Personen ist das Thema Malaria und der Schutz davor durch die vermehrte Reisefreudigkeit dieser Bevölkerungsgruppe wichtig.
Das grösste Risiko für die Übertragung liegt dabei in der Sorglosigkeit vieler Reisender, die weder Medikamente zur Prophylaxe zu sich nehmen noch sich konsequent vor Mücken schützen. Dazu kommt eine steigende Anzahl von Erkrankungen bei Migranten und Migrantinnen, welche die Infektion aus ihren Herkunftsländern mitbringen, jedoch erst in der Schweiz Symptome entwickeln. Personen mit Migrationshintergrund sind zudem häufig schlecht über das Ansteckungsrisiko informiert, welches auch bei Kurzbesuchen im Herkunftsland besteht.

An Malaria denken

Malaria wird durch verschiedene Plasmodium-Erreger ausgelöst, die von der Anophelesmücke übertragen

werden; eine Übertragung direkt von Mensch zu Mensch findet nicht statt. Die sogenannte tropische Malaria gilt als die gefährlichste Form, weil sie schnell fortschreitet und bei Verkennung der Diagnose zu komplizierten Verläufen mit Befall des zentralen Nervensystems führen kann. Nach der Ansteckung vergeht bei der tropischen Malaria ungefähr eine Woche bis zum Symptombeginn, bei anderen Formen kann die Inkubationszeit aber auch Monate dauern. Während dieser Zeit entwickeln sich die Parasiten in der Leber, ohne dass die infizierte Person davon etwas merkt. Erst im weiteren Verlauf des Reifezyklus befallen sie die roten Blutkörperchen, von denen sie sich ernähren, und beginnen, diese zu zersetzen. Damit treten erste Symptome auf, die an eine Grippe erinnern: hohes Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, manchmal auch Bauchweh und Durchfall.
Auf eine Fieberphase kann eine weitgehend fieber- und symptomfreie Phase folgen, was zur irrigen Annahme verleitet, die Krankheit sei abgeklungen. Doch nach wenigen Tagen steigt das Fieber erneut an. Ohne ärztliche Behandlung und Einsatz der richtigen Medikamente kann das Auf und Ab weitergehen bis zur Bewusstseinstrübung, zu Krämpfen, Lähmungen, zum Koma und schliesslich zum Tod. Auch Nieren, Lungen oder andere Organe können geschädigt werden.
Gerade wegen der unspezifischen Symptome und der teilweise langen Inkubationszeit wird eine Malaria-Erkrankung häufig nicht sofort erkannt. Heimtückisch ist zudem, dass einige Malaria-Formen in der Leber monatelang schlummern und plötzlich wieder zu Symptomen führen, selbst wenn sich der Patient schon lange in keinem Risikogebiet mehr aufhält. Sicher diagnostiziert werden kann die Krankheit nur über einen Bluttest. Frühzeitig mit wirksamen Medikamenten behandelt, ist Malaria gut behandelbar und heilt in der Regel ohne bleibende Schäden aus.

Wegen der oft langen Inkubationszeit wird eine Malaria-Erkrankung häufig nicht sofort erkannt.

Prophylaxe, Mückenschutz
Anders als gegen andere Tropenkrankheiten gibt es gegen die Malaria keine Impfung. Es existieren einzig Medikamente zur Prophylaxe, die einen sehr guten Schutz gewährleisten. Am sichersten ist, gar nicht erst in ein Malariagebiet zu reisen. Wer eine Reise nicht vermeiden kann oder nicht darauf verzichten will, muss sich so gut wie möglich gegen Mückenstiche schützen (siehe linke Spalte). Damit wird nicht nur die Anopheles-Mücke abgewehrt, sondern auch andere Mücken, die etwa das Gelbfieber-, das Denguevirus oder das sich aktuell in Lateinamerika explosionsartig ausbreitende Zikavirus übertragen.
Wer in Hochrisiko-Gebiete (gemäss der Weltgesundheitsorganisation WHO) reist, sollte die Medikamente, je nach Präparat, kurz vor, während und nach der Reise einnehmen. Reisende in Niedrigrisiko-Gebiete nehmen die Medikamente mit sich; sobald Fieber auftritt, müssen sie unbedingt eingenommen werden – selbst wenn sich das Fieber und das Unwohlsein letztlich als banaler Infekt herausstellt. Zugleich muss man sich unbedingt möglichst schnell in ärztliche Behandlung begeben. Erkrankt man nach der Rückkehr in die Schweiz mit grippeähnlichen Symptomen, muss der Arzt oder die Ärztin auf den Aufenthalt im Malariagebiet aufmerksam gemacht werden, selbst wenn dieser schon Monate zurückliegt, da eine Malaria sonst kaum als Ursache des Fiebers in Betracht gezogen wird.

Mücken-schutz rund um die Uhr

• Meist stechen die Anophelesmücken in der Dämmerung und nachts zu – allerdings nicht immer. Andere Mücken, welche beispielsweise das Dengue- oder das Zikavirus übertragen, sind tagaktiv. Deshalb heisst der wirksamste Schutz: sich nicht stechen lassen und sich rund um die Uhr lückenlos gegen die Insekten schützen. Die Mücken sind nicht nur in der Nähe von Feuchtgebieten oder Gewässern unterwegs, sondern auch in Städten.
• Reisende in Malariagebieten sollten stets langärmlige und langbeinige Kleidung tragen, vorzugsweise mit insektenabweisender Imprägnierung (auf Knöchel achten!).
• Nackte Hautstellen mit Insektenschutzmittel einreiben, das auch gegen tropische Insekten wirkt. Mehrmals täglich wiederholen.
• Im Hotel Mückengitter zuziehen (Badezimmerfenster nicht vergessen), Klimaanlage einschalten.
• Gegebenenfalls unter Moskitonetz schlafen, am besten nach Imprägnation mit einem Insektizid.
• Medikamentöse Prophylaxe ersetzt den Schutz vor Stichen nicht, sie kann ihn nur ergänzen. Wir empfehlen, für die Beratung mit Impfung und Wahl des richtigen Medikamentes für das jeweilige Reiseziel sechs bis acht Wochen vor der Reise mit dem Arzt oder der Reisemedizinischen Sprechstunde Kontakt aufzunehmen.

Die Autoren
Bernhard Kessler, Dr. med.
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
und Infektiologie, Leitender Arzt Infektiologie

Waldegg Gabriel, Dr. med.
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
Leitender Arzt

Kontakt:
Spital Emmental, Medizinische Klinik
Oberburgstasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 23 00/21 21
bernhard.kessler@spital-emmental.ch
gabriel.waldegg@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website der Infektiologie des Spitals Burgdorf

Hausapotheken

Ein Mal pro Jahr aussortieren

Fieberzäpfli, Pflaster, Lutschtabletten & Co.: Haushalte sollten für den Notfall gut ausgerüstet sein, damit bei kleinen Unfällen oder gesundheitlichen Problemen rasch Erste Hilfe geleistet werden kann.

In jedem Haushalt, ob er nun von Einzelpersonen oder mehrköpfigen Familien bewohnt wird, sollte eine gut assortierte Hausapotheke vorhanden sein. Denn kleine Wunden oder erste Krankheitssymptome treten häufig akut, unvorhergesehen und ausserhalb der Ladenöffnungszeiten oder ärztlichen Sprechstunden auf. In solchen Notfallsituationen sollte man alles zur Hand haben, das hilft, die Beschwerden schnell zu lindern. Der Inhalt einer Hausapotheke kann je nach Alter und Gesundheitszustand der Familienmitglieder unterschiedlich sein. Neben Medikamenten gegen allgemeine Schmerzzustände, grippale Erkältungen, Magen-Darm-Erkrankungen, Halsweh oder Husten sollten auch ein Nasenspray und eine Crème mit ätherischen Ölen, die das Atmen erleichtert, sowie Salben gegen Stiche, leichte Brandwunden oder allergische Haut-Reaktionen darin enthalten sein.
Allergiker oder Heuschnupfen-Patienten müssen zudem ihr Notfallset stets griffbereit haben. Im Zweifelsfall ist es ratsam, ein Antihistaminikum in die Hausapotheke zu integrieren. Dieses hilft, allergische Reaktionen, die sich in vielen Fällen unerwartet und plötzlich manifestieren, schnell abzuschwächen. Ab Beginn der warmen Jahreszeit gehören hochwirksame Sonnenschutzmittel, Gels gegen Sonnenbrände und Insekten-/Zeckensprays ebenfalls in alle Haushalte.

Steri Strips & Co. für Kids

Bei Kindern muss der korrekten Dosierung der Arzneimittel und den angegebenen Altersbeschränkungen speziell grosse Beachtung geschenkt werden. Hustensirup oder Schmerzmittel beispielsweise sollten Eltern ihren Sprösslingen eher zurückhaltend verabreichen. Falls Zweifel bestehen, ist es sinnvoll, kurz mit dem behandelnden Arzt oder dem Apotheker Rücksprache zu nehmen. Mit homöopathischen Mitteln können bei Kindern nebenwirkungsfreie und gute Resultate erzielt werden. Wer sich dafür interessiert, sollte sich beraten lassen.
Neben den klassischen Medikamenten gehören diverse Instrumente in die Hausapotheke. Das sind etwa ein Fieberthermometer ohne Quecksilber, eine rostfreie Schere, die im Haushalt sonst nicht benutzt wird, eine Inox-Pinzette, eine Lupe und eine Taschenlampe. Hinzu kommen Pflaster in diversen Grössen, Sprühpflaster für grossflächige Schürfungen, Desinfektionsmittel, Verbände, Kompressen, Kühlkompressen (im Kühlfach lagern) und Steri Strips, die bei kleinen Wunden, die nicht genäht werden müssen, für eine schönere Vernarbung sorgen.

Haltbarkeit beachten

Ein Mal im Jahr sollte eine Hausapotheke sorgfältig aussortiert werden. Die Herstellerfirmen garantieren bei korrekter Lagerung eine einwandfreie Wirkung ihrer Produkte bis zum aufgedruckten Ablaufdatum. Bei bereits geöffneten Tuben, Säften, Tinkturen oder Tropfen gibt es keine einheitlichen Aufbrauchsfristen. Die jeweils maximale Haltbarkeit nach Anbruch des Arz-

Vorsicht mit Pillenmix

Kombiniert können gewisse Arzneien anders wirken. Auch die Gefahr von Wechselwirkungen nimmt bei gleichzeitiger Einnahme von mehreren Medikamenten zu. Wer in der Apotheke Arzneimittel mit oder ohne ärztliches Rezept kauft, sollte die Apothekerin oder den Apotheker deshalb immer darauf hinweisen, welche Pillen er sonst noch regelmässig zu sich nehmen muss. Die Apothekerinnen und Apotheker legen grossen Wert auf eine ganzheitliche und altersgerechte Beratung ihrer Kundschaft.

neimittels steht auf der Packungsbeilage. Die Medikamente sollten deshalb in der Originalverpackung aufbewahrt werden. Am besten ist es, das Datum der Erstöffnung gleich auf die Schachtel zu schreiben – nur so besteht eine Kontrolle. In Notfällen sollte man derweil seinen gesunden Menschenverstand walten lassen. Pflaster sind zum Beispiel einige Jahre lang haltbar. Falls bei einer Schnittwunde nur ein «abgelaufenes» Pflaster auffindbar ist, kann man dieses selbstverständlich benutzen. Die Haftfähigkeit ist dann unter Umständen nicht mehr optimal, reicht aber sicher aus bis zum Kauf einer neuen Packung «Pflästerli». Anders verhält sich dies etwa bei Augentropfen, die steril sein müssen. Im Zweifelsfall sollte man sie nicht mehr benutzen. Und: Medikamente wie Antibiotika, die einem Patienten aufgrund einer bestimmten Erkrankung vom Arzt verschrieben worden sind, dürfen nicht in den häuslichen Medikamentenvorrat aufgenommen und möglicherweise ohne Konsultation einem anderen Familienmitglied verabreicht werden.

Richtige Aufbewahrung

Badezimmer oder Küche sind für die Aufbewahrung der Hausapotheke nicht ideal. Licht, Feuchtigkeit und zu hohe Raumtemperaturen können die Lebensdauer der Medikamente und Materialien verkürzen oder ihre Wirksamkeit beeinträchtigen. Besser geeignet wären ein Korridor oder das Schlafzimmer. Die Lagerungstemperatur sollte nicht über 25 Grad betragen. Die häusliche Apotheke muss an einem Ort untergebracht sein, der nicht der Sonne ausgesetzt ist und sich zur Sicherheit in einer Höhe von rund 1 Meter 60 über dem Boden befindet. In einem Haushalt mit kleinen Kindern wäre ein Kästchen mit einer speziellen Schliessvorrichtung praktisch. Das muss nicht unbedingt ein Schloss mit Schlüssel sein, denn dieser kann rasch verloren gehen und ist im Notfall dann sicher nicht auffindbar.

Medikamente korrekt entsorgen

Pillen & Co. gehören nicht in den normalen Hausmüll. Es ist auch nicht erlaubt, sie die Toilette hinunterzuspülen. Im Kanton Bern nehmen alle Apotheken abgelaufene, angebrochene oder überzählige Medikamente von privaten Haushalten in normalen Haushaltsmengen anstandslos für die korrekte Entsorgung zurück. Privatpersonen können jederzeit mit ihrer Stammapotheke Kontakt aufnehmen und sich bei der Zusammenstellung und Aussortierung ihres Medikamentenvorrats individuell beraten lassen. Betriebsapotheken müssen unterschiedlich bestückt sein. Ihr Inhalt richtet sich nach der Grösse und dem Tätigkeitsbereich des Unternehmens. Aber auch hier besteht die Möglichkeit einer jährlichen Kontrolle und Ergänzung des Bestandes durch die Apotheken.

Was sollte in den Ferien dabei sein?

Der Inhalt einer Reiseapotheke kann sehr unterschiedlich sein. Er richtet sich nach dem Reiseziel, der Reisedauer, dem Reisestil (Trekking oder All-Inclusive-Hotel) sowie nach dem Alter und dem Gesundheitszustand der Reisenden. Im Normalfall ist das Mitführen folgender Arzneien oder Heilmittel sinnvoll: Sonnenschutz mit hohem Schutzfaktor, kühlende Lotion oder Gel bei Sonnenbrand, ein leichtes Schmerzmittel, Antihistaminikum/Antiallergikum bei allergischen Reaktionen, Mittel gegen Durchfall, Fieber, Halsschmerzen, Verbandsmaterial und Desinfektionsspray zur Erstversorgung von kleinen Wunden. Fieber- und Schmerzzäpfli für Kinder können in heissen Ländern weich werden. Sie verlieren dadurch an Wirkung und sind kaum mehr einführbar. Interessierte können in der Apotheke ihrer Wahl Checklisten beziehen, die sich mit der Reisethematik befassen. Ganz wichtig: sich früh genug über nötige Impfungen informieren und ans Mitführen der persönlichen Medikamente denken. Die Temperaturvorgaben können mit geeigneten Kühlboxen oder Kühltaschen eingehalten werden.

Weitere Apotheken in der Region

Bahnhofapotheke Drogerie Langnau
Manfred Fankhauser, Dr. pharm.,
dipl. Fachapotheker FPH
Dorfstrasse 2, 3550 Langnau
Tel. 034 402 12 55

COOP Vitality Apotheke Langnau
Rosa Bonafini, eidg. dipl. Apothekerin
Sägestrasse 37, Ilfis-Center, 3550 Langnau
Tel. 034 402 40 41

DROPA Drogerie Apotheke Langnau
Ursula Hutmacher, dipl. Apothekerin FPH
Schlossstrasse 1a, 3550 Langnau
Tel. 034 402 82 82

Amavita Grosse Apotheke Burgdorf
Muriel Flückiger, eidg. dipl. Apothekerin,
Offizinapothekerin FPH
Bahnhofstrasse 61, 3400 Burgdorf
Tel. 058 851 32 40

Apotheke Ryser AG Burgdorf
Peter Ryser, dipl. Fachapotheker FPH
Lyssachstrasse 17, 3400 Burgdorf
Tel. 034 422 20 13

Bahnhofapotheke Zbinden AG
Thomas Zbinden, Offizinapotheker FPH
Bahnhofstrasse 13, 3400 Burgdorf
Tel. 034 426 22 72

Der Autor
Michael Schröter
Dipl. Apotheker, FPH

Kontakt:
Toppharm Apotheke Schröter Kirchberg
Zürichstrasse 1, 3422 Kirchberg
Tel. 034 445 48 48
www.apothekekirchberg.ch

Zentrum für Verhütung, Sexualität und Familienplanung

Kontakte knüpfen, Netze spannen

In der «Berateria» des Spitals Emmental finden Jugendliche, Frauen, Männer oder Paare bei Fragen rund um Verhütung, Sexualität oder Familienplanung unkomplizierte, gezielte und rasche Unterstützung.

Schräge Dachbalken, ein Dachfenster, das die Sonne ins Zimmer scheinen lässt, ein runder Tisch, an dem man sich sofort wohl fühlt und eine Beraterin, die dank ihrer offenen, sympathischen Art unverzüglich Vertrauen weckt: Die Basis für Gespräche über die intimsten Momente und Probleme im Leben könnte besser nicht sein. Irene Aebischer, diplomierte Hebamme mit Nachdiplom in sexueller und reproduktiver Gesundheit, befasst sich täglich mit Dingen, über die viele Menschen nur ungern sprechen, die peinlich sein können, schambeladen, schwierig in Worte zu fassen und immer äusserst persönlich. «Oft ist es einfacher, mit einer unbekannten Person über Themen wie Sexualität, Schwangerschaft oder Verhütung zu reden als mit nahen Familienmitgliedern und sogar Freunden», weiss die Fachfrau. Das gilt für junge Menschen genauso wie für reifere Frauen und Männer.

Die Themen, die Jugendliche vorwiegend antreiben, sind neben dem Kennen- und Verstehenlernen des eigenen Körpers in erster Linie geeignete Verhütungsmethoden oder die «Pille danach». «Die Erstabgabe der Pille, eines Nuva-Rings oder Evra-Pflasters ist bei mir möglich», sagt Irene Aebischer. Die Nachkontrolle erfolgt in einem zweiten Schritt allerdings bei der Frauenärztin oder beim Frauenarzt der Jugendlichen. «Wer zu mir kommt, muss sich nicht am Empfang des Spitals anmelden. Der Ablauf ist relativ anonym und unkompliziert.» Bei Hilfesuchenden, die noch minderjährig sind, hält sich Irene Aebischer ebenfalls an die Schweigepflicht. «Je nach Situation bespreche ich mit den jungen Frauen und Männern, dass es günstiger wäre, die Eltern mit ins Boot zu holen. Die Lage kann sich dadurch entschärfen und eine ungeahnte Wendung nehmen. Häufig sind Mütter und Väter in Notfallsituationen nämlich viel verständnisvoller und hilfsbereiter, als es die Jugendlichen erwartet hätten. Ich brauche dafür aber in jedem Fall das Einverständnis meiner jungen Gesprächspartner.»

Neutral und wertfrei

Menschen in Krisen brauchen ein widerstandsfähiges soziales Umfeld. Dieses alleine kann allerdings keine Wunder bewirken. Oft tut der Blick von aussen allen Beteiligten gut. Irene Aebischer versucht, Netze zu spannen, eine Übersicht zu verschaffen, Kontakte zu anderen Institutionen, Ämtern, Ärzten oder Diensten zu knüpfen und auf diese Weise einen Weg aus dem Dilemma aufzuzeigen, in dem sich die Menschen befinden, die bei

ihr anklopfen. «Ich gehe die Gespräche wertfrei an, versuche zu verstehen, was abläuft, schaffe Rahmenbedingungen, damit eine selbstbestimmte Lösung gefunden werden kann, respektiere die Entscheidungen der Betroffenen und bleibe dabei neutral.»
Sei dies im Fall einer ungeplanten Schwangerschaft, die eine Krise im Leben einer Frau, eines Mannes oder eines Paares auslösen kann. Sei dies im Fall eines 15-jährigen Mädchens, das ungewollt schwanger geworden ist und sich nicht traut, mit seinen Eltern darüber zu reden. Die Beraterin erfährt im Gespräch, für das sie sich viel Zeit nimmt, was vorgefallen ist und unterstützt das Mädchen, das Paar oder die junge Frau dabei, Lösungen zu finden, die in ihr Leben, in das jeweilige familiäre Umfeld passen und mit denen die Betroffenen klar kommen.

Die Hilfesuchenden sollen dank der Beratung selbstbestimmte Lösungen für ihre Probleme finden.

«Auch die Väter von minderjährigen Schwangeren oder Männer überhaupt sind jederzeit bei mir willkommen. Es besteht die Möglichkeit eines separaten Gespräches zur Auseinandersetzung mit den jeweiligen Situationen.»
Oder sei dies im Fall eines Paares, das sich noch während der Schwangerschaft oder nach der Geburt seines Kindes über eine mögliche Unterbindung, über andere Verhütungsmethoden oder ganz allgemein über das Sexualleben in der Babyzeit Gedanken macht und sich näher informieren möchte.

Auch für Eltern gedacht

Die meisten Beratungen beschränken sich auf ein einziges Gespräch – sei es, weil es sich um reine Informationsabgabe handelt oder weil eine junge Frau die Pille möchte. «Konflikte lösen sich manchmal auch ganz von alleine, weil es in der Diskussion gelungen ist, einen anderen Blickwinkel aufzuzeigen oder etwas zu verändern, woran vorher niemand gedacht hat.» Junge Frauen oder Männer, die noch keinen Sex gehabt haben, können ebenfalls bei Irene Aebischer vorstellig werden. «Dabei geht es dann meistens ganz allgemein um Empfängnisverhütung, um die Frage nach der richtigen Kondomgrösse, um das erste Mal oder um den Monatszyklus bei Mädchen. Die Eltern sind in den Gesprächen willkommen, sofern dies für die Jugendlichen in Ordnung ist. Manchmal besuchen mich auch mehrere Freundinnen zusammen, weil die Hemmschwelle in der Gruppe niedriger ist.» Das gesamte Angebot der Berateria ist gleichzeitig auch für Eltern gedacht, die beispielsweise unsicher sind, wie sie ihre Kinder aufklären sollen oder andere Anliegen und Bedenken in Bezug auf die sexuelle Entwicklung ihres Nachwuchses haben.

Gelungene Beratung

Irene Aebischer muss jeweils eine dem Alter und der geistigen Reife ihres Gegenübers angepasste Sprache finden, damit ankommt, was sie sagen will. «Das kann anspruchsvoll sein, weil ich es mit Menschen aller Altersgruppen zu tun habe. Bei Workshops befasse ich mich beispielsweise mit Schülerinnen und Schülern, zuweilen auch mit geistig oder körperlich Behinderten. Im Rahmen der Beratungen treffe ich auf junge Menschen, Paare inmitten der Familienplanung oder Frauen in der Menopause.» Deren Lebenslagen, Erfahrungen, Erwartungen und Vokabular könnten unterschiedlicher nicht sein.
Ob die Beratungen nun unter die Haut gehen oder weniger aufwühlend sind – die Fachfrau kann sich abgrenzen und lässt die Probleme ihrer Gesprächspartner am Arbeitsplatz oder bespricht sie in der Supervision. «Ich habe grosse Freude an meiner Arbeit. Für mich ist eine Beratung gelungen, wenn die Betroffen sich in der Prozessbegleitung gut informiert und entlastet fühlen und ihren Weg wieder selbstständig weitergehen können.»

Gesetzliche Grundlagen

Die Berateria gibt es schon seit 1997. Seit 2007 steht sie unter der administrativen Leitung des Spitals Emmental und seit Anfang dieses Jahres befindet sie sich auch in den Räumen des Spitalkomplexes an der Oberburgstrasse. Der ärztliche Leiter der Familienplanungsstelle ist Dr. med. Matthias Scheidegger, Chefarzt der Gynäkologie/Geburtshilfe im Spital Emmental. Die Berateria ist eine von sieben regionalen Beratungsstellen im Kanton Bern, die Aufgaben der Berateria sind zwischen der Spital Emmental AG und dem Kanton in einem Leistungsvertrag geregelt. Die Beratungsleistungen sind für die Hilfesuchenden grösstenteils kostenlos. Die Beratungsstelle steht der Bevölkerung der Region Emmental zur Verfügung und hat folgendes Angebot: Beratung über die verschiedensten Verhütungsmethoden; Anpassung eines Diaphragmas (kostenpflichtig); Abgabe der «Pille danach» und Schwangerschaftstests (beides kostenpflichtig); Informationen über Körperentwicklung, Zyklus und Geschlechtskrankheiten; wertungsfreie Beratung im Falle einer ungeplanten Schwangerschaft; Begleitung bei der Entscheidungsfindung (Schwangerschaft austragen, Schwangerschaft abbrechen; Adoption); Beratung vor und nach einem Schwangerschaftsabbruch; Beratung und Informationen bei Fragen oder Schwierigkeiten rund um die Sexualität; Beratung nach sexueller Gewalt und Vernetzung mit den zuständigen Stellen; Workshops zum Thema «Verhütung und Sexualität» in Schulen, Heimen und anderen Institutionen; Pränataldiagnostik: unabhängige Beratung zu möglichen Untersuchungen in der Schwangerschaft usw.

Die Auskunftsperson
Irene Aebischer, Beraterin

Kontakt:
Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 24 42
Neu: WhatsApp Tel. 079 899 99 73
(geöffnet: Mo bis Do)
berateria@spital-emmental.ch, www.berateria.ch

Extra:
Link zur Website der Berateria

Bauarbeiten dahlia Langnau

Wohnorte zum Wohlfühlen

In Langnau schafft dahlia an beiden Standorten, im Lenggen sowie im Oberfeld, zeitgemässen Wohnraum. Die Bewohnerinnen und Bewohner sollen sich in den neuen Räumlichkeiten geborgen und gut aufgehoben fühlen.

Baulärm, grosse Maschinen und Dutzende von Arbeitern und Handwerkern mit Schutzhelmen und Werkzeugen gehören momentan rund ums Alters- und Pflegeheim dahlia in Langnau zum Alltag. An beiden Standorten, im Oberfeld und im Lenggen, wird gebaut, damit die Bewohnerinnen und Bewohner künftig in modernen, zeitgemässen Räumlichkeiten leben können. «Die Infrastruktur im Oberfeld entsprach nicht mehr den heutigen Standards, die Zimmer sind zu klein und die Nasszellen enthalten lediglich ein WC und ein Lavabo und keine Dusche. Und auch die Zimmer im Lenggen, die bis jetzt mehrheitlich von zwei Personen bewohnt wurden, sind nicht zeitgemäss und genügen unserem Bedürfnis nach Privatsphäre nicht», sagt dahlia-Direktor Urs Lüthi.

Das Projekt in Kürze

Am Standort Lenggen, wo 138 Plätze für Menschen mit einem hohen Betreuungs- und Pflegebedarf zur Verfügung stehen, entsteht seit dem Frühjahr 2015 ein dreigeschossiger Neubau mit 50 grosszügigen Einzelzimmern mit rollstuhlgängiger Nasszelle. Für die drei Wohngruppen zu einmal 14 und zweimal 18 Personen wird auf jedem Stockwerk ein grosszügiger Aufenthalts-, Ess- und Küchenbereich mit Balkon oder Terrasse geschaffen, die Zimmer der Bewohnerinnen und Bewohner sind rund um diesen Bereich angeordnet. Nach der Fertigstellung im Frühling 2017 werden die Zimmer im alten Gebäude sanft saniert und die 64 Zweierzimmer zu Einzelzimmern umgebaut – die Bewohnerzahl bleibt insgesamt gleich. Ein unterirdischer Gang verbindet die beiden Gebäude. Westlich vom Heimneubau baut dahlia ein dreistöckiges Gebäude für die Stiftung BWO Langnau: Hier werden 24 schwer geistig oder mehrfach beeinträchtigte Erwachsene in drei Wohngruppen leben; das Erdgeschoss dient der Beschäftigung und der Verwaltung. Das dahlia Oberfeld, wo 45 Menschen mit Betreuungs- und Pflegebedarf leben, erhält einen dreigeschossigen Erweiterungsbau, der nordöstlich an das bestehende Gebäude anschliesst. Im Erdgeschoss entstehen neun, im ersten und zweiten Stock je zwölf Zimmer. Auch hier erhält jedes Stockwerk einen eigenen Aufenthalts- und Essbereich sowie einen Balkon oder eine Terrasse. In der Attika werden zudem sechs Studiowohnungen sowie eine Zweizimmerwohnung für Seniorinnen und Senioren gebaut, die noch selbstständig wohnen

können und welche die Möglichkeit haben, die Dienstleistungen vom dahlia à la carte zu beziehen. Nach dem Umzug, der bereits für diesen Sommer geplant ist, wird die bestehende Liegenschaft an der Oberfeldstrasse saniert, die Küche modernisiert und um zehn Meter versetzt. Insgesamt verbleiben zwölf Zimmer in diesem Gebäudeteil; diese erhalten neue Fenster, Böden und einen frischen Farbanstrich. Der älteste und grösste Teil des Altbaus wird abgerissen – die frei werdende Fläche wird als Garten genutzt werden.

Viel Bewegungsfreiheit

Zwar wurden für beide Standorte unterschiedliche Planungs- und Architekturbüros beauftragt, doch die Zusammenarbeit funktioniert ausgezeichnet, wie alle Beteiligten betonen. Der Ersatzneubau wurde von der Genossenschaft für Leistungsorientiertes Bauen GLB in Emmenmatt geplant, für den Neubau im Lenggen zeichnet die Planergemeinschaft Müller und Partner Architekten AG und Furter Architekten aus Langenthal verantwortlich. «Die Gebäude unterscheiden sich zwar grundsätzlich, doch viele Räume werden an beiden Standorten ähnlich aussehen», sagt Urs Lüthi, «wir verwenden, wo immer möglich, die gleichen Materialien, wie beispielsweise beim Boden, den Armaturen im Bad, Türgriffe und Lampen in Zimmern und Gängen, auch der Wandabrieb und einzelne Teile der Farbgebung werden gleich sein. Das generiert insbesondere im Betrieb spürbare Synergien.»

Das Layout der Neubauten wurde in intensivster Zusammenarbeit mit dem Planerteam konzipiert. «Wir wollen einen aktiven, lebendigen Wohnraum gestalten; die Bewohnerinnen und Bewohner sollen möglichst viel Bewegungsfreiheit haben», so Urs Lüthi. «Das neue Gebäude wird offener, hat grössere Räume und wirkt dank den Holzverkleidungen sehr gemütlich. Und der Aufenthaltsraum auf jedem Stockwerk mit Sitzgelegenheiten, Polstergruppen und einem Stammtisch wird hoffentlich auch zu einem Ort der Begegnung», sagt auch Planer und Bauleiter Thomas Lehmann, verantwortlich für den Erweiterungsbau Oberfeld.

Der aktiv gestaltete Wohnraum erlaubt den Bewohnern viel Bewegungsfreiheit.

Wichtig war der Bauherrschaft, dass die dahlia-Mitarbeitenden von Anfang an in die Bauprojekte miteinbezogen waren. Alle betroffenen Bereiche sind in beiden Projektteams vertreten und das «Know how des Betriebs ist voll und ganz in die Planung eingeflossen», betont Urs Lüthi. «Dank diesem ständigen Austausch konnten wir einen Grundriss entwerfen, der für die Mitarbeitenden kurze Wege bedeutet, sodass sie schlussendlich mehr Zeit für die Bewohnerinnen und Bewohner haben», unterstreicht Beat Müller, Architekt des Lenggen-Neubaus, «denn im Mittelpunkt all unserer Planung stand der Mensch.»

Herbstfarben schaffen Geborgenheit

Ein wichtiges Gestaltungselement in beiden neuen Gebäuden ist die Farbgebung. Das bis ins letzte Detail durchdachte Farbkonzept soll eine positive Stimmung und Leben in den Heimalltag bringen und gleichzeitig ein Gefühl von Wohlbefinden und emotionalem Aufgehobensein erzeugen. «Ganz allgemein müssen in Alterszentren kräftige Farben verwendet werden, denn bei dieser Bewohnergruppe ist die Sehkraft oft reduziert», sagt der Innenarchitekt und Farbexperte Kurt Tschanz aus Steffisburg und fährt fort: «Wichtig ist auch, dass die Kontraste zwischen Wand und Boden gut sichtbar sind. Für viele Heimbewohner, die mit dem Rollator unterwegs sind und den Blick eher nach unten gerichtet haben, ist dies eine Art Orientierungshilfe.» Entsprechend der Lebensphase der Heimbewohner werden kräftige, frische Herbstfarben das künftige Erscheinungsbild der Unterkünfte dominieren: Braun (in Form des Holzbodens), saftige Grün- und Rottöne an Wänden und Türen sowie Gelb oder Violett.
Die Bewohner sollen sich hier zu Hause fühlen, sagt Architekt Müller, «darum versuchen wir, mit Farben, Bildern und unterschiedlichen Materialien einen abwechslungsreichen Lebensraum zu schaffen.» Bilder von den vier Jahreszeiten, von Landschaften aus der nahen

Planungssitzung auf der Baustelle Lenggen

Architekt und Bauleiter, Baustelle Oberfeld

Umgebung oder von markanten Emmentaler-Häusern sollen einen Bezug zur Vergangenheit der Bewohnerinnen und Bewohner darstellen und dafür sorgen, dass sie sich im dahlia geborgen fühlen. Dazu beitragen wird sicherlich auch der grosse, geschwungene Kachelofen in den Aufenthaltsräumen des Lenggen mit mehreren Sitzplätzen, von denen man beste Aussicht aufs Geschehen rundherum hat und wo man mit seinen Mitbewohnern das eine oder andere Schwätzchen führen kann.

Zimmer mit Privatsphäre

Nebst heimeligen und ansprechenden Gemeinschaftsräumen zum Wohlfühlen legen die Planer aber auch viel Wert auf die Privatzimmer der Bewohnerinnen und Bewohner. Diese sind grosszügig gestaltet und lassen durch die grossen Panoramafenster viel Licht hinein. «Die Zimmer sollen Wohnlichkeit und keine Spitalatmosphäre ausstrahlen», sagt Architekt Müller. Auch hier kommt der Farbgestaltung eine wichtige Rolle zu. Eine neutrale, weisse Wand erlaubt den Bewohnerinnen und Bewohnern, ihre Bilder oder Erinnerungsstücke aufzuhängen, während eine Gelb- und Grünfläche beim Bettbereich Wärme und Geborgenheit vermitteln soll. Während im Oberfeld die Handwerker demnächst den Zügelmännern Platz machen, müssen sich die Lenggen-Bewohner noch bis nächsten Frühling gedulden. Eins ist aber sicher: «Die Bauarbeiten waren für viele der Bewohner sicher ein Highlight, viele haben uns stundenlang zugeschaut», so Architekt Beat Müller. Urs Lüthi ergänzt: «Alle haben sehr positiv auf die Arbeiten reagiert und die meisten freuen sich jetzt auf die Einzelzimmer – es gibt aber auch Bewohnerinnen und Bewohner, die sich am liebsten gar nicht von ihren Mitbewohnern trennen.»

Die Auskunftspersonen

Urs Lüthi
Direktor dahlia Verein

Beat Müller
müller + partner architekten
Eichenweg 16, 4900 Langenthal
Tel. 062 923 22 12
b.mueller@mueller-partner-ag.ch

Thomas Lehmann
Genossenschaft für leistungsorientiertes Bauen GLB
Schüpbachstrasse 26, 3543 Emmenmatt
Tel. 034 408 17 17
tlehmann@glb.ch

Kurt Tschanz
innen.raum
Aumattweg 48, 3613 Steffisburg
Tel. 033 222 70 59
kurt.tschanz@innen-raum.ch

Kontakt:
dahlia Verein
Lenggen 599, 3550 Langnau
Tel. 034 408 31 11
lenggen@dahlia.ch

Spitex-Finanzierung

Die Mär von steigenden Preisen

Die Spitex ermöglicht tagtäglich, dass Menschen trotz körperlicher oder psychischer Einschränkungen länger in ihrer gewohnten Umgebung leben können. Weil die Bevölkerung immer älter wird und zum Teil auch mehr Pflege benötigt, steigen die Gesundheitskosten, nicht aber die Kosten für die einzelnen Spitex-Leistungen.

«Spitex-Pflege wird teurer.» Über solche und ähnliche plakative Schlagzeilen ärgert sich Pius Müller, Fachverantwortlicher Spitex Burgdorf-Oberburg, mit wiederkehrender Regelmässigkeit. «Nicht unsere Leistungen werden teurer, doch unser Kostenanteil im Gesundheitswesen steigt aufgrund gesetzlicher und politischer Gegebenheiten und vor allem wegen der Zunahme der älter werdenden Bevölkerung.» Dies belegt auch die Statistik: Im Jahr 2014 haben schweizweit 268 715 Personen die Hilfe und Pflege der Spitex in Anspruch genommen – Tendenz aufgrund der demografischen Entwicklung steigend. Die meisten dieser Klienten wurden von öffentlichen Non-Profit-Spitex-Organisationen betreut, nämlich 220 623. Bei über 80 Prozent dieser Personen wurden pflegerische Leistungen verrechnet, fast die Hälfte dieser Klienten war über 80 Jahre alt. Die restlichen 20 Prozent nahmen vor allem hauswirtschaftliche und sozialbetreuerische Dienstleistungen in Anspruch.

Mehr Leistungen

«Wir betreuen zunehmend mehr Leute und erbringen komplexere Pflege- und Betreuungsleistungen», so Pius Müller, «nicht zuletzt deshalb, weil ältere Leute häufiger an mehreren Krankheiten leiden und auch länger zu Hause bleiben möchten.» Ein weiterer Punkt ist auch, dass viele Patienten nach einem Spitalaufenthalt oder einer Operation rascher entlassen werden; diese brauchen dementsprechend im Anschluss eine intensivere Pflege – «eine Nachbehandlung, die bis vor einigen Jahren noch von den Spitälern übernommen wurde.»

Bild: Spitex Verband Schweiz, Monika Flückiger

Komplexes Finanzierungsmodell
Die öffentliche Spitex hat einen Versorgungsauftrag und muss garantieren, dass alle Menschen in ihrem Einzugsgebiet zu Hause gepflegt werden können, unabhängig von Wohnort oder Einkommen. Die Finanzierung der Spitex beruht auf drei Säulen: den Tarifen der Krankenkassen, der Selbstbeteiligung der Patienten und der Restfinanzierung durch die öffentliche Hand beziehungsweise im Kanton Bern durch den Kanton. Die Pflegetarife werden vom Bundesrat festgelegt, die Krankenkassen übernehmen die Leistungen in der Grundversicherung (exklusive Selbstbehalt), wenn sie vom Arzt verordnet wurden. Nicht von der Krankenkassen-Grundversicherung bezahlt werden hauswirtschaftliche Leistungen. Sie sind teilweise durch die Zusatzversicherung der Krankenkassen abgedeckt.

Klare Regelungen
Die Finanzierung durch die öffentliche Hand ist im Leistungsvertrag mit der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern genau geregelt. Im April 2012 hat der Kanton Bern zudem die nach Einkommen abgestufte Patientenbeteiligung eingeführt; über 65-Jährige mit einem anrechenbaren Einkommen resp. Vermögen von über 50 000 Franken müssen maximal Fr. 15.95 pro Tag selber tragen. Die Entschädigungen des Kantons pro Einwohner und pro geleistete Stunde sowie die Spitex-Tarife decken allerdings nicht alle Kosten: «Unsere Öffentlichkeitsarbeit, Weiterbildungen, palliative Begleitung sowie die Beratung von pflegenden Angehörigen von Nicht-Spitex-Klienten beispielsweise können wir nicht verrechnen», so Pius Müller, «für diese kommt der Spitex-Verein selber auf.» Die Spitex erbringt ihre Dienstleistungen auf der Grundlage von klaren, transparenten Regelungen, «doch das ganze Abrechnungswesen ist sehr kompliziert, und auch die Administration benötigt immer mehr Zeit», sagt der Fachverantwortliche. «Dennoch ist für uns der Austausch mit unseren Klienten immer noch die grösste Motivation in unserer Arbeit.»

Die Spitex erbringt ihre Dienstleistungen auf der Grundlage von klaren, transparenten Regelungen.

Die Auskunftspersonen

Pius Müller
Fachverantwortlicher Spitex Burgdorf-Oberburg

Kontakt:
Spitex Burgdorf-Oberburg
Farbweg 11, 3400 Burgdorf
Tel. 034 420 29 29
info@spitexburgdorf.ch
www.spitexburgdorf.ch

Cornelia Steinmann
Geschäftsleiterin Spitex Region Emmental

Kontakt:
Spitex Region Emmental
Bädligässli 6, 3550 Langnau
Tel. 034 408 30 20
info@spitex-re.ch
www.spitex-re.ch

Marianne Hofstetter
Geschäftsleiterin ad interim Spitex Region Konolfingen

Kontakt:
Spitex Region Konolfingen
Zentrum, Dorfstrasse 4c,
3506 Grosshöchstetten
Tel. 031 770 22 00
info@spitex-reko.ch
www.spitex-reko.ch

Notfallmedizin Spital Emmental

Gut laufender Notfall nützt allen

In einem Akutspital gilt der Notfall als Dreh- und Angelpunkt und eigentlicher Motor des gesamten Unternehmens. Umso wichtiger, dass alle Notfallprozesse bestens funktionieren, aufeinander abgestimmt sind.

Immer mehr Notfallpatienten, immer grösseres Angebot: Heute wird ein Spitalnotfallbetrieb vor viele neue Anforderungen gestellt, die nur mit optimierten Abläufen und periodisch angepassten Prozessen erfüllt werden können. Das verlangt einer Organisation einiges ab. Dazu gehört selbstverständlich auch eine Infrastruktur, die den heutigen Ansprüchen hinsichtlich Platzverhältnisse und Privatsphäre gerecht wird – und über eine solche Infrastruktur auf modernstem Stand verfügt das Spital Emmental nach dem bereits erfolgten Umbau des Notfalls am Spital Langnau und nach Abschluss der Bauarbeiten auch am Spital Burgdorf.

Von banal bis komplex

Notfallpatienten sind in der Regel Patienten, die sowohl subjektiv wie auch durch ärztliche oder rettungsdienstliche Zuweisung rasche ärztliche und pflegerische Hilfe in Anspruch nehmen wollen, respektive müssen. Das Spektrum reicht von banalen Verletzungen bis zu unmittelbar schwerer gesundheitlicher Beeinträchtigung durch Unfälle oder Erkrankungen.
Das Spital Emmental bietet den Menschen im Emmental nicht nur eine qualitativ hochstehende medizinische Grund- und Akutversorgung, sondern gewährt auch den Ambulanz- und Rettungsdienst sowie einen 24-Stunden-Notfalldienst. Ein interdisziplinäres Notfallteam kümmert sich in Burgdorf und Langnau um die Patienten, stellt eine kompetente Erstversorgung bei Erkrankungen und Unfällen sicher, versorgt Wunden aller Art, führt Abklärungen durch und sorgt dafür, dass die Patienten entweder stationär aufgenommen werden, von Fachspezialisten weiterversorgt oder mit einer Diagnose und nach einer Erstbehandlung wieder nach Hause geschickt werden. Alleine im letzten Jahr wurden fast 13 000 Notfallpatienten in Burgdorf und Langnau versorgt – Tendenz steigend. Ein Drittel davon wurde stationär im Spital aufgenommen.

Situation soll entschärft werden

Durch die zunehmenden Notfallzahlen ist die Infrastruktur der Notfallstation Spital Emmental am Standort Burgdorf mit acht Behandlungskojen an ihre Grenzen gestossen. Zumal ein moderner Notfall mit Triagesystem auch stärkere räumliche Trennungen verlangt. In den engen Räumlichkeiten des heutigen Notfalls sind diese zu wenig möglich. Der Neubau wird dieser Tatsache prioritär Rechnung tragen, sowohl in Bezug der Anzahl Behandlungsräume wie auch der Abgrenzung der Räume untereinander. Damit der Betrieb auch bis zur Eröffnung des neuen Notfalls im November 2017 am Standort Burgdorf effizient abläuft, sind verschiedene Massnahmen geplant. Dazu gehört unter anderem die Einführung eines validierten Triagesystems. Damit wird die Einteilung der Notfallpatienten nach Schweregrad ermöglicht und somit die Behandlungsdringlichkeit festgelegt. Diese Massnahme ermöglicht es, die Patienten dem optimalen Behandlungsprozess zuzuführen und so die Wartezeiten und die Behandlungszeiten zu verkürzen. Einen Teil dieses

Triagesystems stellt der Hausarztposten am Standort Burgdorf dar, der schon heute durch die lokal ansässigen Hausärzte in Randzeiten und an den Wochenenden betrieben wird. Neu soll zur Entflechtung leichter, mittlerer und schwerer Notfälle ein erfahrener Spitalarzt das Angebot auch unter der Woche tagsüber sicherstellen. Ziel ist, dass mit der Triage während des ganzen Jahres rund um die Uhr leichtere Bagatellfälle vor Ort aussondiert und zeitgerecht behandelt werden, während die mittelschweren und schweren Fälle direkt ins Notfallsystem der Notaufnahme eingeschleust werden können.

Notfallzahlen-Analyse

Geplant ist auch eine anonymisierte, statistische Auswertung der Notfälle. Sie soll den langfristigen Trend der Stosszeiten und die Art der notwendigen Behandlungsmodalitäten über den Tag aufzeigen. Mit dieser Notfall-Analyse können dann sowohl das betreuende Personal den Disziplinen und den Schweregraden der Erkrankungen entsprechend aufgeboten und so Notfall-Spitzenzeiten besser abgefedert werden. Die meisten Fälle – das zeigt die beobachtete Praxis schon heute – suchen den Notfall am späten Vormittag auf. Dann nehmen die Patientenzahlen wieder leicht ab und erreichen einen zweiten Höhepunkt am späteren Nachmittag und gegen Abend sowie an Wochenenden. Mit belegbaren Daten können Personal- und Einsatzstärke den effektiven Patientenzahlen angepasst und optimiert werden, was wiederum den Patienten zugutekommt: Mit optimierter Planung werden Wartezeiten zwar nicht eliminiert, aber reduziert.

Das Spektrum der Notfallpatienten richtet sich im Spital Burgdorf stark nach den im Spital angebotenen Fachspezialitäten wie etwa der Onkologie oder der Nephrologie. Als Beispiel sei der Dialyse-Patient der Nephrologie genannt, der akut wegen Wasser auf der Lunge schlecht atmen kann und deshalb über die Notfallpforte eintritt. Hier spielt die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Notfall und den ambulanten Sprechstunden und der stationären Medizin eine grosse Rolle. Es profitieren alle von den kurzen Wegen im Spital und den persönlichen Kontakten innerhalb der Ärzteschaft. – Ein Vorteil eines mittelgrossen Regionalspitals, das überschaubare Tätigkeitsbereiche und Abläufe bietet und als Einheit so «regionalen» Zentrumscharakter aufweist.

Weiterbildung ausbauen

Es ist von herausragender Bedeutung und wird auch von allen Fachgremien immer wieder hervorgehoben, dass die adäquate Aus- und Weiterbildung des Pflegepersonals speziell gefördert wird. Es wird empfohlen, dass mindestens die Hälfte der Pflegemitarbeitenden über ein Nachdiplomstudium in Notfallpflege (NDS Notfallpflege HF) verfügen: Die steigenden Anforderungen im Notfallbereich, die mit der geplanten Notfall-Statistik auch konkret in Zahlen aufgezeigt werden kann, verlangen aufgrund der Komplexität einzelner Fälle speziell geschultes Personal, das über das zweijährige berufsbegleitende Nachdiplomstudium in Notfallpflege verfügt. In einem modernen qualitativ aufgewerteten Notfall wird Wert auf Expertenmeinung von Pflegefachpersonen mit Zusatzausbildung gelegt. – Diese ist nicht in jedem Fall nötig und soll – auch hier kommt die geplante Datensammlung aus dem Notfall zum Einsatz – noch gezielter und effizienter eingesetzt werden.

Neue Angebote, heute und in Zukunft

Der künftige Notfall am Spital Burgdorf wird nicht nur über mehr Kojen und genügend Besprechungsräume für Patientengespräche verfügen, sondern auch über einen freundlich hellen Hausarztposten mit genügend grossen Sprechzimmern. Spätestens dann bietet dieser Hausarztposten tagsüber auch die Gelegenheit, weniger schwer kranke Patienten in diesen Räumlichkeiten zu behandeln. Das konkrete Betriebskonzept wird zeitgerecht vom Notfallteam in enger Zusammenarbeit mit den Hausärzten und allen Spitalärzten erarbeitet.

Dank besseren Platzverhältnissen werden im neuen Notfall auch Notfallsonografien möglich sein, also Ultraschalluntersuchungen, die bislang systematisch exklusiv auf der Radiologie durchgeführt werden mussten, was – je nach Auslastung – die Wartezeiten im Notfall ansteigen liess. Mit dem ausgebauten Notfall-Ultraschall-Equipment wird das Notfallteam in der Lage sein, niederschwellig und schnell komplette Ultraschalluntersuchungen durchführen zu können. Dieses Angebot soll pilotmässig schon in den bestehenden Notfallräumlichkeiten mit einem mobilen Ultraschallgerät, das auch in den Kojen zur Untersuchung eingesetzt werden kann, realisiert werden. Derzeit laufen die entsprechenden Evaluationen.

Räumliche Anpassungen auch im Notfall Langnau

Zwischen Mai und August 2016 wird der Notfallbereich des Spitals Langnau für rund 500 000 Franken baulich angepasst. Es entsteht ein Warteraum für Patienten und Angehörige, Untersuchungs- und Behandlungskojen werden erneuert, ergänzt und für das Personal zusätzliche Arbeitsplätze eingerichtet. Während den Umbauarbeiten bleibt der Betrieb des Spitalnotfalls aufrechterhalten. Der Umbau der Notfallstation in Langnau ist planerisch in der Schlussphase, die bauliche Umsetzung sollte im Herbst 2016 fertig sein.

Die Auskunftsperson
Felix Nohl, Dr. med., MME
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
Fähigkeitsausweis Klinische Notfallmedizin (SGNOR)
Stv. Chefarzt Medizin Burgdorf
Ärztlicher Leiter Notfallstationen

Kontakt:
Spital Emmental
Medizinische Klinik
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 23 00 (Sekretariat)
felix.nohl@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website des Notfalls des Spitals Emmental

Hotellerie Spital Emmental

Bewährtes und Neues kochen

In der Spitalgastronomie läuft es anders als im Restaurant: Unterschiedliche Anforderungen und Wünsche müssen unter einen Nenner gebracht werden. Damit dies gelingt, ist die Hotellerie des Spitals Emmental an den Standorten Burgdorf und Langnau gefordert.

Ums Sammeln von Gault-Millau-Punkten geht es weder Marcel Holzer, Leiter Hotellerie, noch Markus von Känel, Leiter Küchen. Auch streben sie mit der Spitalgastronomie des Spitals Emmental keinen Rang innerhalb der besten 845 Restaurants der Schweiz an. Aber ehrgeizig und qualitätsbewusst sind sie dennoch und machen viele fast unmögliche Patientenwünsche möglich.
Zum Beispiel braucht Patientin K. qualitative Diabetes-Kost, Patient M. hingegen herzfreundliches Essen – er mag allerdings weder Vollkornprodukte noch Gemüse. Patientin B. wiederum kann zurzeit nur flüssige Kost zu sich nehmen. Und sie leidet unter Laktose-Intoleranz... Im Durchschnitt erhalten zwei von drei Patienten eine individuell zusammengestellte Mahlzeit. Diese kann medizinisch begründet, das Resultat von persönlichen Abneigungen oder bestehenden Unverträglichkeiten sein.Eine enge Zusammenarbeit zwischen den Ernährungsberaterinnen und der Küche ist deshalb unabdingbar.

Auch das Auge isst mit

Zusätzlich spielt die Art, wie die Gerichte präsentiert werden, eine immer wichtigere Rolle. So isst ein Patient, der sich eben erst von einer Magenoperation erholt, vor allem auch mit den Augen. Für die Diätküche bedeutet dies, die Gerichte nicht nur nach den vorgegebenen Diätplänen und deren Rezepturen zuzubereiten, sondern die gewünschte Kostform auch schön auf dem Teller zu präsentieren. Das ist mit ein Grund, warum im Spital Emmental ab Sommer 2016 neu drei Diätköche/-köchinnen – bisher waren es zwei – ausgebildet werden.
Den Erwartungen seitens Patientenküche müssen und wollen die beiden Verantwortlichen von Hotellerie und Küche (beide sind erst seit ein paar Monaten im Spital Emmental im Einsatz) täglich gerecht werden. «Der Herausforderung Verpflegung stellen wir uns gern. Denn über dieses emotionale Feld können und wollen wir in dem uns vorgegebenen Rahmen Menschen glücklich machen», meint Marcel Holzer.

Nicht nur «Emmentaler Art»

Im Spital Emmental mit den Standorten Burgdorf und Langnau werden nicht nur Patientenessen zubereitet, sondern auch Mitarbeitende verpflegt. Und deren Ansprüche steigen ebenfalls: Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Regionalspitals setzen dabei auf Währschaftes, das immer noch sehr

gefragt ist, sind aber auch Neuem nicht abgeneigt. Allen voran die jüngeren Mitarbeitenden, die auf Reisen schon dieses und jenes Gericht ausprobiert, den Gaumen an Fremdes, Unbekanntes gewöhnt haben. Oder aber sie entdecken über den thailändischen Umweg ein an sich altes Schweizer Lebensmittel neu. Wie zum Beispiel Pak Choi. – Das unter dem Namen Senfkohl seit Jahrzehnten auch im Schweizer Seeland angebaute, aber in Vergessenheit geratene Kohlgemüse, wird nicht mehr nur in der thailändischen Küche gern verwendet, sondern ist auch in hiesigen Töpfen wieder en vogue. «Pak Choi passt zum Beispiel sehr gut zu Fisch. Dennoch steht der Senfkohl, obschon seit Grossmutters Zeiten bekannt, selten auf einer Menükarte. Das möchten wir ändern», sagt Markus von Känel. Dabei will der Leiter Küchen nach wie vor auf Bewährtes, Bekanntes und Beliebtes wie «Härdöpfustock und Suure Mocke» oder Lammvoressen «Emmentaler Art» setzen, aber auch mal einen asiatischen Glasnudelsalat mit grillierten Black-Tiger-Krevetten anbieten. «Ich möchte von den urchigen Emmentaler Gerichten mit Namen wie zu Gotthelfs Zeiten etwas weg kommen. Denn letztendlich – auch wenn ein ‹Grossvater-Wurstsalat› lustig klingen mag, weiss ich als Konsument nicht, was sich hinter dem Namen verbirgt. In einer modernen Küche scheint es mir wichtiger, Transparenz zu schaffen und Neues zu wagen.»
Dabei wolle man, betonen beide neuen Führungspersonen, die eigene Identität weder aus den Augen verlieren noch verunglimpfen. «Wir sind im Emmental, nicht an der Goldküste von Zürich. Und wir müssen auch nicht jeden Trend mitmachen, der in Gastrokreisen herumgeistert», gibt Holzer zu bedenken, aber wachsam wolle man bleiben, den Anschluss nicht verlieren und mit der Zeit gehen.

Modern – Menschlich – Mittendrin
Eine moderne Küche mit schonenden Garmethoden, mit frischen und möglichst regionalen Produkten, entspricht den drei «Ms» (Modern. Menschlich. Mittendrin.) des Spitals Emmental. Die Schlagworte als Leitmotive für eine Unternehmensphilosophie werden in der Gastronomie folgendermassen definiert: aktuell und zeitnah verpflegen, am Puls der Zeit sein und dabei den Menschen nicht aus den Augen verlieren. Dazu der Leiter Hotellerie: «Für mich stehen die Götter in Weiss nicht nur im Operationssaal, sondern auch am Herd. – Denn letztlich ist es das gemeinsame Essen, das die Mitarbeitenden verbindet, das über die Berufsgruppen hinaus wirkt und uns alle sinnlich abholt.» Dabei spiele ein mundendes Essen eine Rolle, das entsprechende Ambiente eine andere.
Die drei Leitworte «Modern. Menschlich. Mittendrin» des Unternehmens werden vielseitig gelebt. Modern wie: An beiden Standorten wird nach denselben Richtlinien mit identischem Menüplan gekocht. Dieselben Liefe-

Die moderne Küche mit schonenden Garmethoden und mit frischen und regionalen Produkten setzt auf Währschaftes und Neues zugleich.

ranten arbeiten nach gleichen Konditionen für das gesamte Unternehmen. Menschlich wie: Alle Mitarbeitenden arbeiten bei Bedarf an beiden Standorten. Aber auch: Über die Verpflegung wird Nähe erlebt, werden Emotionen gezeigt. Mittendrin wie: Es werden regionale Produkte verwendet und nach Möglichkeit Nahrungsmittel aus nachhaltiger und ökologischer Produktion berücksichtigt.

Hotellerie Spital Emmental

Die Hotellerie im Spital Emmental ist an beiden Standorten für die gesamte Patientenverpflegung zuständig, führt die beiden öffentlichen Restaurants und sorgt mit dem Inhouse-Service für die Sauberkeit und Wohnlichkeit in den beiden Spitälern. Sie beschäftigt 88 Mitarbeitende (inklusive Lehrlinge), 51 davon arbeiten in der Küche, 15 in der Restauration, 14 in der Hauswirtschaft , 5 in der Patientengastronomie und 3 in der Hotellerieleitung und im Sekretariat. Pro Tag werden in Burgdorf und Langnau rund 130 Patientenessen, 360 Mittagessen in beiden Restaurants sowie 60 Mahlzeiten für externe Kunden zubereitet. Pro Jahr werden rund 25 000 Liter Milch, 6500 Kilo Ruchbrot, 15 000 Kilo Kartoffeln und 6000 Kilo Kaffee verbraucht.

Zwei Standorte, ein Unternehmen
Seit acht Jahren sind die Standorte Langnau und Burgdorf zum Spital Emmental zusammengeschlossen. Als ein Unternehmen wird, wo möglich, zusammengearbeitet und Synergien genutzt. Zum Beispiel im Bereich Transportdienst, der mit einem firmeneigenen Lieferwagen die beiden Betriebe verbindet und drei Mal pro Tag mit Waren von Burgdorf nach Langnau fährt. Das können steriles Operationsbesteck sein, Waren aus der Apotheke und Lebensmittel aus der Küche wie gerüstete Kartoffeln oder in Burgdorf produzierte Patisserie.

Die Auskunftspersonen
Marcel Holzer
Leiter Hotellerie
Markus von Känel
Leiter Küchen

Kontakt:
Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 21 08 (Marcel Holzer)
Tel. 034 421 21 50 (Markus von Känel)
marcel.holzer@spital-emmental.ch
markus.von-kaenel@spital-emmental.ch

Extra:
Link zur Website der Hotellerie des Spitals Emmental

Neue Kaderärztin, -ärzte

Spital Emmental
Modern. Menschlich. Mittendrin.

Dr. med. Katrin Bergmann-Hug
Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin, Allergologie und klinische Immunologie
Leitende Ärztin Medizin Burgdorf, Allergologie und klinische Immunologie
Kontakt: Tel. 034 421 23 95 (Sekretariat)
allergologie@spital-emmental.ch

Dr. med. Peter Gedeon
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin und Gastroenterologie
Leitender Arzt Gastroenterologie
Kontakt: Tel. 034 421 23 10 (Sekretariat)
peter.gedeon@spital-emmental.ch

Dr. med. Bernhard Kessler
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin und Infektiologie
Leitender Arzt Infektiologie
Kontakt: Tel. 034 421 23 00 (Sekretariat)
bernhard.kessler@spital-emmental.ch

Dr. med. Felix Nohl
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin
Stv. Chefarzt Medizin Burgdorf, Ärztlicher Leiter Notfallstationen
Kontakt: Tel. 034 421 23 00 (Sekretariat)
felix.nohl@spital-emmental.ch

Dr. med. Thomas Wyder
Facharzt für orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates
Leitender Arzt Burgdorf und Langnau
Kontakt: Tel. 034 421 32 70 (Sekretariat)
thomas.wyder@spital-emmental.ch

PD Dr. med. Stephan Zbinden
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin und Kardiologie
Leitender Arzt Kardiologie Langnau
Kontakt: Tel. 034 421 33 39 (Sekretariat)
stephan.zbinden@spital-emmental.ch

Publikumsanlässe Herbst 2016

8. September, Ambulantes Zentrum Buchmatt, Burgdorf:
Borderline, Symptome und Behandlungsmöglichkeiten
Referentin: Dr. phil. Katrin Endtner, Standortleiterin ambulantes Zentrum Buchmatt

15. September, Burgdorf / 22. September, Langnau:
Guter Schlaf. Wie funktioniert das?
Referent: Dr. med. Martin Weber, Leitender Arzt Psychiatrie

6. Oktober, Burgdorf / 13. Oktober, Langnau:
Allergien. Neue Volkskrankheit
Referentin: Dr. med. Katrin Bergmann-Hug, Leitende Ärztin Medizin

20. Oktober, Burgdorf / 27. Oktober, Langnau:
Schäden am Meniskus
Referent: Dr. med. Taro Kusano, Leitender Arzt Orthopädie

3. November, Burgdorf / 10. November, Langnau:
Sexualität in der 2. Lebenshälfte
Referenten: Dr. med. Hansjörg Keller, stv. Chefarzt Gynäkologie, Dr. med. Markus Fatzer, Belegarzt Urologie und Irene Aebischer, Expertin Zentrum für Verhütung, Sexualität und Familienplanung

17. November Langnau / 24. November, Burgdorf:
Wenn die Leber durch Alkohol geschädigt ist
Referenten: Dr. med. Peter Gedeon und Dr. med. Stefan Bauer, Leitende Ärzte Gastroenterologie

Teilnahme an den Vorträgen (Beginn jeweils 19 Uhr, Dauer bis ca. 20 Uhr, anschliessend Fragerunde, Apéro) ist kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich. Vorträge mit dem Hinweis «Burgdorf» finden am Spital Emmental (Kurslokal), Oberburgstrasse 54, Burgdorf, statt. Jene mit dem Hinweis «Langnau» am Spital Emmental (Restaurant), Dorfbergstrasse 10, Langnau. Kurzfristige Programmänderungen siehe regionale Presse oder www.spital-emmental.ch

Nächste Ausgabe

Das Magazin erscheint wieder im Dezember 2016 unter anderem mit diesen Themen:
• Vorhofflimmern – die häufigste Herzrhythmusstörung • Wenn Divertikel zur Plage werden • Palliative Care: leichter leben mit schwerer Krankheit • Rückenschmerzfrei leben – das richtige Bett hilft