

KLINOPTIKUM

Ausgabe 4 | 13

Seite 17

Christbaum zu verschenken

Füße hochlegen und die Arme hinterm Kopf verschränken. Heuer können Sie mit etwas Glück den Weihnachtsbaumwahnwitz vermeiden. Unter allen Einsendungen verlost die Anstaltsleitung einen geschmückten Christbaum, der pünktlich vor dem Fest zu Ihnen nach Hause geliefert wird.

Seite 11

Freie Fahrt voraus

Mit dem Job-Ticket gratis zur Arbeit fahren.

Seite 30

Balsam für Seele und Haut

Wie Weihnachtspfeifen der Pflege nützen.

Seite 46

Ein Schluckerl in Ehren

Vom richtigen Umgang mit Alkohol – auch zu den Festtagen.





Impressum

Herausgeber: Steiermärkische
Krankenanstalten Ges.m.b.H.
Anstaltsleitung des LKH-Univ. Klinikum Graz

Redaktionsteam: C. Fartek (CF), S. Gasteiner
(SG), Mag. (FH) M. Haring (MH), DGT W.
Lawatsch (WL), Mag. (FH) S. Luttenberger
(SL), Mag. S. Pfandl-Pichler (SP),
G. Reithofer, MSc (GR), Mag. J. Stelzl (JS),
Mag. E. Zaponig (EZ)

Redaktionelle Koordination:
Stabsstelle PR (PR)

Grafisches Konzept:
cb.brand

Foto Titelseite:
Shutterstock/Studio Smart

Fotos:
El Paso Tonc, J. Fechter, S. Furgler, Gesund-
heitsfond Stmk/ARTige Bilder Fotografie
H. Loske, M. Grässl, Große Schützen Klei-
ne, C. Gschanes-Schweiger, Holding Graz,
KAGes-Archiv, Kleine Zeitung, Kliniken,
Klinikum-Archiv, G. Krejs, R. Kriesche,
S. Kuba, MR Film, P. Ott, A. Pachernegg,
DI M. Pernthaler Architekt ZT GmbH,
pixelio.de (Tony Hegewald, Simone Hainz,
Benjamin Klack, knipseline, Rike, Christoph
Schmotz), Redaktion Klinoptikum, W. Regal,
G. Schwager, M. Schreiner, shutterstock.com
(ekler, Gokce Gurellier, Johan Larson, nito,
Studio Smart, Jeff Thrower), Stabsstelle PR,
R. Steinwender, W. Stieber, Stiegl.at, B. Tiran,
G. Tscherne, UMJ/Volkskundemuseum

Produktion: W. Anzel

Druck: Dorrong OG, Graz

Dezember 2013
klinoptikum@klinikum-graz.at

Die Klinoptikum-Redaktion ist grundsätzlich um einen geschlechtergerechten Sprachgebrauch bemüht. Im Interesse einer guten Lesbarkeit verzichten wir aber weitestgehend auf Schreibweisen wie z.B. MitarbeiterInnen oder PatientInnnen und auf gehäufte Doppelnennungen. Wir bitten daher um Verständnis, wenn dies zu geschlechtsabstrahierenden und neutralen Formulierungen, manchmal auch zu verallgemeinernden weiblichen oder männlichen Personenbezeichnungen führt.



S. Furgler

Mag. Gebhard Falzberger (Betriebsdirektor), DKKS Christa Tax, MSc (Pflegedirektorin), ao. Univ.-Prof. Dr. Gernot Brunner (Ärztlicher Direktor)

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!

Dieses Heft, das Sie gerade in Ihren Händen halten, ist in zweierlei Hinsicht etwas Besonderes. Beginnend mit dieser Ausgabe wird Ihnen das Klinoptikum nach Hause geliefert. Damit möchten wir eine noch größere Reichweite schaffen und es allen Mitarbeitern erleichtern, sich über Neuigkeiten am LKH-Univ. Klinikum Graz zu informieren. Passend zum Erscheinungsdatum steht dieses Klinoptikum ganz im Zeichen von Weihnachten.

Der rote Faden dieser Ausgabe wird bereits auf der Titelseite gesponnen. Der geschmückte Weihnachtsbaum am Cover hat einen Grund. Unter allen Mitarbeitern verlosen wir heuer genau das: „einen Christbaum“ – Kugeln, Lametta und Lichter inklusive. Selbst die Lieferung und das Aufstellen übernehmen wir. Dem glücklichen Gewinner bleibt so mehr Zeit für die wirklich wichtigen Dinge im Advent:

Geschenke einpacken und Kekse naschen. Wie Sie am Gewinnspiel teilnehmen können, erfahren Sie auf der Seite 17. Viel Glück!

Jemanden, bei dem Weihnachten eine ganz besondere Bedeutung hat, lernen Sie im Interview (ab Seite 6) kennen. Er ist Hüter von etwa 300 Krippenfiguren, von denen er an die 60 selbst geschnitzt hat. O. Univ.-Prof. Dr. Günter Krejs erweitert sein Erbstück – eine seltene Iglauer Weihnachtskrippe – mit viel Liebe und Genauigkeit. Noch hat er dafür Platz – die Krippe nimmt schließlich erst ein halbes Zimmer ein.

Doch nicht nur Wohnungen und Häuser werden im Dezember hübsch gemacht, auch unser Klinikum wird jedes Jahr richtig weihnachtlich. Lesen Sie auf den Seiten 18/19, wie unsere Mitarbeiter es schaffen, Kliniken, Patienten und Kollegen auf den 24. Dezember einzustimmen – und wie viele Kekse, Packerln und Lichter es dafür braucht.

Woher all diese Bräuche, von denen wir hier sprechen, überhaupt kommen, erklärt uns die Chefkuratorin der Sammlung Volkskunde am Universalmuseum, Dr. Roswitha Orac-Stipperger, in einem Gastbeitrag (ab Seite 20). Und für all jene, die noch nach dem passenden (Wichtel-)Geschenk suchen, haben wir ein paar außergewöhnliche Tipps (Seite 67).

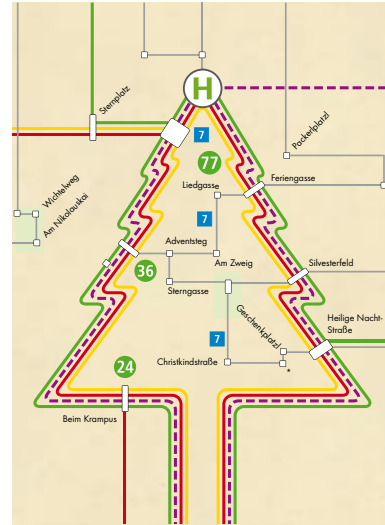
Zu guter Letzt hat auch die „Mitarbeitermobilität neu“ ihren Platz zwischen Christbäumen und Christkinderln gefunden. Das Konzept zur Verkehrsberuhigung am LKH-Univ. Klinikum Graz tritt ab 1. Jänner 2014 in Kraft. Damit – das können wir ruhig so sagen – machen wir uns allen gemeinsam ein großes Geschenk.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen und Ihrer Familie ein schönes Weihnachtsfest und erholsame Feiertage!

Ihre Anstaltsleitung



06



10

3

Vorwort
der Anstaltsleitung

6

Interview
Krippenspiel nach Krejs

10

Personelles
10 Freie Fahrt voraus
14 Neubesetzungen
15 Neu in Pension
17 Christbaum zu verschenken!

18

Vorhang auf
Weihnachten in XXL

20

Historisch
Adventkranz, Krippe und Christbaum –
eine Spurensuche

24

Medizin
24 Rot werden? Nein, danke!
27 Ein normales Leben für Hana
28 Unbezahlbar

30

Pflege
30 Balsam für die Seele – und für die Haut
34 „Enthusiastisch, beharrlich, neugierig“
35 Wir zeigen, dass es funktioniert

36

Recht aktuell
Umtausch, Eintausch, Rückgabe

24



50



40

QM & RM

- 40 Ein risikoarmes Lebkuchenrezept
- 42 Daran kann man sich messen
- 44 Gelebtes Risikomanagement

46

Ernährung

Ein Schluckerl in Ehren

50

Gesundheit

- 50 Keine Ausreden mehr
- 54 Tanzen mit dem Profi

56

Klinikblick

67

Kurz & Gut

Das können Sie sich schenken

68

Angeklickt

Auf direktem Weg zur richtigen Klinik

69

Was – Wann – Wo
Termine



INTERVIEW

Krippenspiel nach Krejs

So viele „Schnitzer“ wie er hat sich keiner erlaubt: o. Univ.-Prof. Dr. Günter Krejs, langjähriger Leiter der Klinischen Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie und Vorstand der Medizinischen Universitätsklinik von 1986 bis 2005, ist begnadeter Handwerker. Aus einem einfachen Stück Holz fertigt er die aufwendigsten Figuren. Braunbär Bruno lässt grüßen.

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



o. Univ.-Prof. Dr. Günter Krejs

o. Univ.-Prof. Dr. Günter Josef Krejs wurde 1945 in Waidhofen an der Ybbs geboren. Er ist emeritierter Ordinarius für Innere Medizin und ehemaliger Leiter der Klinischen Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie der Univ.-Klinik für Innere Medizin Graz. Von 1986 bis 2005 war Prof. Krejs Vorstand der Univ.-Klinik für Innere Medizin Graz. Prof. Krejs besitzt die österreichische Staatsbürgerschaft sowie die der Vereinigten Staaten von Amerika.

Eckdaten seiner medizinischen Laufbahn:

1969 Promotion in Wien, davor Ausbildung an den Universitäten in Wien und Zürich

1971 bis 1975 Facharztausbildung für Innere Medizin mit spezieller Berücksichtigung der Gastroenterologie in Zürich

1975 bis 1987 Zuerst Instructor, dann Assistant Professor, anschließend Associate Professor und nach 1984 Professor für Innere Medizin an der Universität von Texas, Health Science Center in Dallas, Southwestern Medical School, Dallas, Texas

Mitgliedschaften u. a. in der American Society for Clinical Investigation, der American Gastroenterology Association und der European Association for Gastroenterology, Endoscopy and Nutrition. Seit 2012 ist Prof. Krejs auch Sprecher (Sekretar) der Naturwissenschaftlichen Klasse der Sudendentdeutschen Akademie der Wissenschaften und Künste in München.



Herr Prof. Dr. Krejs, Sie haben ein ganz besonderes Hobby. Wie sind Sie denn zum Schnitzen gekommen?

KREJS: Ich habe eine Iglauer Weihnachtskrippe von meinen Eltern geerbt. Schon als Kind habe ich mich sehr dafür interessiert. Und als sie 1976 in meinen Besitz übergang, wollte ich sie gerne erweitern. In Dallas, wo ich 12 Jahre später lebte, bin ich eines Tages zufällig über das Bavarian Wood Carving-Studio gestolpert. Und ich habe dort gleich einen Kurs begonnen.

Wäre es nicht einfacher gewesen, neue Figuren zu kaufen?

KREJS: Mein Vater hatte schon die Idee, Kopien von der gesamten Krippe anfertigen zu lassen. Dann hätten sowohl meine drei Brüder als auch ich ein Exemplar gehabt. Nur: Das hätte laut dem Schnitzmeister Ludwig Kieninger pro Kopie 150.000 Dollar gekostet – und das schon vor 35 Jahren.

Das liegt sicher auch daran, dass die Krippe, von der Sie sprechen, kein gewöhnliches Schaubild der Geburt Christi ist. Oder?

KREJS: Das stimmt. Es ist eine Iglauer Weihnachtskrippe. Sie wurde in der Sprachinsel Iglau in Mähren zwischen 1884 und 1906 hergestellt – ist also über 100 Jahre alt und heute sehr selten zu finden. Meine Urgroßeltern mütterlichseits – das war die Buchdruckerfamilie Vorreiter in Iglau – haben sie an meine Großeltern weitergegeben, die an meine Eltern. In dieser Zeit ist die Krippe auch viel gewandert. Von Iglau nach Wien, nach Waidhofen an der Ybbs, Krems an der Donau, ich habe sie sogar nach Amerika verschiffen lassen. Seit fast 20 Jahren hat sie ihren festen Sitz aber in Krems.

Was fasziniert Sie an der Krippe?

KREJS: Dass sie so lebendig ist. Wir stellen sie ja jedes Jahr auf und jedes Jahr, das ist das Schöne, schaut sie ein bisschen anders aus. Außerdem ist es spannend zu sehen, wie die Krippe wächst. Mittlerweile umfasst sie 36 Gebäude, darunter auch eine Schmiede, die sich bewegt. Ich selbst habe bis heute 60 Figuren geschnitzt – unter anderem eine Frau, die vom Pferd fällt.

War Ihre erste Schnitzarbeit auch eine Krippenfigur?

KREJS: Nein, da habe ich das Abbild eines menschlichen Körpers mitsamt Abdominalorganen geschnitzt. Ab 1982 war die Arbeit das Logo der Division of Gastroenterology an der Southwestern Medical School in Texas.

Das hört sich so an, als wären Sie ein begabter Schnitz-Schüler gewesen.

KREJS: Ich hatte mit dem Passauer Schnitzmeister Ludwig Kieninger, der eben das Bavarian Wood Carving Studio in Dallas betrieben hat, vor allem einen sehr guten Lehrer. Einmal pro Woche habe ich mit fünf anderen „Studenten“ seinen Kurs besucht. Die anderen Studenten waren beispielsweise ein Rechtsanwalt, ein Dermatologe und ein College-Professor. Natürlich braucht man zum Schnitzen ein bisschen Talent. Bis zu einem gewissen Grad kann man es dann auch lernen. Manche meinen, das Schnitzen sei die Kompensation, weil ich nicht Chirurg wurde!

Welche Hilfsmittel benutzen Sie, wenn Sie sich an eine neue Arbeit setzen?

KREJS: Eine Werkbank und viele verschiedene „Schnitzisen“. Manchmal lege ich mir eine Fotokopie zurecht, wenn ich die Figur vielleicht davor in einem Bild gesehen habe, oder wenn es eine konkrete Inspiration für meine Krippenfigur gibt. Beim Braunbär Bruno, den ich als letztes gemacht habe, war das so. Ansonsten habe ich nur meine Lindenholzblöcke, aus denen ich die Figuren schnitze. So richtig knifflig wird's für mich sowieso erst beim Gesicht. Meine Mitarbeiter haben mir zum letzten runden Geburtstag genau diese Anzahl an Lindenholzblöcken geschenkt. Die Figuren, die daraus entstehen, sind etwa 11 Zentimeter groß, eine etwa 5 Zentimeter hohe Basis wird dann zum Schluss weggeschnitten.

Und wie lange schnitzen Sie an einer Figur, bis sie ihren Platz in der Krippe bekommt?

KREJS: Das dauert sechs bis acht Stunden. Dann kommt noch die Bemalung mit drei verschiedenen Schichten. Leider hatte ich in den letzten Monaten kaum Zeit, neue Krippenbewohner herzustellen. Was sogar noch mehr Zeit in Anspruch nimmt, ist das Aufstellen. Vier bis fünf Tage dauert das.

Haben Sie eigentlich eine Lieblingsgür?

KREJS: Ja, ein Mann, der von seiner Gans in den Hintern gebissen wird. Ich mag aber auch den Philosophen, so haben wir die Figur als Kinder genannt, sehr gerne.

Ihre Weihnachtskrippe hat mittlerweile ja schon eine beachtliche Größe erreicht. Gibt es in Ihrem Haus schon Platzprobleme?

KREJS: Gott sei Dank noch nicht. Wir haben einfach unser Gästezimmer umgewandelt – das ist jetzt das Krippenzimmer. Aber in einem jüngst veröffentlichten Artikel im „Bayrischen Krippenfreund“ wurde trotzdem geschrieben: „Eine kleine Iglauer Krippe befindet sich in Privatbesitz in Krems an der Donau in Österreich.“

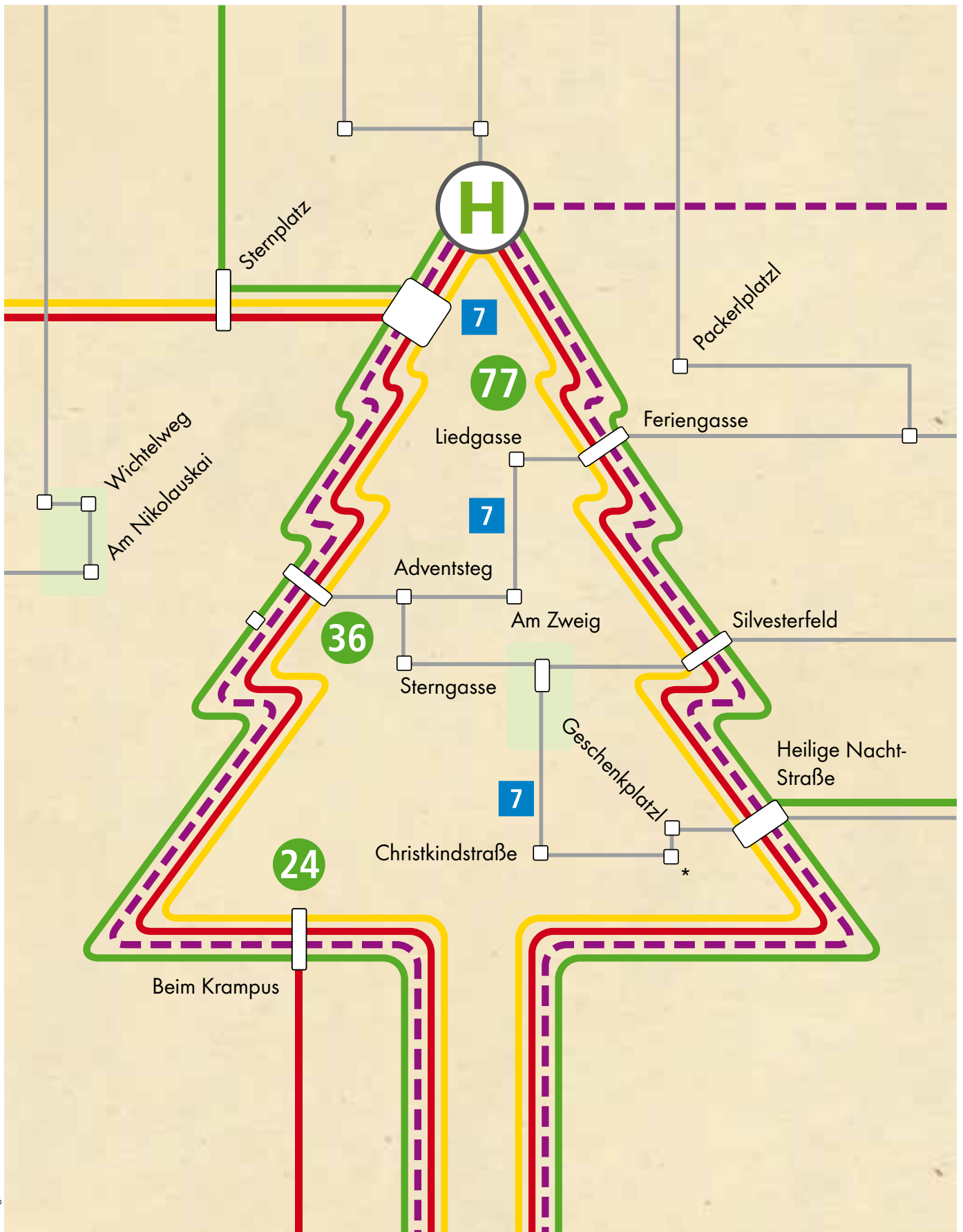


G. Krejs



G. Krejs

Die Iglauer Weihnachtskrippe der Familie Krejs wurde zwischen 1884 und 1906 in Iglau in Mähren von verschiedenen Krippenschnitzern hergestellt. Seit 1979 ist sie im Besitz von o. Univ.-Prof. Dr. Günter Krejs, der sie als talentierter Schnitzer eigenhändig erweitert hat. Mittlerweile besteht die Krippe aus 36 Gebäuden und 300 Figuren. 60 davon wurden von Prof. Krejs hinzugefügt. Vier bis fünf Tage dauert es, die Weihnachtsszenarie aufzustellen, die Familie Krejs benötigt dafür ein ganzes Zimmer in ihrem Haus in Krems an der Donau.



PERSONELLES

Freie Fahrt voraus

Neuregelung der Mobilität am LKH-Univ. Klinikum Graz: Mitarbeiter, die auf Bus und Bim umsteigen, fahren mit dem Job-Ticket ab sofort gratis zur Arbeit. Alle anderen haben ab nächstes Jahr eine größere Chance, einen der begehrten Parkplätze zu ergattern. Von der „Mitarbeitermobilität neu“ profitieren also alle.



Holding Graz



Holding Graz

Wie kommen Sie zu Ihrem Ticket?

Wenn Sie mehr als 2 km vom Klinikum entfernt wohnen, können Sie ein Job-Ticket beantragen. Den Antrag (Serviceunterlage 2000.1453) ausfüllen und gemeinsam mit einem Passfoto mit der Hauspost an Ihren Personalreferenten schicken. Jeden Donnerstag werden die Anträge an die Holding übermittelt und eine Woche später können Sie Ihr Ticket bei Frau Neuhold, Direktionsgebäude, 1. OG, Zimmer 73 abholen. Beachten Sie bitte die internen Postwege und dass das Ticket nur mit einem Gültigkeitsdatum von einem Monat vordatiert werden kann.

Tickets für Jänner 2014 können erst im Dezember beantragt werden. Wenn Sie das Job-Ticket nutzen, werden in dieser Zeit der Fahrtkostenzuschuss und die Pendlerpauschale eingestellt und Sie müssen eine vorhandene Parkberechtigung zurückgeben.

Lange Wartezeiten bei der Einfahrt in das LKH-Univ. Klinikum Graz. Dann eine nervenaufreibende Parkplatzsuche und wenn es endlich Zeit ist, nach Hause zu fahren, Stau an allen Ampeln rund um das Gelände. Zu beneiden sind die Mitarbeiter des LKH-Univ. Klinikum Graz nicht, die mit dem Auto in die Arbeit kommen. Und dabei sind die Kosten von Benzin und Co. oder die wachsende Feinstaubbelastung in Graz noch gar nicht berücksichtigt. Aber: Das LKH-Univ. Klinikum Graz hat an all diese Dinge gedacht – bei der Erstellung eines neuen Verkehrskonzepts, der „**Mitarbeitermobilität neu**“. Wer ab sofort auf öffentliche Verkehrsmittel umsteigt, spart Nerven, Zeit und vor allem Geld.

Noch trennen uns zwar einige Tage vom neuen Jahr, die Vorbereitungen darauf haben am Klinikum aber schon vor langer Zeit volle Fahrt aufgenommen. Stichwort: Verkehrsberuhigung. Ziel des Mobilitätskonzeptes ist es, die Attraktivität des Autos zu verringern. Die Anstaltsleitung des LKH-Univ. Klinikum Graz hat gemeinsam mit dem Betriebsrat Anreize geschaffen, um das Umsteigen auf Bus und Bim schmackhaft zu machen. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf den 4.500 Mitarbeitern aus Graz und Graz-Umgebung. Ihre Anreise ist verhältnismäßig kurz, ihre Wohnorte sind gut an das Netz der Öffentlichen Verkehrsmittel angeschlossen. Somit sind diese Mitarbeiter prädestiniert für das sogenannte Job-Ticket. Auto stehen lassen und ab sofort gratis öffentlich fahren. Einfach, schnell und unkompliziert.

Der große Vorteil, der sich daraus für die pendelnden Mitarbeiter ergibt: Am Klinikum stehen mehr Parkplätze für die Weitgereisten zur Verfügung. Laut Mobilitätsvertrag zwischen Land Steiermark, KAGes und dem LKH-Univ. Klinikum Graz sind nämlich „nur“ 2.050 Stellflächen zugelassen, die unter 6.700 Mitarbeitern aufgeteilt werden müssen. Die Nachfrage war so hoch, dass eine Neuregelung unumgänglich war.

Grundsätzlich ermöglicht die „Mitarbeitermobilität neu“ allen Mitarbeitern die kostenlose Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Wer länger als eine Stunde braucht, um vom Wohnort zum Arbeitsplatz zu gelangen, liegt über der von der Klinik festgelegten Zumutbarkeitsgrenze. Das heißt, für parkende Pendler bleibt alles beim Alten. Mitarbeiter aus dem Großraum Graz zahlen ab 2014 hingegen mehr fürs Parken. Im Innengelande werden zum Beispiel monatlich 70 Euro fällig.

Die durch die Tarifierhöhung eingenommenen Gebühren kommen wiederum allen Mitarbeitern zu Gute. Das Geld wird für die Förderung des Öffentlichen Verkehrs eingesetzt sowie für die Verbesserung der Infrastruktur für Rad- und Motorradfahrer (mehr Abstellflächen, überdachte Abstellflächen etc.). Auch der Ausbau des internen und kostenlosen Klinikbusses wird aus diesem Topf bezahlt.

Weiters hat künftig jeder Mitarbeiter die Möglichkeit, sich einen 5er-Block für die Einfahrt ins Gelände zu kaufen. Für 25 Euro parkt man an fünf beliebigen Tagen im Jahr direkt am Klinikum. Denn manchmal geht es eben nicht anders. Job-Ticket und 5er-Block sind im Büro des Personalmanagements verfügbar.

Die „Mitarbeitermobilität neu“ ist also eine Win-Win-Situation. Jeder, der möchte, fährt gratis zur Arbeit. Dem

Rest unserer Mitarbeiter stehen mehr Parkplätze zur Verfügung, die Engpässe schwinden. Und auch Grazer Mitarbeiter, die etwa aufgrund der Vereinbarkeit von Familie und Beruf nicht auf ihr Auto verzichten können, haben ab 2014 eine größere Chance, eine Parkbewilligung zu erhalten. Im Endeffekt geht es schließlich darum, die besten Entscheidungen für die Mitarbeiter des LKH-Univ. Klinikum Graz zu treffen.

FAQs zum Job-Ticket

Bekomme ich den „FKZ alt“ wieder, wenn ich das Job-Ticket nur für 1 Jahr nehme?

Ja, entscheidend dafür, ob ein Anspruch auf FKZ alt oder neu besteht, ist ausschließlich der Beginn des Beschäftigungsverhältnisses. Der Anspruch ruht nur und lebt in der alten Form wieder auf, wenn das Job-Ticket wegfällt.

Ich bin Mitarbeiter der Med Uni Graz; gilt das Job-Ticket auch für mich?

Aktuell gilt die Regelung nur für Landesbedienstete. Die Med Uni Graz plant allerdings vergleichbare Regelungen für ihre Mitarbeiter des Klinischen Bereichs.

Ich habe eine Nacht- und Wochenend-EPG aufgrund meiner Nachtdienste. Habe ich Anspruch auf das Job-Ticket?

Ja, anspruchsberechtigt sind alle landes- und kagesbediensteten Mitarbeiter, die mehr als 2 km von der Dienststelle entfernt wohnen, nicht im Probemonat oder der Kündigungsfrist sind und keine reguläre (24h-gültige) EPG besitzen.

Ich habe keinen Parkplatz und fahre schon jetzt öffentlich. Gilt das Angebot auch für mich?

Ja, das Angebot gilt für alle, die die Voraussetzungen erfüllen, auch wenn sie keinen Parkplatz haben.

Handelt es sich beim Job-Ticket um eine Streckenkarte, die nur den Weg zur Arbeit abdeckt, oder um eine Netzkarte?

Das Job-Ticket ist eine Netzkarte, die für 365 Tage gültig ist und alle Zonen vollständig abdeckt, die von der FKZ-Adresse bis zum Klinikum notwendigerweise

befahren werden müssen. Jedenfalls beinhaltet ist daher die Netzkarte für die Zone 101 (Graz).

Bekomme ich meinen Parkplatz automatisch wieder, wenn ich z. B. nach einem Jahr kein Job-Ticket mehr möchte?

Automatisch bekommen Sie den Parkplatz nicht wieder. Es ist ein neuer Antrag zu stellen, der nach den bestehenden Kriterien eingereicht und abgearbeitet wird.

Ich wohne in einer Gemeinde, die zum erhöhten Tarif gehört, brauche aber aufgrund meines Wohnortes mit dem Fußweg zum ÖV länger als 60 Minuten. Gilt für mich dennoch der höhere Kostenbeitrag?

Ja, für die Entscheidung, ob eine Gemeinde in den günstigen oder den erhöhten Kostenbeitrag fällt, wurde die Fahrtzeit vom Gemeindemittelpunkt lt. www.busbahn bim.at herangezogen. Alle Gemeinden, die hier unter 50 Minuten lagen, fielen in den erhöhten Tarif. Somit wurden 10 Minuten für den Weg zum ÖV einkalkuliert. Eine individuelle Beurteilung für jeden einzelnen Mitarbeiter wäre nicht administrierbar gewesen. Es gibt sicher Mitarbeiter, die länger als 10 Minuten zu Fuß zur nächsten Haltestelle brauchen. In diesen Fällen ist zu empfehlen, Park- & Ride-Möglichkeiten zu prüfen, oder mit dem Fahrrad zur Haltestelle zu fahren.

Gibt es auch Monatskarten?

Nein, aber es gibt die Möglichkeit, Gutscheine für eine personalisierte Halbjahreskarte (z. B. für die Wintermonate) zu bekommen. Die Höhe der Gutscheine wird durch Ihren Personalreferenten berechnet (Preis der um 10 % reduzierten Jahreskarte minus FKZ, abgerundet auf 50er-Schritte). Die Auszahlung des FKZ wird bei dieser Variante nicht ruhend gestellt.

PERSONELLES

Neubesetzungen

Medizin



ao. Univ.-Prof. Dr. Hannes Deutschmann wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 2. Stellvertreter der Vorständin der Universitätsklinik für Radiologie und ab 01.10.2013 befristet bis zum 31.12.2016 zum supplierenden Leiter der Klinischen Abteilung für Neuroradiologie an der Universitätsklinik für Radiologie bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Peter Fickert wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 1. Stellvertreter des supplierenden Leiters der Klinischen Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie an der Univ.-Klinik für Innere Medizin bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Michael Fuchsjäger wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 1. Stellvertreter der Vorständin der Universitätsklinik für Radiologie bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Axel Haberlik wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zur Besetzung der Professur, längstens jedoch bis zum 30.09.2014 zum 1. Stellvertreter des Vorstandes der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendchirurgie bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Kröll wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 1. Stellvertreter des Vorstandes der Universitätsklinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Herwig Lackner wurde mit Wirkung ab 01.03.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 1. Stellvertreter des Leiters der Klinischen Abteilung für Pädiatrische Hämato-Onkologie an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Petritsch wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 31.12.2016 zum supplierenden Leiter der Klinischen Abteilung für Gastroenterologie an der Universitätsklinik für Innere Medizin bestellt.



Ass.-Prof. Dr. Gudrun Rumpold-Seitlinger wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zur 1. Stellvertreterin des supplierenden Leiters der Klinischen Abteilung für Allgemeine Anästhesie und Intensivmedizin an der Universitätsklinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Hein Sill wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 31.12.2016 zum supplierenden Leiter der Klinischen Abteilung für Hämatologie an der Universitätsklinik für Innere Medizin bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Erich Sorantin wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 31.12.2016 zum supplierenden Leiter der Klinischen Abteilung für Kinderradiologie an der Universitätsklinik für Radiologie bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Rudolf Stauber wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 2. Stellvertreter des supplierenden Leiters der Klinischen Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie an der Universitätsklinik für Innere Medizin bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Gerhardt Steinwender wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 30.09.2014 zum supplierenden Leiter der Klinischen Abteilung für Kinderorthopädie an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendchirurgie bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Toller wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 31.12.2016 zum Vorstand der Universitätsklinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Albert Wölfler wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zum 1. Stellvertreter des supplierenden Leiters der Klinischen Abteilung für Hämatologie an der Universitätsklinik für Innere Medizin bestellt.



Ass.-Prof. Dr. Doris Zebedin wurde mit Wirkung ab 01.10.2013 befristet bis zum 28.02.2017 zur 1. Stellvertreterin des supplierenden Leiters der Klinischen Abteilung für Kinderradiologie an der Universitätsklinik für Radiologie bestellt.

PFLEGE



DGKS Birgit Spörk ist seit 01.08.2013 Stationsleiterin an der Univ.-Klinik für Chirurgie, Station Allgemeinchirurgie 5C.



DGKS Anita Kaufmann hat mit 01.08.2013 zusätzlich zu ihrer Funktion als OP-Leiterin an der Univ.-Klinik für Dermatologie und Venereologie die Stationsleitung an der Tagesklinik übernommen.



DGKS Marion Stepanek hat mit 01.08.2013 zusätzlich zu ihrer Funktion als Leiterin der Intensivstation an der Univ.-Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin die Stationsleitung an der Univ.-Klinik für Blutgruppenserologie und Transfusionsmedizin, Aphaese, übernommen.



DGKS Katrin Amon ist seit 01.10.2013 Stationsleiterin an der Univ.-Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin, Anästhesie dezentral.

MTD (Medizinisch Technischer Dienst)



Ab 01.12.2013 übernimmt **Annette Knopp, MBA, MPA** die Funktion der leitenden Radiologietechnologin an der Univ.-Klinik für Radiologie, Klinische Abteilung für Nuklearmedizin.



Ab 01.01.2014 übernimmt **Thomas Bierbacher, MBA** die Funktion des leitenden Radiologietechnologen an der Univ.-Klinik für Strahlentherapie-Radioonkologie.

Neu in Pension

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



FOI August Plauder wollte sich eigentlich als Elektrotechniker bei der Landesregierung bewerben. Durch einen Tipp landete er 1972 aber am LKH-Univ. Klinikum Graz – und er blieb bis heute, 40 Jahre lang. Wenn Plauder nun Ende des Jahres in Pension geht, verliert die Medizintechnik nicht nur ihren Chef, sondern den Mitbegründer der Abteilung.

Als Medizintechniker leistete er einen wichtigen Beitrag, um Kranke wieder gesund zu machen. Was ihm dabei geholfen hat: seine Feinfühligkeit. Als Musiker – er bläst die Trompete – liege ihm das Einfühlsame. 2005 wurde Plauder schließlich Leiter der Medizintechnik und Herr über 40 Mitarbeiter und mehr als 21.000 Geräte, der Höhepunkt seiner Karriere am LKH-Univ. Klinikum Graz. Dass Plauder seinen Arbeitsplatz gerade zu Silvester verlassen wird, passt. Der Jahreswechsel spielt in seinen Erinnerungen nämlich auch eine wichtige Rolle. 1999, als alle besorgt waren, ob und wie sich der Jahrtausendwechsel auf die technischen Geräte auswirkt, war Plauder im Einsatz am Klinikum. Und kurz nach



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

Mitternacht sogar im Fernsehen – als Experte, der im ORF live berichtete, dass das Millennium ganz ohne Probleme begonnen hat.

Pläne für die Zeit nach seiner Pensionierung gibt es übrigens genug: Plauder möchte mehr Zeit im Grünen verbringen – am liebsten in seinem Waldstück in der Heimat Deutsch-Goritz – und noch öfter in die Toskana, quasi sein zweites Zuhause, fahren. Dort hat sich Plauder auch schon mit dem ortsansässigen Klinikpersonal angefreundet. Ganz ohne Krankenhaus wird er also auch in Zukunft nicht sein.



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

Alois Glanzer betritt das Büro, sieht sofort dunkle Stellen an der hellen Wand und verspricht, seine Maler umgehend vorbeizuschicken. Unrein weiß, so geht das nicht. Gerade weil Glanzer derart akribisch arbeitet, kennt er jeden Pinselstrich am Klinikum. Jedes frische Fleckchen Asphalt fällt ihm sofort aus zig Metern Entfernung auf. Und er weiß genau,

welche Mauern nach Umbauarbeiten fehlen oder neu aufgetaucht sind. Seit 1993 arbeitet Glanzer bei den Bautechnischen Betrieben am LKH-Univ. Klinikum Graz, vor zehn Jahren hat er deren Leitung übernommen. Der Chef wäre er aber nie gewesen, sagt er, sondern lediglich der Vorgesetzte, der sich halt um die Organisation der Maler, Glaser, Maurer, Tischler, ... kümmert. Zum Planen gab es in all den Jahren auch richtig viel: Mit Ausnahme der Psychiatrie haben er und sein Team in jeder Klinik Hand angelegt und jedes Mal war Glanzer mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Knifflig waren für den gelernten Schlosser aus Eisenerz etwa die Arbeiten bei der Orthopädischen Ambulanz, bei der die kurze Bauzeit von drei Wochen mit einem Rohrbruch eingeleitet wurde. Hunderte von tollen Baustellen überwiegen aber in Glanzers ganz persönlicher Bau-Bilanz, weswegen er ein bisschen wehmütig an seine Pension ab 1. Jänner 2014 denkt. Klar, für Radfahren wird er dann mehr Zeit haben und auch sein zwölfjähriger Enkel wird sich auf die vielen Abenteuer mit dem Opa freuen, die Arbeit und die Leute werden dem Obersteirer trotzdem fehlen. Kein Wunder, war Glanzer in seinen fast 21 Jahren am Klinikum nur drei Tage in Krankenstand. Was ihm beim Abschied vielleicht hilft: Der Gedanke an das Badezimmer zuhause. Das gehört nämlich umgebaut.

PERSONELLES

Christbaum zu verschenken!

Stabsstelle PR

Füße hochlegen und Arme hinterm Kopf verschränken. Heuer können Sie sich mit etwas Glück den Weihnachtsbaumwahnsinn sparen. Unter allen Einsendungen bis 18. Dezember verlost die Anstaltsleitung einen geschmückten Christbaum, der pünktlich vor dem Fest zu Ihnen nach Hause geliefert wird.

Fast 80 Prozent unserer Mitarbeiter am LKH-Univ. Klinikum Graz sind Frauen. Und ganz oft sind sie es, die sich nach oder vor der Arbeit um ein weihnachtliches Zuhause kümmern. Um bunte Lichterketten, verpackte Geschenke und gut gefüllte Keksdosen. Und: um den richtigen Christbaum in der richtigen Größe mit passender Dekoration. Der ganz normale Adventstress für berufstätige Frauen oder Männer.

Die Anstaltsleitung hat sich heuer deshalb etwas Besonderes ausgedacht, damit die besinnliche Zeit auch wirklich beschaulich und weniger hektisch wird. Unter allen Mitarbeitern des LKH-Univ. Klinikum Graz verlost sie einen geschmückten Christbaum, der zum Gewinner nach Hause gebracht wird. Mit ein bisschen Glück können Sie sich den Baumkauf heuer sparen. Die Firma Blumen Rauch kümmert sich um die Gestaltung und den Transport des Weihnachtsbaums.

Um am Gewinnspiel teilzunehmen, schicken Sie bitte eine E-Mail mit dem **Betreff „Christbaum“** an **klinoptikum@klinikum-graz.at** – oder senden Sie eine Karte per Hauspost an die Stabsstelle PR. Vergessen Sie dabei bitte nicht, Ihren Namen sowie Ihre Abteilung, Ihre Telefonnummer und Ihre Adresse anzugeben. **Einsendeschluss ist Mittwoch, der 18. Dezember 2013, um 12 Uhr.** Der Gewinner wird am selben Tag von uns telefonisch verständigt. Die Zustellung des Baums erfolgt nach Absprache mit dem Gewinner. Mitglieder der Redaktion sind von der Teilnahme ausgenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barablöse möglich. Der Gewinner erklärt sich einverstanden damit, dass sein Name mit Bild im Internet veröffentlicht wird.



VORHANG AUF

Weihnachten in XXL

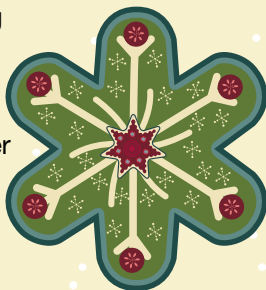
Stabsstelle PR

Backen, Beleuchten, Beschenken: Die Vorbereitungen auf das Christkind ünden am LKH-Univ. Klinikum Graz nur in Übergröße statt.

Der Nikolaus hat schwer zu tragen: 180 rote Sackerln verteilt er jährlich auf der Kinderklinik. Fleißiger sind da fast nur die Dekorations-Mitarbeiter, die eine halbe Tonne Reisig über das Gelände tragen. Oder der acht-

köpfige Winter-Trupp, der ruck, zuck Schnee schaufelt, sobald die weißen Flocken vom Himmel rieseln. Die Adventzeit hat am LKH-Univ. Klinikum Graz Übergröße. Mitarbeiter und Patienten, die die Feiertage auf den Stationen verbringen, sollen den Geist der Weihnacht auch hier bei uns spüren. Wir haben für Sie Zahlen gesammelt, die die beeindruckenden Dimensionen der weihnachtlichen Vorbereitung am Klinikum zeigen.

5 Monate lang dauert der Winterdienst – genauer: von 1. November bis 31. März.

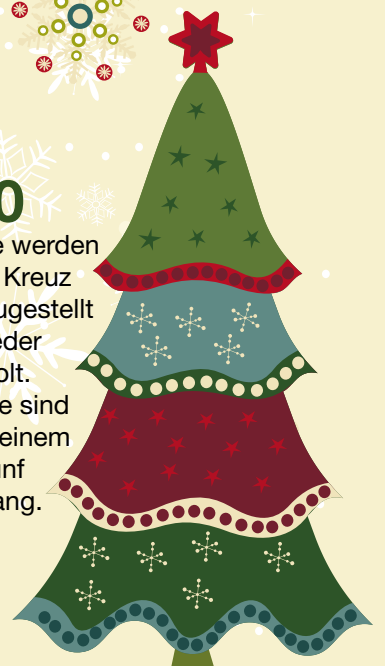


2 Schneefräsen und **25** Schaufeln sind ebenfalls im Einsatz.

5-6 Mitarbeiter beschäftigen sich ab spätestens Mitte November ausschließlich mit den Vorbereitungen auf Weihnachten.

6-8 Mitarbeiter sind für den Winterdienst am Klinikum verantwortlich.

120 Christbäume werden mit einem Kreuz versehen, zugestellt und wieder abgeholt. Die Bäume sind zwischen einem und fünf Meter lang.



2,5 Stunden verbringt der Nikolaus pro Klinik mit den kleinen Patienten.



200 Laufmeter an Lichterketten beleuchten das Klinikum im Advent.



10.000 Lampen sind ebenfalls im Einsatz.

150 Adventkränze werden am Gelände verteilt – davor kümmern sich die Mitarbeiter um das Binden und Schmücken.



500 Kilogramm Reisig und Kiefergrün werden verarbeitet.



30.000 Kekse backen die Mitarbeiter unserer Küche für unsere Patienten.



180 Nikolaus-Sackerln versüßen den Kindern die Adventzeit.



200 Kilogramm Mehl werden dafür benötigt.



60 große Adventgestecke auf Stationen sowie viele kleine auf Tischen gehören ebenfalls zur Weihnachtsdekoration.



2.400 Eier sind in der Weihnachtsbäckerei enthalten.



18 Patientenweihnachtsfeiern werden auf den Kliniken veranstaltet.

2 Stunden dauert der Besuch vom Christkind am 24. Dezember.



45 Kilogramm Marmelade, **50** Kilogramm Kochschokolade und **100** Kilogramm Butter werden dabei verarbeitet.





UMJ/Volkskundemuseum

Beschierung um 1960

HISTORISCH

Adventkranz, Krippe und Christbaum – eine Spurensuche

Wann beginnt die Weihnachtszeit? Wenn Supermärkte Ende Oktober schon Christbaumbehang und Lebkuchen anbieten und die Häufigkeit der Postwurfsendungen mit Weihnachtsangeboten und Geschenkideen rasant zunimmt?! Und wann ist Weihnachten vorbei? Wenn die abgeräumten Christbäume oft schon eine Woche nach Weihnachten auf den zentralen Sammelstellen landen?!



UMJ/Volkscundemuseum

Adventkränze auf dem Bauernmarkt

Diese Zeitverschiebung hat vor allem im städtischen Umfeld in den vergangenen Jahrzehnten fast schleichend stattgefunden. Ein Blick auf weihnachtliche Traditionen zeigt uns einen anderen zeitlichen Rahmen und einige gar nicht so bekannte Einzelheiten.

Jesus von Nazareth wurde weder am 25. Dezember, noch in dem Jahr geboren, das wir heute mit 0 bezeichnen. Seine Geburt zu einem Feiertag zu erklären, war vielmehr ein wichtiger Akt der Kirche, sich gegen andere Religionen und deren Feste durchzusetzen.

Wichtige Kulttermine der Antike, das Fest der Winter Sonnenwende und der Jahreswechsel haben sich im Lauf der Jahrhunderte überlagert und wurden bereits ähnlich dem späteren Weihnachten mit üppigem Mahl, mit Geschenken und Spielen begangen. Im Jahre 354 legte Papst Liberius das Fest der Geburt Christi auf den 25. Dezember. Der Heilige Abend am 24. Dezember ist somit nur der Vorabend des eigentlichen Festtages.

Als Vorbereitung auf das christliche Weihnachtsfest dient die vierwöchige Adventzeit, in der ursprünglich strenge Fastengebote galten. Eine wichtige Zählhilfe in der Wartezeit auf das Fest ist neben dem Adventkalender der Adventkranz, der nicht – wie man vermuten könnte – ein katholisches, religiöses Symbol ist –, sondern aus dem weltlichen, evangelischen Norddeutschland stammt.

Ein weiteres zentrales Element des Weihnachtsfestes hat auch eher unerwartete Wurzeln: der Christbaum. Als geschmückter Lichterbaum flächendeckend verbreitet hat er eine wesentlich kürzere und andere Geschichte als oft angenommen wird. Gerade der Begriff „Steirischer Christbaum“ für eine Dekorvariante mit Naturmaterialien, Lebkuchen und in ländlichem Stil gehalten, täuscht eine Herleitung aus dem Bäuerlichen vor. Tatsächlich war aber der Christbaum in entlegenen Regionen der Steiermark vereinzelt bis nach dem 2. Weltkrieg noch gar nicht allgemein üblich.

Vom Christbaum etwas in den Hintergrund gedrängt wurde die Weihnachtskrippe als wichtiges Weihnachtssymbol. Darstellungen der Geburt Christi haben eine lange, wechselvolle Geschichte, die sich zwischen öffentlicher Schauausstellung in Kirchen und privater Andacht im häuslichen Umfeld, zwischen kirchlicher Förderung sowie obrigkeitlichen Ge- und Verboten abspielt. Sie sind Beispiele der Hochkunst verschiedener Epochen ebenso wie unverwechselbare Werke volkstümlicher Interpretation. Ob das Geschehen in orientalischer Umgebung oder alpiner Landschaft nachempfunden wird oder ob beide Stilelemente wie selbstverständlich kombiniert werden, macht die Eigenart und gestalterische Vielfalt von Weihnachtskrippen deutlich.



UMJ/Volkscundemuseum

Historischer Christbaumschmuck aus einer Grazer Privatsammlung



UMJ/Volkscundemuseum

Die barocke Weihnachtskrippe aus Ranten wird alljährlich zu den Aufführungen der Hirten- und Krippenlieder in der Antoniuskirche aufgestellt

Mit dem Wort „Krippe“ war ursprünglich nur der Futtertrog im überlieferten „Stall von Bethlehem“ gemeint. Bald ging die Bezeichnung aber – als ein Teil für das Ganze – auch auf alle figurenreichen, szenischen Darstellungen der Geburt Christi über. Neben dem Ort des Geschehens war natürlich der neugeborene Heiland in der Volksfrömmigkeit ein zentrales Motiv. Es entwickelte sich die Jesuskind-Verehrung vor allem ausgehend von den Frauenklöstern, und das „Kindlwiegen“ war ein feststehendes Ritual in der Heiligen Nacht, auf das auch viel weihnachtliches Liedgut zurückgeht.

Hirten- und Krippenlieder sind in großer Zahl aufgezeichnet worden und lassen das weihnachtliche Geschehen nachempfinden. Seit dem Jahr 1916 erklingen sie alljährlich in der Antoniuskirche des Volkskundemuseums in Graz. Der musikalische Ursprung dieser besonderen Lieder liegt in den Volksschauspielen, die seit dem Mittelalter verbreitet waren. Das bearbeitete Liedgut wird von jungen InterpretInnen des Johann-Joseph-Fux-Konservatoriums, unter der Leitung von Zuzana Ronck, dargeboten.

Aufführungstermine 2013: 11., 13. und 15. Dezember, Beginn: 19.00 Uhr, www.museum-joanneum.at

Der traditionelle Weihnachtsfestkreis endet erst am 2. Februar, dem Fest Mariä Lichtmess. Bis dahin darf auch der Christbaum stehen bleiben – falls das in zentralgeheizten Wohnungen der Gegenwart überhaupt möglich ist.

Dr. Roswitha Orac-Stipperger ist Chefkuratorin der Sammlung Volkskunde am Universalmuseum Joanneum. Die gebürtige Grazerin hat in ihrer Heimatstadt Volkskunde studiert, ihr Zweitfach war Geschichte. Seit 1981 arbeitet sie im Volkskundemuseum. Arbeitsschwerpunkte von Dr. Orac-Stipperger sind Textil, Tracht und Brauch.

Aufgrund der Weihnachtsausgabe des Klinoptikum wird die historische Lesereise von Prof. Dr. Bernd Mader, rund um die Familie Schrötter, in der Ausgabe 1/2014 mit dem dritten Teil fortgesetzt.



Das Christuskind in der Krippe



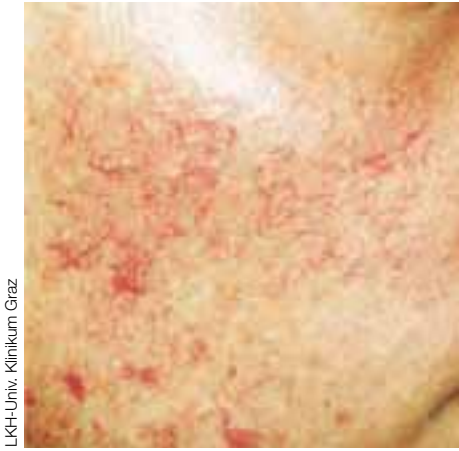
Alte Hirten- und Krippenlieder, vorgetragen von jungen Interpreten in der Antoniuskirche des Volkskundemuseums



MEDIZIN

Rot werden? Nein, danke!

Kälte, Sonne, Gene – die Hauterkrankung „Couperose“ hat viele Ursachen. Es gibt aber auch mindestens genauso viele Schutzmaßnahmen gegen die hervortretenden Äderchen an den Wangen. Was Sie tun können, um der Bindegewebsschwäche entgegenzuwirken und warum Laserbehandlungen oft ein möglicher Ausweg für Betroffene sind.



LKH-Univ. Klinikum Graz

Couperose vor ...



LKH-Univ. Klinikum Graz

... und nach der Behandlung mit dem Laser



Gokce Gurellier / www.shutterstock.com

Auf der Schipiste oder beim entspannenden Glühwein danach – UV-Strahlen sind auch im Winter Spielverderber. Eigentlich genauso wie der Winter selbst. Denn: Die häufigen Temperaturwechsel – von eisig kalt zu wohligh warm, vom Schnee vor den Kamin – können der Haut auch schaden und mitunter Couperose (Kupferfinnen) verstärken oder gar verursachen. Also rote, verzweigte Äderchen auf den Wangen sichtbar werden lassen – eine Folge von genetisch bedingter Bindegewebschwäche. Zwar ist Couperose prinzipiell nicht gefährlich und hat kaum Krankheitswert, häufig stellt sie aber ein kosmetisches Problem dar, mit dem sich die Betroffenen unwohl fühlen.

Kupferrinnen und Kelten

Das Phänomen der Couperose ist hauttyp- und neigungsspezifisch. Menschen mit sehr empfindlicher Haut (anlagebedingt) sind anfällig für die Erkrankung. Besonders oft tritt Couperose bei hellhäutigen Menschen mit rötlichem Haar und Sommersprossen auf, weswegen auch vom „Curse of the Celts“, dem Fluch der Kelten, gesprochen wird. Eine medizinisch noch nicht näher definierte Veranlagung löst das Hervortreten der Äderchen aus. UV-Licht und äußere Einflüsse – wie zum Beispiel starke Temperaturschwankungen – können das Symptom verstärken.

Vorbeugende Maßnahmen beginnen mit regelmäßiger Hautpflege und sanften Gesichtsmassagen. Sehr wichtig ist der tägliche UV-Schutz, denn nicht nur beim Urlaub im Süden oder am Gletscher ist Sonnencreme unabdingbar. Tageslicht hat nämlich ebenfalls UV-Anteile, die unbemerkt auf die Haut einwirken. Um die Haut vor Temperaturschwankungen zu schützen, kann das Einmummeln in Hauben, Schals und hoch geschlossene Mäntel helfen, aber auch Kälteschutzcremes sind sinnvoll. Hauptsache, der Frost setzt sich nicht im Gesicht fest.

Rückfall der Rötungen

Ist die Couperose stark ausgeprägt, wird das Symptom als ästhetisch störend empfunden. Wenn sich die Äderchen nicht mehr wegschminken lassen, besteht dennoch die Möglichkeit, eine Besserung in kosmetischer Hinsicht herbeizuführen. Zwei Lasersysteme schaffen Abhilfe.

Einerseits der KTP-NdYag-Laser (frequenzverdoppelter Neodym Yttrium-Aluminium-Granat-Laser), mit dessen grünem Licht die feinen Gefäße thermisch verödet werden. Andererseits – handelt es sich um sehr feine, spinnwebartige Äderchen, die als flächige Rötung auftreten – der blitzlampengepumpte gepulste Farbstofflaser FPD. Sein gelb-oranges Licht erhitzt

die hauchdünnen Gefäße so schnell, dass diese platzen. Nachteil dieser Behandlung sind blaue Flecken (Purpura), die sieben bis zehn Tage sichtbar bleiben und mit denen sich die Betroffenen nur ungern in der Öffentlichkeit zeigen. Beide Laserbehandlungen können

Couperose zwar bessern – aber nicht heilen. Couperose kann jederzeit wieder auftreten. Insofern lohnt es sich, in kuschelige Winterkleidung zu investieren und in das bisschen Zeit, das die Hautpflege beansprucht. Auch wenn der Berg ruft und der Strand lockt.

Ein normales Leben für Hana

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger

Ein Kleinkind kommt von Kärnten an die Kinderklinik in Graz. Diagnose: ein schnell wachsender Lebertumor. Es besteht Lebensgefahr.

Plötzlich war Hanas Bauch geschwollen. Anzeichen, dass das neun Monate alte Mädchen krank war, hatte es aber nie gegeben. Weder nach der Geburt, noch nach den Kontrollen beim Kinderarzt. Trotzdem wussten ihre Eltern sofort, da stimmt etwas nicht. Die Ärzte bestätigten den Verdacht. Mesenchymales Hamartom, ein schnell wachsender Lebertumor, verwachsen mit dem Organ. Hana wurde sofort in die Kinderklinik in Graz überstellt. Wenn dem Mädchen jemand helfen konnte, dann die Spezialisten am LKH-Univ. Klinikum Graz.

Die knapp ein Kilo schwere Geschwulst (Zum Vergleich: Hana wog sieben Kilo!) stellte das interdisziplinäre Team unter der Leitung von Klinikvorstand Univ.-Prof. Dr. Holger Till vor eine schwierige Aufgabe. Nur 15 Prozent der Leberzellen waren gesund, diese galt es zu erhalten. Gemeinsam mit Ärzten von den Univ.-Kliniken für Kinder- und Jugendchirurgie, Kinder- und Jugendheilkunde, Chirurgie, Anästhesiologie und Intensivmedizin sowie Radiologie wurde der Operationsablauf besprochen. Mehrere Stunden lag Hana auf dem Tisch, ehe sich die Ärzte sicher waren, den Tumor vollständig entfernt zu haben.

Wer Hana jetzt sieht, erkennt keinerlei Unterschied zu gleichaltrigen Kindern. Neugierig grapscht die kleine Patientin nach allem, was sich vor ihrer Nase befindet. Wird sie an ihren winzigen Händen gehalten, hüpfelt sie vergnügt auf und ab. Hana wird normal aufwachsen, ihre Leber funktioniert jetzt einwandfrei. Nach einem Monat Aufenthalt in der Kinderklinik wurde sie Mitte November entlassen – und zuhause, in Völkermarkt, mit einer großen Party willkommen geheißen.



J. Fechter

Das interdisziplinäre Team, das Hanas Leben rettete (v.l.n.r.): Univ.-Prof. Dr. Axel Haberlik, KV Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Toller, MBA, KV Univ.-Prof. Dr. Christian Urban, Prof. Dr. Peter Schober, KV Univ.-Prof. Dr. Holger Till, KV Univ.-Prof. Dr. Hans-Jörg Mischinger, ao.Univ.-Prof. Dr. Erich Sorantin



J. Fechter

Hana mit ihrer Mama, die ihr keine Sekunde von der Seite wich

MEDIZIN

Unbezahlbar

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



Stabsstelle PR

Er ist nierenkrank und braucht dringend ein neues Organ. Sie ist seit 35 Jahren seine Frau und beschließt, ihm ein ganz besonderes Geschenk zu machen. Am 18. Oktober 2013 spendet sie ihm eine Niere.

16. Oktober, Univ.-Klinik für Chirurgie. Annemarie und Paul Putz sitzen in einer Nische am Ende des Gangs. Herr Putz wirkt zurückhaltend und erschöpft, aber zufrieden und voller Vorfreude. Frau Putz wirkt ein wenig nervös, überspielt das Aufgeregt-Sein aber, indem sie

Fragen stellt. Was wird denn dort gebaut? Und welches Gebäude entsteht da? Und bei der Med Uni, da ist doch auch eine Baustelle, oder? Bis schließlich eine Journalistin der Kleinen Zeitung neben dem Ehepaar Platz nimmt. Dann muss Frau Putz die Antworten geben. Und auch ihr Mann hat einiges zu erzählen.

Dienstag, Donnerstag und Samstag. Jahrelang war Paul Putz unfreiwilliger Stammgast am LKH-Univ. Klinikum Graz. Nephrologie, Dialyse. An den anderen Tagen hat der 57-Jährige gearbeitet. Eine doppelte Belastung.

Heuer wurde Herr Putz immer schwächer und eine Nierentransplantation unausweichlich. 43,3 Monate beträgt die durchschnittliche Wartezeit auf ein Organ. Die Organisation und Koordination der zur Verfügung stehenden Organe übernimmt Eurotransplant, eine Vereinigung, bei der derzeit acht Länder Mitglied sind.

Herr Putz hatte Glück: Die dreieinhalb Jahre hoffen und bangen blieben ihm erspart. Seine Frau, mit der er seit 32 Jahren verheiratet ist, beschloss, ihm eine ihrer Nieren zu spenden. Keine Widerrede.

18. Oktober, Operationssaal. Das Ehepaar Putz liegt zeitgleich auf dem Tisch. Sobald die Niere entnommen wurde, wird sie einen Stock tiefer gebracht und eingesetzt. Beide Operationen verlaufen problemlos. Ob Herr Putz' Körper das neue Organ annimmt, wird sich erst zeigen. Die Chancen stehen aber gut.

”

43,3 Monate beträgt die durchschnittliche Wartezeit auf ein Organ.

Herr Putz hatte Glück:

Die dreieinhalb Jahre hoffen und bangen blieben ihm erspart.

“

Elf Lebendspenden – wie die des Ehepaars Putz – wurden heuer am LKH-Univ. Klinikum Graz bereits durchgeführt. Für den Spender treten im Nachhinein keine Einschränkungen auf. Mit einer funktionierenden Niere lebt es sich gut, weswegen für den Empfänger quasi ein neues Leben beginnt. Abseits von Dialyse und anderen Defiziten. 53 Transplantationspatienten können das bestätigen, 53 Nierentransplantationen haben 2013 am LKH-Univ. Klinikum Graz nämlich insgesamt stattgefunden. Damit wurde der Jahresdurchschnittswert von 50 bereits im Oktober übertroffen. Eine Bestätigung für die hervorragende Arbeit, die in der Nephrologie geleistet wird.

Die Familie Putz ist mittlerweile wieder zuhause und macht Pläne. Ohne Dialysetermine bleiben plötzlich viel Zeit und viele Freiräume. Zwei wichtige Termine haben sich Paul und Annemarie Putz auch schon notiert: Schifahren und in den Urlaub fliegen. Für Herrn Putz noch vor einiger Zeit so gut wie undenkbar, mit neuer Niere ab sofort ganz normal. Nur ein Problem gibt's da noch: seine Flugangst.



Stabsstelle PR

Oben:
Die Niere nach der Entnahme

Rechts:
Mit dem Organ auf dem schnellstmöglichen Weg zum Empfänger



Stabsstelle PR



Kleine Zeitung

Liebe ist ...

... einen Teil von sich zu spenden

PROTOKOLLIERT VON CARMEN OSTER

Paul ist glücklich. Die Niere ist da. Die Operation verlief ohne Komplikationen. Die Niere hat sich gut eingewöhnt. Für mich war es selbstverständlich, ihm meine Niere zu spenden. Annemarie Putz, Krebskranke

deine Lebenserwartung verkürzt wird. Annemarie Putz: Wir haben uns dann bei den Ärzten erkundigt, ob es für mich nach einer Transplantation Einschränkungen geben würde. Das war wichtig für ihn. Aber seine Werte sind immer

legen und habe gelächelt, ob er noch atmet. Und ich habe mir dann gedacht, dass es nach der Transplantation nur besser werden kann, dass es um dann wieder gut geht. Die Transplantation ist also ein ersehnter, großer Schritt in ihrer

ANNEMARIE PUTZ: Und die anderen drei Tage war er arbeiten. Dafür haben wir uns schon Zeit für die Zeit nach der Transplantation gespart. Süßkirschen und Beifliegen. PAUL PUTZ: Zuerst einmal gesund werden, wieder arbeiten gehen können, und nach Weihnachten.

Dann trägt der eine, einen Teil des anderen in sich. ... Annemarie Putz, Gesunde, man sagt ja, es bleibt im Haus. PAUL PUTZ: Ein Freund hat zu mir gesagt, dass ich jetzt braun sein muss, weil mich meine Frau immer beobachtet. Sonst gibt's eben



PFLEGE

Balsam für die Seele – und für die Haut

Der Geruch von Vanillekipferln versetzt uns zurück in die Kindheit und erinnert ans Kekse-Backen. Der Duft von Orange und Zimt schafft Behaglichkeit. Und Kräutertee lässt uns die Hektik der Vorweihnachtszeit vergessen. Diese positive Wirkung von Düften macht sich die Pflege zunutze. Ätherische Öle werden in der Aromapflege gezielt eingesetzt.

R. Steinwender



Welche Stationen setzen auf Aromapflege?

- Univ.-Klinik f. Chirurgie
 - ICU 1 – Herz-Transplant-Intensivstation
 - ICU4 – Septische Intensivstation
 - Herzchirurgie 3/B
 - Klassestation
- Univ.-Klinik f. Neurologie – Intensivstation
- Univ.-Klinik f. Psychiatrie – Station 1 und Station 2
- Univ.-Klinik f. Innere Medizin – Palliativstation



Je nach Bedarf ist eine Ausweitung der Anwendung von Aromapflege am Klinikum geplant. Eine Expertengruppe „Aromapflege“ wurde installiert, um die jeweiligen Stationen bei der Umsetzung zu begleiten. Weiters wurde auch ein Folder „Aromapflege“ erarbeitet.

R. Steinwender



Wie keine andere Zeit des Jahres ist die Weihnachtszeit von verschiedenen Düften geprägt, den Dezember riechen Groß und Klein schon von Weitem. Ob beim Öffnen der Keksdose, beim Anzünden von Duftkerzen, oder beim Spaziergang über Adventmärkte – die Gerüche von Lebkuchen, Bratäpfeln und Co. finden ihren Weg in die Nase. Ein Wohlgefühl kommt auf.

Genau auf diese Wirkung wird auch in der Aromapflege gesetzt, vor drei Jahren wurde mit ihrer Implementierung begonnen. Naturbelassene, qualitativ hochwertige, ätherische Öle gehören auf einigen Stationen des LKH-Univ. Klinikum Graz seit damals zum Betreuungsalltag und helfen bei der Behandlung von Patienten. Morgens holt man den Patienten etwas Natur aufs Zimmer. Beruhigende Lavendeldüfte oder spritzige Zitronengerüche erfüllen die sonst so „keimfreie“ Luft.

Was versteht man unter Aromapflege?

Die Aromapflege ist Teil der Pflanzenheilkunde. Sie beschäftigt sich mit einhundert Prozent naturreinen, ätherischen Ölen sowie fetten Pflanzenölen, Hydrolaten (destilliertem Pflanzenwasser) und daraus hergestellten Pflegeprodukten. Die Anwendung und Wirkung ätherischer Öle erfolgt über den Geruchssinn und über die Haut (Deutsch, Buchmayer, Eberle, 2013).

Wie wird die Aromapflege eingesetzt?

Die ätherischen Öle wirken auf Körper, Geist und Seele. Sie können das körperliche und psychische Wohlbefinden steigern, die Selbstheilungskräfte anregen, die Immunabwehr stärken und die eigene Wahrnehmung verbessern. Aromapflege unterstützt auch die normale und gesunde Hautfunktion.

”

Der fruchtige und frische Duft der Orange wirkt entspannend.

“

Am LKH-Univ. Klinikum Graz wird die Aromapflege derzeit hauptsächlich in der Grundpflege eingesetzt. Das Entspannungöl wird beispielsweise als entkrampfendes und muskelentspannendes Pflegeöl verwendet. Für Ganz- oder Teilwaschungen werden ein oder mehrere ätherische Öle mithilfe eines Emulgators im Wasser gelöst. Lavendelöl wird besonders häufig verwendet. Es beruhigt und wirkt hautpflegend. Weiters werden pflegerische Maßnahmen zur Prophylaxe von Dekubitus,

Intertrigo (nässende Entzündung der Haut, vorwiegend in Körperfalten) und Pneumonie durch Aromapflegeprodukte unterstützt. Viele positive Rückmeldungen erhalten die Pflegepersonen auf den verschiedenen Stationen auch bei der Geruchsanwendung mittels Dufttupfer, zum Beispiel bei Übelkeit oder Schlafstörungen. Zur Mundpflege wird ein aromatisiertes Mundwasser benutzt.

Ist das „Wohlfühlen“ durch Aromapflege messbar?

Immer öfter wird die Wirkung der Aromapflege als komplementäre Pflegemethode wissenschaftlich erforscht.

Neben der Berücksichtigung von wissenschaftlichen Ergebnissen sind pflegerische Handlungen aber immer Einzelfallentscheidungen und gemeinsam mit dem Patient festzulegen. Die Wünsche des Patienten sowie der Erfahrungsschatz von Pflegepersonen sind hier besonders wichtig.

”

Zimtrinde hat einen intensiven Gewürzduft und eine stark stimulierende Wirkung.

“

Worauf muss man bei der Aromapflege noch achten?

Die Aromapflege ist als komplementäre Pflegeintervention zu sehen und kann konventionelle therapeutische Maßnahmen nicht zur Gänze ersetzen. Sie ist allerdings einer von vielen Bausteinen, um den eigenverantwortlichen Tätigkeitsbereich bewusst zu leben und Patienten ganzheitlich wahrzunehmen. Es ist bekannt, dass Gesundheit und Heilung nur durch den Einklang von Körper, Geist und Seele erreicht werden.

Richtig eingesetzt macht die Aromapflege als unterstützendes Angebot eine natürliche, patientenorientierte, gesundheitsfördernde Pflege möglich.

Weihnachtliche Düfte – Aromapflege für zu Hause:

Myrrhe

Duft: tief, bittersüß, aromatisch, exotisch, geheimnisvoll.

Geistig-seelische Wirkung: beruhigend, entspannend, stark erdend, psychisch stabilisierend, stärkend.

Orange

Duft: fruchtig frisch, einhüllend warm, süß, ausgleichend.

Geistig-seelische Wirkung: antidepressiv, beruhigend, entspannend, Mut machend.

Zimtrinde

Duft: kräftig, süß, trocken, intensiver Gewürzduft, anhaltend.

Geistig-seelische Wirkung: aphrodisisch, stärkend, stark stimulierend.

Weißtanne

Duft: balsamisch süß, angenehm würzig mit kräftigem Waldduft, frisch, klar, trocken.

Geistig-seelische Wirkung: anregend, stärkend.



PFLEGE

„Enthusiastisch, beharrlich, neugierig“

Pflegedirektorin DKKS Christa Tax, MSc / Mag. (FH) Maria Haring



W. Stieber

Immer wenn am LKH-Univ. Klinikum Graz von Forschung in der Pflege die Rede ist, ist dies untrennbar auch mit dem Namen **Christine Uhl** verbunden. Seit zehn Jahren ist sie als Leiterin des EBN-Kernteams aktiv und hat in dieser Zeit die Integration von wissenschaftlichen Erkenntnissen in der Pflegepraxis maßgeblich mitgestaltet. Mit 31.12.2013 geht OSr. Christine Uhl in den beruflichen Ruhestand, wobei die Wortwahl Ruhestand, gerade bei einem dynamischen, energiegeladenen und weltoffenen Menschen wie Christine Uhl, wahrscheinlich nicht unbedingt zutreffend ist.

Neben ihrem Engagement in der Pflegeforschung hat Christine Uhl den Zugang zur Pflegepraxis und den Blick für die Bedürfnisse der PatientInnen nie verloren. PatientInnen wahrnehmen, beobachten und wachsam sein, hatte für sie – egal ob als Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester, auf der Station, der Intensivstation oder als Oberschwester mehrerer Kliniken – höchste Priorität. Wichtig war für sie immer, dass das tägliche Handeln nicht ausschließlich an Hierarchien, sondern an den für die Patientenversorgung relevanten Prozessen ausgerichtet wird. Als Querdenkerin und kritischer Geist hat sie uns immer wieder zum Nachdenken angeregt und dadurch so manche innovative Idee in Gang gebracht. Dazu zählen beispielhaft die Teilnahme an der jährlichen Pflegequalitätserhebung in Kooperation mit dem Institut für Pflegewissenschaft sowie die Einführung der Fortbildungsveranstaltung „Netzwerk Pflege“ gemeinsam mit Opfl. Glawogger. Diese Veranstaltung gilt bereits seit langem als wichtige Plattform zum Wissensaustausch und der Vernetzung von Pflegepersonen. Auch die Förderung junger MitarbeiterInnen ist und war ihr ein Anliegen. Kreativität, Wissensdurst und Forschergeist sind dabei Eigenschaften, die nicht nur Christine Uhl selbst besitzt, sondern die sie auch von ihren MitarbeiterInnen fordert und fördert.

Einige Eckdaten aus dem beruflichen Leben:

01.10.1977 Dienstbeginn als Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester am LKH-Univ. Klinikum Graz an der I. Chirurgischen Abteilung/Klassestation.

Ab 1978 in der Intensivpflege der I. Chirurgie/Herz-Wachstation.

1980/81 Sonderausbildung zur Intensivschwester und anschließend Sonderausbildung oberes Pflegemanagement.

Seit 1992 Oberschwester am LKH-Univ. Klinikum Graz, u. a. auf der Univ.-Klinik für Chirurgie, der Univ.-Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin, der Univ.-Klinik für Blutgruppenserologie und Transfusionsmedizin und der Univ.-Klinik für Dermatologie und Venerologie.

Seit 2003 Leitung des Evidence-based-Nursing (EBN)-Kernteams.

PFLEGE

Wir zeigen, dass es funktioniert

Univ.-Prof. Dr. Christa Lohrmann / Pflegedirektorin DKKS Christa Tax, MSc / Mag. (FH) Maria Haring



W. Stieber

Bei einem Symposium am 23. September haben Vertreter von Pflegeforschung und Pflegepraxis am LKH-Univ. Klinikum Graz gezeigt, wie gut ihre Zusammenarbeit funktioniert und wie das gemeinsame Arbeiten auch an anderen Krankenhäusern möglich wird.

Es ist eine zentrale Frage, die Pflegepersonen täglich beschäftigt: „Wie lassen sich Ergebnisse aus der Pflegeforschung erfolgreich in die Pflegepraxis umsetzen?“ 70 Personen aus ganz Österreich folgten daher der Einladung des Klinikum, das praktische Beispiele und Lösungsvorschläge im Rahmen eines Symposiums präsentierte. Veranstalter waren dabei das Institut für Pflegewissenschaft der Med Uni Graz sowie die Pflegedirektion des LKH-Univ. Klinikum Graz.

”

Es ist besonders wichtig, dass unsere Maßnahmen, direkt bei den PatientInnen ankommen. Das gelingt nur, wenn wissenschaftliche Ergebnisse sinnvoll mit pflegerischer Erfahrung vernetzt werden.

(Pflegedirektorin DKKS Ch. Tax, MSc)

“

Im ersten Teil des Pflege-Symposiums stand die Umsetzung der evidenzbasierten Leitlinie „Sturzprophylaxe“

im Mittelpunkt. Dies erfolgte unter wissenschaftlicher Begleitung an der Univ.-Klinik für Unfallchirurgie sowie an der Univ.-Augenklinik. Die Referenten aus Pflegeforschung und Pflegepraxis überzeugten die Zuhörer vom Nutzen des Projektes und seiner Wechselwirkung. An der Univ.-Augenklinik und der Univ.-Klinik für Unfallchirurgie/Bettenstation erfolgte bei allen Pflegepersonen auch eine starke Sensibilisierung zum Thema Sturzprävention. Jedes Sturzgeschehen wird mittlerweile auf diesen Kliniken interdisziplinär besprochen.

”

Wir vergessen oft, dass kleine Änderungen in der Routine für PatientInnen einen großen Unterschied machen können.

(Univ.-Prof. Dr. Ch. Lohrmann)

“

So werden Stürze und ihre Folgen für alle Berufsgruppen thematisiert und alle können aus den Ergebnissen lernen. Der zweite Teil der Veranstaltung stand im Zeichen der Pflegequalitätserhebung, die im Jahr 2009 vom Institut für Pflegewissenschaft durchgeführt wurde. Das LKH-Univ. Klinikum Graz nimmt bereits seit Beginn bei dieser Erhebung teil. MitarbeiterInnen des Klinikum zeigten anhand konkreter Umsetzungsbeispiele, wie mit Hilfe statistischer Daten sinnvolle Maßnahmen – etwa zum Thema Dekubitus – entstehen können.



RECHT AKTUELL

Umtausch, Eintausch, Rückgabe

Die besinnlichste Zeit des Jahres beginnt meist mit Kopfzerbrechen und mündet Mitte Dezember in einer Rallye durch sämtliche Kaufhäuser, wo die aus dem Vorjahr bekannten Gesichter ebenfalls nach passenden PackerIn suchen. Denn: Alle Jahre wieder kommt das Christuskind ...

Elisabeth Mautner



... und damit Weihnachten, das Fest der Liebe und des Schenkens. Für viele ist die Vorbereitung darauf mit Freude verbunden. Vielen bereitet Weihnachten aber auch Probleme, weil sie sich jahrein und -aus die Frage stellen: „Was soll ich heuer schenken?“. Trotz Bemühungen greift man ab und zu doch zum falschen Geschenk. Der Pullover gefällt oder passt einfach nicht, die DVD oder das Computerspiel stecken bereits im PC oder der Beschenkte kann mit der Gabe rein gar nichts anfangen. Was tun? Gute Miene zum bösen Spiel machen? Umtauschen? Eintauschen? Ist das überhaupt möglich?

Haben Kunden ein Umtauschrecht?

Es gibt kein generelles Umtauschrecht! Der Umtausch ist keine Pflicht der Firmen, sondern eine Gefälligkeit. Die meisten Firmen räumen ihren Kunden aber Umtauschmöglichkeiten ein. Damit der „Tauschhandel“ nach den Festtagen nicht zum Problem wird, sollte ein Umtauschrecht unbedingt beim Kauf vereinbart werden. Am besten legen Sie es schriftlich auf der Rechnung fest – vergessen Sie dabei nicht die Frist. Wichtig ist außerdem, dass die Ware in unbenutztem Zustand und in Originalverpackung – wenn auch geöffnet – zurückgegeben wird.

Haben Kunden ein Rückgaberecht?

Wie beim Umtauschrecht gilt auch hier, dass es ein solches grundsätzlich nicht gibt. Während beim Umtauschrecht eine andere Ware ausgesucht werden kann oder gar muss, oder der Kunde eine Gutschrift erhält, wird beim Rückgaberecht der Kaufpreis rückerstattet. Voraussetzung dafür ist, dass man den Kauf mit dem Kassabon nachweisen kann. Die Ware muss unversehrt und meist original verpackt sein. Vom Rückgaberecht ausgeschlossen sind Maßanfertigungen, geschnittene Ware (etwa Meterware wie Stoffe) und preisreduzierte Ware. Findet man im Geschäft nichts Passendes zum Umtauschen, wird man sich mit einem Warengutschein zufrieden geben müssen.

Der Gutschein als Geschenk

Auch wenn diese Form des Schenkens manchmal als „unpersönlich“ angesehen wird, kann sie praktisch sein. Das lästige Umtauschen nach dem Weihnachtsfest entfällt nämlich. Zu beachten ist, dass der Konsument bei Gutscheinen keinen Anspruch auf den Geldwert in bar hat. Meist ist auf den Gutscheinen ein befristeter Einlösezeitraum angegeben, den es einzuhalten gilt. Die Einlösefrist beginnt in der Regel mit der Ausstellung des Gutscheins, der sogenannten Rechtsausübungsmöglichkeit. Grundsätzlich läuft ein Gutschein erst nach 30 Jahren ab. Daher werden die ausstellenden

Unternehmen darauf bedacht sein, die Gutscheine zu befristen.¹

Der Oberste Gerichtshof² hatte sich mit der Frage zu befassen, ob die Verwendung von Klauseln zulässig sei, wonach (Thermen-)Gutscheine ihre Gültigkeit nach Erreichen des Gültigkeitsdatums von zwei Jahren verlieren. Die Vereinbarung einer kürzeren als der gesetzlichen Verjährungsfrist wird in ständiger Rechtsprechung zwar für zulässig erachtet. Uneingeschränkt zulässig soll die Fristverkürzung nur dann sein, wenn sie zwischen zumindest annähernd gleich starken Vertragspartnern individuell vereinbart wurde. Je kürzer die Verfallsfrist sein soll, desto triftiger muss der Rechtfertigungsgrund sein. Wenn das Unternehmen nach Ablauf von zwei Jahren die Gutscheine für „ungültig“ oder „verjährt“ erklärt, bedeutet dies, dass der Geldbetrag vom Käufer des Gutscheines ohne durchsetzbare Gegenleistung hingegeben wurde. Wird der Gutschein nicht innerhalb von zwei Jahren eingelöst, kommt dem ausstellenden Unternehmen bereits an dem der Verfallsfrist folgendem Tag der Gesamtbetrag zugute. Das Unternehmen ist somit um dieses Entgelt bereichert. Der Vertragswille der Parteien (also des Verkäufers und des Käufers) ist ja nicht auf den Erwerb eines Gutscheins, also eines bloßen Papiers, gerichtet, sondern darauf, dass der Beschenkte oder der Inhaber des Gutscheins, die Leistungen des Unternehmens konsumieren kann.

Es kann eine Vielzahl von Gründen geben, die den Beschenkten daran hindern, den Gutschein innerhalb von zwei Jahren einzulösen. Der OGH befand diese Klausel für nichtig.

Zusammenfassend steht fest:

- Es gibt weder ein gesetzliches Umtausch- noch Rückgaberecht. Die meisten Firmen räumen ihren Kunden diese Möglichkeiten jedoch ein. Im Zweifelsfall sollte man sich das Umtausch- oder Rückgaberecht (in Bargeld retour) am Kassenschein vermerken lassen.
- Beim Kauf von Gutscheinen sollte man darauf achten, dass die angegebene Einlösefrist nicht zu kurz bemessen ist. Als Beschenkte muss man ebenfalls darauf achten, wie lange der Gutschein gilt. Ist keine Befristung angeführt, gilt der Gutschein 30 Jahre. Bei einer langen Frist ist es jedoch sinnvoll, den Gutschein nicht zu lange „aufzubewahren“. Es könnte sein, dass die betreffende Firma irgendwann nicht mehr existiert. Wenn ein Unternehmen insolvent, also zahlungsunfähig wird, müsste der Wert des Gutscheins als Forderung im Konkursverfahren angemeldet werden. Das ist jedoch vor allem bei kleineren Beträgen nicht zu empfehlen, weil die Anmeldung der Forderung mit Kosten verbunden ist und im Konkursverfahren in der Regel nur ein kleiner Teil der eingebrachten Forderungshöhe tatsächlich ausbezahlt wird.

pixello.de / Benjamin Klack



pixello.de / Simone Hainz



¹ Binder in Schwimann, § 904 ABGB Rz 63

² OGH 28.6.2012, 7Ob22/12d



QM-RM

Ein risikoarmes Lebkuchenrezept

Stabsstelle QM-RM

Zutaten von bester Qualität:

250 g	Rohrzucker
1 Msp.	Vanille
1 Msp.	Zimt
300 g	Mehl (Dinkelvollkornmehl)
1 Pkt.	Backpulver
150 g	Haselnüsse, gemahlen
3 EL	Kakaopulver
1 Pkt.	Lebkuchengewürz
250 ml	Milch
150 g	Butter
3 EL	Honig
4	Eier

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Zucker, Vanille, Zimt, Mehl, Backpulver, Nüsse, Kakao und Lebkuchengewürz mischen. Die Milch erhitzen (nicht kochen) und die Butter hineingeben, schmelzen lassen.

Ein bisschen abkühlen lassen und unter die Mehlmischung geben, sofort verrühren.

Dann die Eier und den Honig dazu geben – es soll ein homogener Teig entstehen.

Das Ganze auf ein gefettetes Blech streichen und ca. 15 Minuten bei 200 °C backen – abkühlen lassen und in kleine Rechtecke schneiden.

Gutes Gelingen wünscht das Team der Stabsstelle QM-RM!



Christoph Schmoz / www.pixello.de



Privat



Privat

QM-RM

Daran kann man sich messen

Univ.-Prof. Dr. Beate Tiran



© Gesundheitsfond Steiermark/ARTige Bilder Fotografie Hannes Loske

(v.l.n.r.): P. Legen, DKKS Chr. Tax MSc, U. Knebel, Univ.-Prof. Dr. B. Tiran, ÄD o. Univ.-Prof. Dr. G. Brunner, LR Mag. K. Edlinger-Ploder

13 eingereichte Projekte, drei Finalisten, ein Erfolg. Das LKH-Univ. Klinikum Graz wurde beim Steirischen Qualitätspreis SALUS 2013 für seine Laboranalytik direkt am Krankenbett ausgezeichnet. Der Platz am Stockerl bestätigt die hervorragende Leistung der Mitarbeiter.

Der SALUS steht für Qualität im Gesundheitswesen und für das Bemühen, diese Qualität weiter zu steigern. Zum fünften Mal wurde der Preis heuer von der Gesundheitsplattform Steiermark vergeben, das LKH-Univ. Klinikum Graz hat mit seinem qualitätsgesicherten Point-of-Care-

Testing (q-POCT) teilgenommen und es damit bis ins Finale geschafft. Denn gerade bei diesen Tests, die direkt am Krankenbett durchgeführt werden, und somit sofort in die Behandlung einbezogen werden, muss die Qualität zu einhundert Prozent stimmen. Ungenaue Werte könnten die Sicherheit der Patienten gefährden.

Bereits seit 2006 erfolgt am Klinikum der systematische Aufbau des q-POCT und die damit verbundene lückenlose Dokumentation der Messwerte. Diese Laboranalytik wird vom Personal – ohne formale Laborausbildung – angewandt. Mitarbeiter des eigens geschaffenen perma-

nenten POCT-Arbeitsplatzes schulen ihre Kollegen im Umgang mit den Geräten. Bis dato wurden 2.420 Mitarbeiter angelernt, ein Drittel davon sogar an mehreren unterschiedlichen Geräten. 49 Stationen wurden bisher in das Projekt integriert. Meistens betreffen die POCT-Messungen Blutzucker- oder die Blutgaswerte der Patienten auf den Stationen, den Intensivstationen sowie in den Operationssälen. Um die Qualität von vornherein sicherzustellen, hat das LKH-Univ. Klinikum Graz eine Richtlinie erlassen und nimmt so eine Vorreiterrolle ein – über die Grenzen der Steiermark hinaus.

”

49 Stationen beteiligen sich bereits erfolgreich am Projekt.

“

Die POCT-Bestimmungen am Klinikum beinhalten die regelmäßige Messung von Kontrollmaterial, um Messfehler auszuschließen beziehungsweise sie umgehend zu korrigieren. Auch eine eigene Hotline kümmert sich um Problemlösungen für POCT-Anwender. Im Durchschnitt wird die Hotline täglich acht Mal kontaktiert. Außerhalb der Regeldienstzeit stehen bei Geräteproblemen Ersatzgeräte im Laborinstitut bereit. Blutzuckergeräte verschiedener Hersteller lieferten aufgrund unterschiedlicher Kalibrationsmethoden bis 40 Prozent abweichende Werte. Seit am LKH-Univ. Klinikum Graz nur mehr ein System für die 54 POCT-Blutzuckermessgeräte verwendet wird, konnte die Abweichung bei Messwerten auf vier Prozent reduziert werden. Ein großer Schritt in der Patientenversorgung, der das ohnehin schon sehr hohe Niveau weiter hebt.

Die Gesundheitsplattform Steiermark, die sich vom q-POCT-Konzept am LKH-Univ. Klinikum Graz begeistert zeigte, finanzierte im Übrigen die Gestaltung eines Kurzfilms. Er ist im Intranet auf der Seite des Qualitäts- und Risikomanagements abrufbar.



B. Tiran



B. Tiran



Scannen Sie diesen Code mit Ihrem Smartphone und sehen Sie die Umsetzung des q-POCT am LKH-Univ. Klinikum Graz (Stand Herbst 2013)

QM-RM

Gelebtes Risikomanagement

Mag. (FH) Karina Leitgeb / Brigitte Kober, BA, MA



W. Steiber

Von Experten für Experten: Am 19. September 2013 fand der erste Grazer Risikotag statt. Ein neues System für Klinisches Risikomanagement steht seither zur Verfügung, fünf neue Organisationseinheiten erhielten Urkunden.

Die „Aktion saubere Hände“ gehörte dazu. Der Einsatz von Checklisten zur Dienstübergabe war auch dabei.

Das Allergiearmband durfte nicht fehlen, und das sichere Medikamentenmanagement wurde auch thematisiert. Schließlich sind das alles Best-Practice-Beispiele aus dem Klinikum-Alltag – und feste Bestandteile des Klinischen Risikomanagements. Bessere Schwerpunkte hätte es für den 1. Grazer Risikotag am LKH-Univ. Klinikum Graz also nicht geben können. Gelebtes Risikomanagement, von Experten für Experten.

Im Zuge des Risikotages wurde den Mitarbeitern ein weiteres wichtiges Instrument des Risikomanagements vor- und zur Verfügung gestellt. Am 19. September erfolgte die Freischaltung von CIRS (Critical Incident Reporting System) für das LKH-Univ. Klinikum Graz. Mit Hilfe dieses neuen Systems können kritische Ereignisse im Zusammenhang mit der Patientensicherheit gemeldet und in weiterer Folge interdisziplinär bearbeitet und in Zukunft vermieden werden.

Der Risikotag war auch der festliche Rahmen für die Überreichung der Urkunden für weitere fünf Organisationseinheiten, die den Abschluss des Projektes „Implementierung Klinisches Risikomanagement“ durch ein externes Audit feiern konnten. Die VertreterInnen der Univ. für Dermatologie und Venerologie, Univ.-Klinik für Neurochirurgie, Univ.-Klinik für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie, des Ernährungsmedizinischen Dienstes und des Klinischen Institutes für Medizinische und Chemische Labordiagnostik (KIMCL) bekamen die Urkunden von der Vizerektorin für Forschung und Internationales der Medizinischen Universität Graz, ao. Univ.-Prof. Dr. phil. Dr. h.c. Irmgard Lippe und des Ärztlichen

Direktors des LKH-Univ. Klinikum Graz, ao. Univ.-Prof. Dr. Gernot Brunner, überreicht. Aufgrund des großen Interesses steht bereits der Termin für den zweiten Grazer Risikotag: Vorzumerken gilt es den 25. September 2014.

Ao. Univ.-Prof. Dr. phil. Dr. h. c. Irmgard Lippe, Vizerektorin für Forschung und Internationales an der Med Uni Graz, und der Ärztliche Direktor des LKH-Univ. Klinikum Graz, ao. Univ.-Prof. Dr. Gernot Brunner, überreichten die Urkunden für den Abschluss des Projektes „Implementierung Klinisches Risikomanagement“ an:

- die Univ.-Klinik für Dermatologie und Venerologie
- die Univ.-Klinik für Neurochirurgie
- die Univ.-Klinik für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie
- den Ernährungsmedizinischen Dienst
- das Klinische Institut für Medizinische und Chemische Labordiagnostik

Zinfühlsames für Freude, Glück und Trauer



Fleuropdienst

Am Leonhardplatz 1

8010 Graz

neben LKH

☎ 0316 / 38 65 25

Fax 0316 / 38 65 25-9

In der dm-Passage

8010 Graz

Plüddemanngasse 70-72

☎ 0316 / 42 90 20

Fax 0316 / 42 90 20-9



office@blumenrauch.at





ERNÄHRUNG

Ein Schluckerl in Ehren

... kann niemand verwehren. Gerade jetzt, wo sich berufliche und private Weihnachtsfeiern abwechseln und auch noch Silvester vor der Tür steht, darf's ruhig ein bisserl Wein sein. Hauptsache, die Partygäste übertreiben es mit dem Bier nicht und der Alkoholkonsum ist für sie auch nicht potenziell gefährlich.

Diätologin Maria Leopold



Ein Gläschen da, ein Gläschen dort und dann noch ein kleines Gläschen, bevor man sich auf den Heimweg macht. Na Prost! Ob Glühwein, Punsch oder Sekt, vor Weihnachten gehört es sich halt irgendwie doch, einmal mit allen anzustoßen. Auf die Feiertage, auf das vergangene Jahr, auf das neue Jahr, auf die gute Zusammenarbeit. Und oft ist es gleich noch ein Stückchen lustiger, wenn der Sekt auch noch im Bauch weiterprickelt. Für viele Menschen ist Alkohol – in gemäßiger Form – ein wesentlicher Bestandteil des Lebens. Haben die Österreicher im Alter zwischen 15 und 99 im Jahr 1955 noch etwa 15,5 Gramm Alkohol pro Tag (ca. 1/8 l Wein, ca. 1/2 Flasche Bier) zu sich genommen, waren es 2007 schon etwa 28 Gramm Alkohol. Also fast das Doppelte. Das gemütliche Feierabendbier gehört mittlerweile genauso zum After-Work-Programm wie das Achterl Wein zum Mittagessen. Im Grunde in Ordnung. Alkohol ist ein Genussmittel und ein Energielieferant. Aber auch eine psychoaktive Substanz mit vielfältigen Wirkungen, auf die man im Vorhinein achten sollte.

Alkohol und seine Auswirkungen

Grundsätzlich besteht bei **erhöhtem Alkoholkonsum** ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung von akuten (Intoxikation) und chronischen Erkrankungen wie Herz- und Kreislauferkrankungen, alkoholbedingte Depressionen sowie Alkoholabhängigkeit. Auch soziale Probleme können auftreten: Störungen innerhalb der Familie, Führerscheinentzug, Arbeitsplatzverlust. Jeder Mensch hat ein individuell unterschiedliches Risiko für alkoholbezogene Beeinträchtigungen und sollte sich dementsprechend verhalten.

Empfehlungen für gesunde Menschen ohne genetische und erworbene gesundheitliche Belastungen:

1. Die risikoarme Schwellendosis beträgt bei Männern 24 g, bei Frauen hingegen die Hälfte, nämlich 12 g Alkohol pro Tag. (Männer: ca. 1/4 l Wein oder 1 Flasche Bier; Frauen: ca. 1/8 l Wein oder 1/2 Flasche Bier)
2. Pro Woche sollen mindestens zwei alkoholfreie Tage eingehalten werden.
3. Alkohol soll in jeglicher Form unter folgenden Umständen gemieden werden: am Arbeitsplatz, bei der Bedienung von Maschinen, im Straßenverkehr, beim Sport, in der Schwangerschaft und Laktation, nach erfolgreichem Alkoholentzug.
4. Jugendliche sollen Alkohol überhaupt weitestgehend vermeiden.
5. „Binge drinking“ – quasi „Komatrinken“ – sollte aufgrund der Gefahr einer Alkoholvergiftung grundsätzlich vermieden werden. Binge drinking bedeutet laut DHS, dass Männer mehr als 50 g Alkohol und Frauen mehr als 25 g Alkohol in einer Trinkepisode zu sich nehmen.

Empfehlung bei einem genetischen Risiko für alkoholassoziierte Erkrankungen:

Alkohol sollte prinzipiell nur gelegentlich in geringen Mengen aufgenommen werden.

Diese Personen zählen zu dieser Gruppe:

- Personen, bei denen mindestens ein Elternteil alkoholabhängig ist
- Personen mit einer positiven Familienanamnese für Brustkrebs und Dickdarmkarzinomen

Empfehlung bei erworbenen Erkrankungen, die durch Alkohol verschlechtert werden können:

Der Alkoholkonsum sollte reduziert werden.

Diese Erkrankungen spielen dabei eine Rolle:

- Gastrointestinale Erkrankungen, beispielsweise gastroösophageale Refluxerkrankungen, Polypen im Dickdarm, Colitis ulcerosa, Pankreaserkrankungen, Lebererkrankungen, Hämochromatose
- Stoffwechselerkrankungen, beispielsweise Diabetes (Hypoglykämiegefahr), Hypertriglyceridämie, Gicht
- Kardiologische Erkrankungen, beispielsweise Kardiomyopathie, Rhythmusstörungen einschließlich Vorhofflimmern mit absoluter Arrhythmie, Hypertonie
- Und auch: Erkrankungen von Muskulatur und Knochen, Neurologische Erkrankungen, Demenz, Depression

Empfehlungen zur Prävention bei bestimmten Indikationen

Die **protektive Reduzierung eines kardiovaskulären Risikos** durch Alkoholkonsum trifft nur auf folgende Personen zu:

- Personen nach diagnostiziertem Herzinfarkt oder einem ischämischen Hirninfarkt
- Ältere Personen, welche mehr als einen Risikofaktor für Koronare Herzerkrankungen haben, wobei eine Hypertonie ausgeschlossen sein sollte, nachdem Alkohol den Hypertonus begünstigt

Empfehlung für gesunde Menschen jüngerer Alters ohne kardiovaskuläres Risiko

Die Schwellendosis sollte nicht überschritten werden. Die folgende Tabelle gibt dafür Anhaltspunkte (Daten wurden gerundet).

Schwellendosis (Männer: 24 g Alkohol/Tag, Frauen: 12 g Alkohol/Tag)		
Menge: Männer/Frauen	Getränk (Vol %)	Kcal: Männer/Frauen
5,0 l/2,5 l	alkoholfreies Bier (0,6 %)	1250/625
1,5 l/0,75 l	Leichtbier (2 %)	400/200

Schwellendosis (Männer: 24 g Alkohol/Tag, Frauen: 12 g Alkohol/Tag)		
Menge: Männer/Frauen	Getränk (Vol %)	Kcal: Männer/Frauen
0,6 l/0,3 l	Bier (5 %)	220/110
350 ml/125 ml	Starkbier (8 %)	240/120
0,5 l/0,25 l	Most (6 %)	230/115
250 ml/125 ml	Sekt (13 %)	200/100
250 ml/125 ml	Wein (12 %)	180/90
90 ml/45 ml	Korn (32 %)	190/95
70 ml/35 ml	Bacardi (40 %)	170/85
60 ml/30 ml	Obstbrand (45 %)	150/75

Bei all den Risiken und Nebenwirkungen ist Alkohol aber auch ein bedeutender Energielieferant. So wird Alkohol daher bei allen energiereduzierten Kostformen nicht oder nur selten empfohlen. Bei Appetitmangel kann Alkohol hingegen anregend wirken und somit zu einer vermehrten Kalorienzufuhr beitragen.

Was ungeachtet von allem gilt: Jeder kennt sich und seinen Körper am besten – und weiß, wie viel Alkohol er verträgt und wie viel Alkohol ihm gut tut. Letztendlich liegt es also an einem selbst, auf das dritte Stamperl zu verzichten und die Gesundheit – die eigene und die der anderen – nicht zu gefährden.

Quellen:

Bundesministerium für Gesundheit, Handbuch Alkohol – Österreich, 2009
H. Seitz, G. Bühringer, Empfehlungen des wissenschaftlichen Kuratoriums der DHS zu Grenzwerten für den Konsum alkoholischer Getränke, <http://www.dhs.de>



GESUNDHEIT

Keine Ausreden mehr

Sport im Winter? Zu kalt, zu dunkel, da fordert man das Krankwerden ja nur heraus. Um Ausreden war noch niemand verlegen, wenn es ums Trainieren in der Kälte gegangen ist. Dabei ist gerade der Winter die richtige Zeit, um Körper und Seele etwas Gutes zu tun.

W. Lawatsch



W. Lawatsch



W. Lawatsch



Der Schweinehund – ihn zu besiegen, ist die letzte große Kunst der Menschheit. Vor allem im Winter. Allein beim Gedanken, den ersten Schritt vor die Tür zu setzen und den Temperaturschock zwischen geheizten Räumen und dem frostigen Draußen zu überwinden, winselt die innere Stimme. Die schlechte Nachricht: Da hilft nur Augen zu und durch! Hat man dieses erste fiese Hindernis aber überwunden, wird der Körper belohnt. Vielleicht sollten Sie daran denken, wenn Sie das nächste Mal die Tür ins Freie öffnen.

Beim Sporteln im Winter erhöht sich zuallererst die Körpertemperatur, so dass wohlige Wärme beziehungsweise sogar leichtes Schwitzen entsteht. (Na immerhin!) Die Muskulatur ist in Bewegung und gibt die Wärme nach außen ab. Der schnelle Herzschlag beschleunigt diesen Prozess. 80 Prozent der aufgenommenen Energie wird so in Körperwärme umgewandelt. Ob man bei winterlichen Temperaturen tatsächlich ins Schwitzen kommt, also richtig, ist von zweierlei Dingen abhängig: von der Außentemperatur und von der eigenen Veranlagung. Ein paar Meter laufen und schon hat man die heimische Heizung vergessen.

Was Ihnen möglicherweise noch hilft, vom Sofa aufzustehen: Ist der Körper kälteren Temperaturen ausgesetzt, wird er abgehärtet – er lernt Extreme kennen. So kann er Erkältungen und grippalen Infekten viel mehr Widerstand entgegensetzen – das Immunsystem wird gestärkt. Menschen, die im Winter sporteln, werden weniger häufig krank. Weiterer netter Nebeneffekt: Durch die erhöhte Sauerstoffzufuhr bei der Bewegung im Freien wird das Blut sehr stark mit Sauerstoff angereichert, was den Kopf durchlüftet, frische Gedanken und gleichzeitig Entspannung bringt.

Eine der beliebtesten Freiluft-Sportarten ist nach wie vor das Joggen. Es verbessert die Kondition im sportwissenschaftlichen Sinne und Läufer werden gleichzeitig robuster, was Stress und Ärger im alltäglichen Leben angeht. Im Winter könnte man sich eventuell überlegen, Nordic Walking auszuprobieren. Den Gegenwind, der beim Joggen entsteht, empfinden manche als unangenehm. Durch schnelles Gehen – eben wie beim Nordic Walking – schwächt der Wind dagegen ab, die Eiszapfen an der Nasenspitze gehören der Vergangenheit an.

Achtung bei der Atmung

Bei sibirischen Temperaturen (Wir sprechen hier von minus 20 Grad und weniger!) sollte man keiner körperlichen Aktivität im Freien nachgehen. Da darf sich der Schweinehund getrost vors Kaminfeuer legen. Aber selbst bei einem richtig kalten Winter ist das Sporteln in unseren Breiten gefahrlos möglich (bis etwa minus 10 Grad). Bei der Atmung sollte man folgendes beachten:

Nämlich dass Atemwege der kalten Luft beinahe ungeschützt ausgesetzt sind. Zum Vergleich: Den Körper kann man mit der passenden Kleidung schützen. Daher empfiehlt sich ein dünner Schal, der die Atemwege zumindest ein wenig schützt.

Bekleidung

Hat man sich aufgerafft, gilt es, an die richtige Sportkleidung zu denken. Schließlich geht es darum, dem Körper etwas Gutes zu tun, und nicht der Gesundheit zu schaden. Die abgedroschenste aller (Läufer-)Weisheiten – „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ – besitzt somit ein Fünkchen Wahrheit. Beim Joggen müssen sich Läufer gegen Kälte, Niederschläge und Wind schützen. Das Zauberwort: Zwiebelprinzip. Funktionsunterwäsche/Skiunterwäsche – Shirt – Fleecepullover – und Jacke. Wenn es zu warm wird, der Reihe nach ausziehen, also schälen.

”

Das Zauberwort
beim Joggen im Winter
lautet: Zwiebelprinzip.

“

Eine Mütze ist nicht verkehrt, denn der größte Wärmeverlust passiert über die Kopfhaut. Dünne Handschuhe schützen die Finger, Fettcremes die Gesichtshaut. An die Beine kommen Skiunterwäsche und eine Laufhose, damit auch das Gesäß warm bleibt. Bei den Schuhen dürfen Läufer ruhig die Sommerlaufschuhe anbehalten und nur dickere Socken anziehen. Wenn Sie wirklich im Schnee trainieren möchten, passen Sie auf die Glatteisgefahr auf! Dem Mini-Marathon steht nun nichts mehr im Weg.

Für alle Nicht-Jogger: Keine Sorge, Sie müssen den Winter nicht in eine dicke Woldecke eingemummt vor dem Fernseher verbringen. Da gäbe es nämlich noch Langlaufen, Schneeschuhwandern, Eislaufen, Mountainbiken ...



W. Lavatsch



W. Lavatsch

GESUNDHEIT

Tanzen mit dem Profi

DGT Wolfgang Lawatsch



W. Lawatsch

Auch so kann Gesundheitsförderung ausschauen: „Dancing Star“ Balázs Ekker lädt zum Tanzabend am LKH-Univ. Klinikum Graz ein – und die Mitarbeiter lassen sich nicht zweimal bitten. Von heißen Sohlen am Tanzparkett.

60 Füße, 30 Tanzpaare und ein geduldiger Lehrer. Unter Anleitung von Balázs Ekker wurden im Herbst die ersten Runden durch den „Ballroom“ im Seminarzentrum gedreht. Anfänger und Fortgeschrittene gleiten elegant übers Parkett. Ein spaßiger Tanzabend, der auch einen ernsten Hintergrund hat: Gemeinsam mit der Med Uni Graz setzt die Betriebliche Gesundheitsförderung des LKH-Univ. Klinikum Graz damit nämlich einen ganz besonderen Schwerpunkt in den Bereichen Bewegung, Koordination und Ausdauer. Ein Tanzpaar hat gleich zu Beginn auf sich aufmerksam gemacht und mit tänzerischem Können auch Trainer Ekker überzeugt: Med Uni Graz Rektor Univ.-Prof. Dr. Josef Smolle mit Gattin. Das sportliche Duo war der Beweis dafür, wie anspruchsvoll Tanzen sein kann. Auch wenn es einfach aussieht, wer über das Parkett wirbelt,

muss körperlich fit sein. „Tanzen ist daher ein wichtiger Teil einer Gesundheitsförderung“, sagt Rektor Smolle.

Was Tanzen bewirkt

Genau wie Gymnastik und Sport hat auch das Tanzen einen positiven Einfluss auf Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Gleichgewicht sowie Koordination. Dazu kommt, dass Tanzen zusätzlich eine hohe soziale Komponente aufweist. Bei dem Versuch, die persönlichen Anforderungen gemeinsam mit denen des Tanzlehrers umzusetzen, wird der eigene Blick geschult und die Fähigkeit verbessert, Informationen zu verstehen und zu verarbeiten. Das Miteinander in der Gruppe und als Paar – ganz ohne Konkurrenzdenken – fördert Verständnis und Toleranz untereinander. Tanzen hebt auch die Stimmung und kann Glücksgefühle auslösen. Diese vielfältigen Wirkungen kommen besonders beim Paartanz zum Tragen. Tanzen ist nicht einfach nur irgendein Sport, beim Tanzen werden fast alle Körper- und Hirnregionen sowie -funktionen gefordert und trainiert, beispielsweise:

- Schulung von Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit der Wirbelsäule
- Bessere Durchblutung der Muskulatur, Steigerung der Fitness
- Verbesserung der Feinmotorik
- Schulung des Tastsinnes
- Förderung der Musikwahrnehmung
- Training des Gedächtnisses (nächste Figuren, Haltung etc.)
- Erhöhung des Lernvermögens und der Kreativität
- Förderung der Kommunikation
- Steigerung der Hormonproduktion
- Freisetzung von Endorphinen

Kein Wunder also, dass die Teilnehmer des ersten Tanzabends zwar verschwitzt, aber glücklich nach Hause gegangen sind.

Aufgrund der großen Nachfrage versuchen wir im Übrigen, einen weiteren Tanzkurs im Frühjahr 2014 zu organisieren. Damit alle interessierten Mitarbeiter die Möglichkeit haben, neue Tanzschritte zu lernen.

Lieber Herr Ekker, herzlichen Dank, dass Sie trotz vollem Terminkalenders den Weg nach Graz gefunden haben.

BALÁZS EKKER: Auch für mich ist es eine Freude, hier zu sein und mit dem Tanzabend ein Teil eurer Gesundheitsförderung sein zu dürfen.

Sie betreiben gemeinsam mit Ihrer Frau eine Tanzschule in Győr. Welche Kurse bieten Sie an?

EKKER: Unser Angebot umfasst vieles. Zum einen natürlich Gesellschaftstanzkurse, zum anderen auch besondere Kurse wie zum Beispiel: Karibische Tänze, Swing-Boogie, Latin for Ladies, Argentinischer Tango, Salsa. Sogar Bühnentanz ist dabei.

Was zeichnet Ihre Tanzschule aus?

EKKER: Wichtig ist uns, dass unsere Kunden das Gelernte auch sofort anwenden können. Auf Bällen, Tanzabenden, Sommertanzlager ... Sie müssen sich auf der Tanzfläche nicht mehr verstecken. Deshalb haben wir uns auch dazu entschieden, unsere Tanzschule nach diesem Muster aufzubauen. Wir sind unglaublich stolz, dass wir im Februar 2011 unser eigenes EL PASO Tanz- & Veranstaltungszentrum eröffnen konnten. Es liegt direkt am Fluss Rab und nur zwei Minuten von der Altstadt Győr entfernt. Eine tolle Location! Zurzeit arbeiten wir weiter daran, unsere Ideen umzusetzen. Zwar ist das viel Arbeit, aber unsere Leidenschaft ist und bleibt das Tanzen. Dafür geben wir alles!



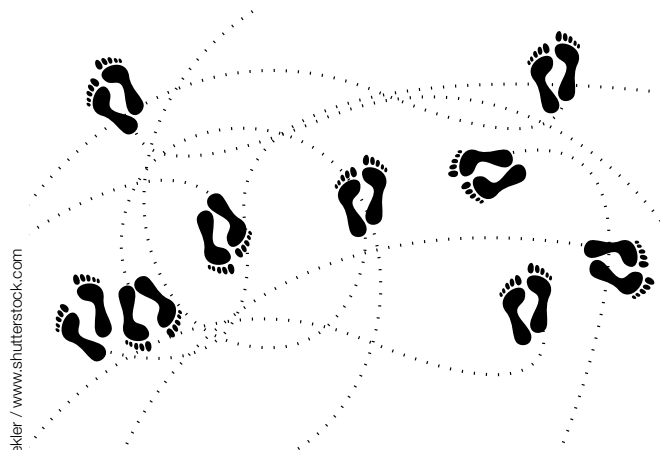
El Paso Tónc

So schaut Tanzen bei den Profis aus!



El Paso Tónc

Die Tanzschule von Balázs Ekker in Győr



ekker / www.shutterstock.com



KLINIKBLICK

So modern ist die Zukunft am Klinikum

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger

Baubeginn, Halbzeit oder Zieleinlauf: Diese Bauprojekte entstehen derzeit am LKH-Univ. Klinikum – oder sind bereits für Patienten geöffnet.

1 Bitte lächeln

Die **Univ.-Klinik für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde** bekommt ein neues Zuhause. Nach der Spatenstichfeier am 5. Juni wird es bis Mitte 2015 dauern, ehe der fertige Neubau betriebsbereit ist. Alle Abteilungen – außer die der Kieferchirurgie – befinden sich dann an einem Standort. Für Ärzte aber auch Studenten und vor allem für Patienten ist das eine enorme Erleichterung. Zusätzlich wird die neue Zahnklinik dem höchsten internationalen Standard entsprechen.

2 Immer betriebsbereit

Auch das sogenannte Chirurgie-Hochhaus hat das Projekt „Modernität“ in Angriff genommen. Am 18. Juli erfolgte die Spatenstichfeier für die Bauetappe 1 des neuen **Chirurgiekomplexes**. Erweiterung und Generalsanierung des Gebäudes werden in Angriff genommen und in den nächsten 12 bis 14 Jahren fertiggestellt. Bauphase 1 beinhaltet den Zubau eines neuen Traktes, dem D-Trakt. Trotz Bauarbeiten wird der Betrieb der Kliniken in seiner jetzigen Form aufrecht erhalten.

3 Klinik bald zentral versorgt

Am 15. Juli wurde gefeiert: 19 Monate unfallfreie Bauzeit und termingerechte Fertigstellung des Rohbaus. Bei der Errichtung des achtgeschossigen **Versorgungszentrums** am LKH-Univ. Klinikum Graz läuft bisher alles nach Plan. Das Gebäude, das ab Mai 2015 unter anderem Anstaltsapotheke, Küche, Speisesaal und Zentralsterilisation beinhaltet, wird zum logistischen Dreh- und Angelpunkt. Es gilt immerhin, die Versorgung für das gesamte Klinikum sicherzustellen – vergleichbar mit der Versorgung einer Kleinstadt mit etwa 5.000 Einwohnern.

4 Wohlfühlklinik für Frauen

Sie ist nicht nur modern, sie schaut auch so aus: die neu gestaltete **Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe**. Die Eröffnungsfeier fand am 14. Juni statt, nachdem die Arbeiten nach 16 Jahren und fünf Monaten abgeschlossen waren. Die Investitionen – etwa in den Bereichen Infrastruktur und Architektur – belaufen sich auf 40 Millionen Euro und haben sich schon jetzt ausgezahlt: In der Frauenklinik wird auf höchstem internationalen Qualitätsniveau gearbeitet. Patientinnen der zwei Abteilungen – Klinische Abteilung für Geburtshilfe und Klinische Abteilung für Gynäkologie – fühlen sich so noch wohler.

5 Spitzenreiter in Europa

18 Jahre hat es gedauert, heuer wurde die **Univ.-Klinik für Innere Medizin** fertiggestellt – mit der Eröffnungsfeier am 26. Juni. Seit 1995 waren die Bauarbeiten bereits im Gange. Zwei Erweiterungsbauten und die Sanierung der drei bestehenden Trakte hieven die Uniklinik auf ein hohes internationales Niveau. 124 Millionen Euro (Preisbasis 2013) kostete die Modernisierung des Gebäudes, das laut KAGes-Vorständen Univ.-Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg und Dipl. KHBW Ernst Fartek, MBA „in Europas Spitzenliga eine führende Rolle übernehmen kann“.

6 Bauen für den Nachwuchs

Am 27. November haben sich Groß und Klein gemeinsam gefreut: bei der Gleichfeier für den neuen Kindergarten. Ende Mai 2014 soll das Modul 1 voraussichtlich fertiggestellt werden, zwei Monate später findet dann auch der Umzug in die modernen und großzügig gestalteten Räumlichkeiten statt. Das neue Gebäude wird ab dem kommenden Jahr von der KAGes und der Med Uni Graz genutzt.

KLINIKBLICK

Die Niere – Vorsorge und Behandlung

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

Pflegedirektorin DKKS Christa Tax, MSc (links außen) und Ärztlicher Direktor Univ.-Prof. Dr. Gernot Brunner (rechts außen) mit den Experten „Rund um die Niere“ des LKH-Univ. Klinikum Graz: (v.l.n.r.) Diätologin Maria Leopold, DGKS Karin Pfeffer, DGKS Roswitha Wünschler, DGKS Andrea Schafzahl, Univ.-Prof. Dr. Alexander Rosenkranz, DGKS Katrin Popodi und Ass.-Prof. Dr. Sabine Zitta

Bei der Veranstaltung „Alles rund um die Niere“ vom Pflege- und Ärzteteam der Klinischen Abteilung für Nephrologie wurde das Organ von allen Seiten beleuchtet. Aufgaben und Erkrankungen wurden vorgestellt, Vorbeugemaßnahmen genau erläutert.

Was nicht weh tut, wird nicht untersucht. Gerade bei unseren Nieren, wo Erkrankungen längere Zeit schmerzfrei bleiben können, ist die Prävention daher besonders wichtig. Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Pflege & Medizin“ am 9. Oktober haben sieben Experten der Klinischen Abteilung für Nephrologie über das Organ und seine Besonderheiten aufgeklärt. Im Anschluss an die Vorträge hatte das Publikum die Möglichkeit, Fragen zu stellen – was von diesem gerne und mit viel Interesse gemacht wurde. In der Nephrologie am LKH-Univ. Klinikum Graz, der größten Nierenambulanz Österreichs, werden unter anderem chronische Nierenerkrankungen behandelt. Diese, so erfahren die zahlreichen Besucher, sind oft eine Folge der so genannten „Wohstandsgesellschaft“. Falsche und einsei-



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

Wieder großes Interesse bei „Pflege & Medizin“

tige Ernährung und wenig Sport können zu Erkrankungen der Niere führen, die ihren Aufgaben (Filtern, Entgiften) daraufhin nur mehr schlecht nachkommen kann. Eine Dialyse (Blutwäsche) wird notwendig.

Auf eine „neue“ Niere warten Patienten im Schnitt 43,3 Monate. Damit es gar nicht erst so weit kommt, reicht es oft, ein paar Änderungen im Alltag umzusetzen.

Um einer Nierenerkrankung vorzubeugen, sollte pro Tag eine halbe Stunde Sport betrieben werden. Blutzucker

und Blutdruck müssen kontrolliert werden. Eine gesunde Ernährung sowie eine gesunde Flüssigkeitszufuhr sind ebenfalls wichtig. Rauchen ist ein Tabu, die regelmäßige Einnahme von Schmerzpräparaten sollte auch vermieden werden. Besteht ein erhöhtes Risiko, an der Niere zu erkranken, muss die Nierenfunktion durch einen Blut- und Harntest bei einem Hausarzt regelmäßig überprüft werden. Die Veranstaltungsreihe „Pflege & Medizin“ wird auch 2014 mit zwei Vortragsabenden fortgeführt.

Neues für den Nachwuchs

Carina Gschanees-Schweiger



Rundes Jubiläum: Von 2. bis 4. September fanden heuer die fünften Bildungstage für Lehrlinge am LKH-Univ. Klinikum Graz statt.

Die Veranstaltung – das kann man ruhig so sagen – hat mittlerweile Tradition. Für die neuen Lehrlinge am Klinikum sind die Bildungstage eine Orientierungshilfe und die Möglichkeit, mehr über ihren Arbeitsplatz (Geschichte, Kennzahlen) und sein Umfeld zu erfahren. Die Lehrlinge, die schon im zweiten oder gar dritten Lehrjahr sind, können sich in den drei Tagen weiterentwickeln und ihr bisheriges Wissen an ihre Nachfolger weitergeben. Schwerpunktvorträge, beispielsweise zum Thema „Social Media“ und zum richtigen Umgang mit Geld, rundeten die diesjährigen Bildungstage ab. Der Abschluss der Veranstaltung, bei der 30 Lehrlinge des LKH-Univ. Klinikum Graz und zwölf Lehrlinge von anderen Spitälern teilgenommen haben, war der Lehrlingsausflug: ein Fußmarsch zum Kaufhaus Kastner & Öhler mit anschließender Betriebsführung.



KLINIKBLICK

Für die gegenseitige Hilfe

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

BD Mag. G. Falzberger, KAGES-Vorstand Univ.-Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg, Prof. R. Kriesche, PD DKKS Ch. Tax, MSc und AD ao. Univ.-Prof. Dr. Ger- not Brunner befestigen die letzte Plane bei der Baustelle

Startschuss für die dritte Phase von HELP. Zuerst gab es den Protest, dann das Dankeschön. Jetzt zeigen Transparente am LKH-Univ. Klinikum Graz: Die Aktion wird weitergeführt. Unter dem Motto: „All We Need Is Help – All We Do Is Help“, kann sich jeder über den Fortschritt beim Neubau der Chirurgie informieren. Ein QR-Code auf den Plakaten hilft dabei.

Das rot-weiße HELP kehrt ans Klinikum zurück – in Form von Transparenten, die die Baustelle des neuen Chirurgiekomplexes einrahmen. Bauzaun um Bauzaun wurde in den letzten Tagen verhüllt, nur einer blieb frei. Dieser hat sein neues, durch KAGES-Vorstand Univ.-Prof. Dr. Karl-Heinz Tscheliessnigg und Betriebsdirektor Mag. Gebhard Falzberger, erhalten. Die dritte Phase von HELP beginnt. Das Motto: „All We Need Is Help – All We Do Is Help“, also die gegenseitige Hilfe. Zum einen die Hilfe für das Klinikum durch die Finanzierung von Bauten, zum anderen die Hilfe durch das Klinikum für die Patienten.

Ursprünglich war HELP ein Hilferuf des LKH-Univ. Klinikum Graz. Im Jahr 2006 – dem Geburtsjahr der Aktion – wurde das Arbeiten im veralteten und sanierungsbedürftigen Chirurgiegebäude zunehmend unmöglich. KAGES-Vorstand Univ.-Prof. Dr. Tscheliessnigg, damaliger Chef der Univ.-Klinik für Chirurgie, und Künstler Prof. Richard Kriesche kämpften für eine Verbesserung der Zustände und für eine finanzielle Absicherung der notwendigen Bauarbeiten. „HELP war die Initialzündung für die Landespolitik rund um Landeshauptmann-Stellvertreter Hermann Schützenhöfer, uns zu helfen. Gemeinsam mit dem damaligen Finanzminister Pröll konnten die Landespolitik und wir das Budget für den Bau schließlich sicherstellen“, sagt Univ.-Prof. Dr. Tscheliessnigg. Eine Initiative mit Erfolg. Der Spatenstich für die neue Chirurgie ist bereits Geschichte, mit den zugesagten finanziellen Mitteln – auch aus der öffentlichen Hand – ist die Fertigstellung des Gesamtprojekts bis 2022 möglich. Betriebsdirektor Mag. Falzberger: „Der Neubau der Chirurgie ist für uns die größte Herausforderung im Projekt LKH 2020. Damit legen wir einen Meilenstein und



richard kriesche, 2013

Der QR-Code führt jeden via Smartphone zu Baustelleninformationen

sichern unseren Patienten am LKH-Univ. Klinikum Graz die beste Behandlung auf viele weitere Jahre.“
Als Anerkennung an alle, die sich für das Klinikum eingesetzt haben, entstand die zweite Phase von HELP: HELP – Danke.

Die HELP-Aktion ist geprägt vom Stichwort Information. Baufortschritte, Erfolge, Neuigkeiten im Allgemeinen – alles wird kommuniziert. Jeder kann selbst zu einem Teil der Bauarbeiten am neuen Chirurgiekomplex werden. Ein QR-Code auf den Transparenten führt direkt zu den Nachrichten – und zur zentralen Aussage von Phase Drei: „All We Need Is Help – All We Do Is Help.“ Prof. Kriesche: „Das gegenseitige Helfen ist ein endloser Prozess. So sehr sich die Gestaltung unserer Hilfsmittel im Verlauf des Projekts auch ändert, der Leitgedanke von HELP bleibt immer bestehen. Es geht um viel mehr als nur um die Bauarbeiten. Die Gesellschaft hat dem Klinikum geholfen. Jetzt möchte das Klinikum auf dem Kommunikationsweg etwas zurückgeben.“ Denn bis die Patienten tatsächlich vom neuen Chirurgiekomplex profitieren, wird es noch ein bisschen dauern.

Der Chirurgiekomplex – Generalsanierung inkl. Zubau

Die Arbeiten finden in vier wesentlichen Bauetappen statt. Zuerst entstehen der Zubau Süd inkl. Teilbereiche des OP-Zentrums und die Adaption, sowie der Zubau zum C-Trakt. Dann folgen Sanierung des B-Traktes, Adaption des Altbautraktes inkl. Rückführung auf die historische Bausubstanz.

Fläche nach Bauarbeiten: 32.700 m²

Anzahl der Betten: 455 Normalpflegebetten aller chirurgischen Fachdisziplinen, 60 interdisziplinäre Intensivbetten, 38 interdisziplinäre Intensivüberwachungsbetten, 18 tagesklinische Betten und 25 Operationssäle auf drei Ebenen sowie EBA und 46 Ambulanzräume mit zentraler Anmeldung.

Baubeginn: Dezember 2012

Fertigstellung Gesamtprojekt: August 2022

Kosten: 248,75 Millionen Euro



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

Derzeit noch eine einzige große Baustelle ...



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz

... aber im August 2022 wird der Chirurgiekomplex fertig gestellt sein



DI Markus Perntaler/Architekt ZT Gmbh

KLINIKBLICK

30 Jahre GROSSE SCHÜTZEN KLEINE

Mag. Gabriele Blaschitz



Große schützen Kleine

Das Österreichische Komitee für Unfallverhütung im Kindesalter feierte sein Jubiläum sehr abwechslungsreich: mit einem Fest für Kinder an vier Tagen, einer Benefizgala und einer wissenschaftlichen Tagung. Außerdem wurden drei Persönlichkeiten, die den Verein seit vielen Jahren unterstützen mit dem GROSSE-SCHÜTZEN-KLEINE-Ehrenpreis ausgezeichnet.

„Wir haben als kleiner Verein mit einer großen Vision – nämlich eine sichere Welt für unsere Kinder zu schaffen

– begonnen. Und wir können heute stolz sagen, dass wir etwas bewirken konnten“, sagt Dr. Michael Höllwarth, Präsident von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE und langjähriger Vorstand der Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie. So sind die Kinderunfälle in Österreich um 40 % zurückgegangen und die tödlichen Kinderunfälle sogar um 86 %! Das zeigt beeindruckend: Kindersicherheit wirkt! Und das wurde auch groß gefeiert – mit Kindern, Künstlern und zahlreichen internationalen Experten!

Fest für Kinder

An vier Tagen verwandelten sich in der Jubiläumswoche vom 19. – 25. Oktober 2013 die BÄRENBURG am Klinikum und das Kinderzentrum zu einem Spieleparadies für Kinder. Zu den Themen Tiere, Sport, Verkehr und Geschichten reichten die Angebote von Tierworkshops, über Klettern, Fahrrad- und Radhelmcheck, Kasperl- und Kindertheater, Gurtschlitten, Inline-Skaten, Slacklines bis zum Koordinations- und Bewegungsparcours, Kinderschminken und Gipsbemalen. Da wirlte es von aufgeregten Kindern mit begeisterten Eltern. Manche kamen sogar an allen vier Tagen!

Möglich wurde dieser Erfolg nur durch viele helfende Hände, die Stationengestalter der einzelnen Tage und die engagierte Unterstützung durch das Klinikum. Dafür unseren herzlichen Dank!

Bene zgalá

Mit tosendem Applaus bedankte sich das Publikum im Stefaniensaal bei Catch-Pop String-Strong, dem Grazer Gospel Chor, Aniada a Noar, Wolfram Berger sowie Timna Brauer, Elias Meiri und Gernot Rath, die den Abend zu einem mitreisendem Geburtstagsfest von GROSSE SCHÜTZEN KLEINE machten.

Im Rahmen der Benefizgala erhielt Betriebsdirektor Mag. **Gebhard Falzberger** den GROSSE-SCHÜTZEN-KLEINE-Ehrenpreis für die jahrelange kontinuierliche Unterstützung der BÄRENBURG, des 1. Österreichischen Kindersicherheitshauses. Höllwarth: „Ein kleiner Verein mit Visionen braucht immer Partner, die einem unter die Arme greifen. Und so ein verlässlicher Partner ist das Klinikum, über die letzten 30 Jahre. Dafür sagen wir Danke.“ Falzberger erwiderte: „Der Erfolg unserer BÄRENBURG zeigt, wie aus einer kleinen Idee etwas ganz Großes werden kann.“

Die weiteren Ehrenpreise erhielten Bezirkshauptmann HR Dr. **Helmut-Theobald Müller** für das Projekt „Kindersicherer Bezirk Deutschlandsberg“ und der ehemalige Generaldirektor der Raiffeisen-Landesbank Steiermark, Mag. **Markus Mair**, für die substantielle Förderung der BÄRENBURG.

Internationale Tagung

Eröffnet wurde die Tagung „Unfallverhütung bei Kindern – Nationale und internationale Strategien“ von LH Franz Voves und LR Kristina Edlinger-Ploder am 24.10.2013. Der Wissensaustausch zwischen Kinderunfallexperten aus Österreich, Europa, USA, Afrika, Asien und Australien förderte den Transfer von „Best-Practice-Modellen“ und die internationale Vernetzung und Zusammenarbeit.



Große schützen Kleine

Das Fest für Kinder ließ sich auch Klinikvorstand Univ.-Prof. Dr. H. Till (links, 1. Reihe), die Gewinner des Sporttages und (2. Reihe v.l.n.r.) S. Schuster, LAbg. B. Rinner und Ch. Weismaier nicht entgehen



Große schützen Kleine

Präsident em. Univ.-Prof. Dr. M. Höllwarth begrüßte auch LH Franz Voves bei der Tagung

KLINIKBLICK

Und Action! Filmdreh am Klinikum

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



MR Film

„Von einem Tag zum anderen“ heißt eine neue Produktion des ORF und der ARD. Der Film, in dem es um eine vom Schicksal gebeutelte Familie geht, spielt in Graz. Weil die Hauptfigur Maja Baumgartner Krankenschwester und Doktor der Biologie ist, wurde das Klinikum als Kulisse für mehrere Szenen auserkoren. Am 27. September 2013 war es dann soweit – die Klappe ist gefal-

len. Die Filmcrew der Produktionsfirma – bestehend aus 35 Personen – nutzte den Drehtag von 6 Uhr früh bis 20 Uhr abends trotz Schlechtwetters voll aus.

Die Szenen für den Fernsehfilm sind im Kasten, nächstes Jahr wird „Von einem Tag zum anderen“ im ORF und im ARD ausgestrahlt.

KLINIKBLICK

18-mal ONGKG

Wolfgang Lawatsch, DGT / Michael Kazianschütz, MBA, MSc

Das LKH-Univ. Klinikum Graz hat auch heuer wieder an der Gesundheitskonferenz des ONGKG (Österreichisches Netzwerk gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen) in Klagenfurt teilgenommen. Diese hat bereits zum 18. Mal stattgefunden.

Veranstaltungsort der heurigen Konferenz war das Klinikum Klagenfurt am Wörthersee. Die Beiträge der 18. Ausgabe der Gesundheitskonferenz standen unter dem Motto: „Die seelische Gesundheit fördern – Strategien für PatientInnen, MitarbeiterInnen und die regionale Bevölkerung“. Das war aber noch nicht alles, denn die Konferenz am 7. und 8. November war zugleich auch die 7. Österreichische Konferenz „Rauchfreie Gesundheitseinrichtungen“ – auch hier ist das LKH-Univ. Klinikum Graz beteiligt.

Mag. Christine Foussek und Frau Dr. Astrid Klein präsentierten den „Brennpunkt Arbeitsplatz“. Also die Evaluierung psychischer (Fehl-)Belastungen an den Arbeitsplätzen am LKH-Univ. Klinikum Graz. Projektumsetzung und Ergebnisse – Belastungen aber auch positive Veränderungen – waren Bestandteil des Vortrags.

Michael Kazianschütz, MBA, MSc stellte gemeinsam mit Mag. Waltraud Posch von „VIVID – Fachstelle für Suchtprävention“ das „Rauchfreie Krankenhaus“ vor. Auch die Schnittstellen und Synergien, welche sich aus beiden Initiativen ergeben, wurden thematisiert. Im Vordergrund stand vor allem, wie der „Schulterschluss der Gesundheitsorganisationen“ im Setting eines Bundeslandes effektiv dazu beitragen kann, das Thema Rauchen so zu positionieren, um möglichst viele zum Nichtrauchen anzuregen.

Wolfgang Lawatsch präsentierte im Rahmen der Poster-Präsentation „Licht, Farbe und Gesundheit“ sowie die gleichnamige, in Kooperation mit dem Österreichischen Institut für Licht und Farbe organisierte Konferenz. Diese fand am 21. und 22. November statt.



W. Lawatsch

v.l.n.r.: M. Kazianschütz, MBA, MSc, Dr. A. Klein, Mag. Chr. Foussek, W. Lawatsch, DGT

ONGKG ist die Abkürzung für Österreichisches Netzwerk gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen. Seit 1996 betreut und unterstützt der gemeinnützige Verein Krankenhäuser im Hinblick auf Gesundheitsförderung. Neue Strukturen oder Leistungen, die Mitarbeitern bei ihrer Arbeit helfen sowie Verbesserungen für PatientInnen bringen, sollen mit Hilfe der Organisation implementiert werden.

Mehr Informationen: www.ongkg.at

KLINIKBLICK

Lichtspiele und Farbpracht am Klinikum

Stabsstelle PR



W. Stieber / LKH-Univ. Klinikum Graz



KAGES Vorstand und Anstaltsleitung konnten gemeinsam mit den Organisatoren der Konferenz neben den zahlreichen Teilnehmern auch LAbg. Manuela Khom am ersten Konferenztag begrüßen (v.l.n.r.): M. Pflanzl, Ing. J. Sachornig, LAbg. M. Khom, Prof. K. A. Fischer, BD Mag. G. Falzberger, PD DKKS Ch. Tax, MSc, ÄD ao.Univ.-Prof. Dr. G. Brunner, KAGES-Vorstand E. Fartek, KAGES-Vorstand Univ.-Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg, DGT W. Lawatsch

Bei der zweitägigen Konferenz „Licht und Farbe für Gesundheit“ am LKH-Univ. Klinikum Graz wurden Licht und Farbe in vielen Facetten dargestellt: Wie es am Arbeitsplatz und in der Therapie eingesetzt wird und wie verschiedene Farben Körper und Psyche beeinflussen.

Blaue Wellen schlängeln sich die Wand entlang, grün-gelb-rote Kreise tänzeln auf der Decke. Und mittendrin im farbenfrohen Schauspiel: die Teilnehmer der Konferenz „Licht und Farbe für Gesundheit“. Am 21. und 22. November hat die Veranstaltung am LKH-Univ. Klinikum Graz stattgefunden – und das nicht ohne Grund. Schließlich ist das Klinikum Vorreiter in Sachen Licht- und Farbgestaltung für das Wohlbefinden von Mitarbeitern und Patienten. 16 Experten – darunter der Konferenz-Mitinitiator Karl A. Fischer vom Österreichischen Institut für Licht und Farbe – haben sich schließlich in ihren Vorträgen mit dem richtigen Einsatz optischer Strahlung auseinandergesetzt. Die zahlreichen Besucher lernten anhand von Praxisbeispielen die

Auswirkungen kennen. So referierte Dr. Martha Schmid, Fachärztin für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie in Wien, über Licht als zusätzliche Behandlungsmöglichkeit in der Schmerztherapie und Univ.-Prof. Dr. Christoph Fashingner von der Univ. Augenklinik am LKH-Univ. Klinikum Graz, kehrte gar an den Ursprung zurück: „Welche Farbpracht! Wie kommt's dazu? Naturwissenschaftliche Erklärungen eines Augenarztes“. HR Univ.-Prof. Dr. Richard Kriesche beleuchtete eindrucksvoll „Licht und Farbe als Variablen der Kunst im sozialen Raum“.

Auch die Workshops sowie die Fachausstellung – mit neusten Entwicklungen aus Licht- und Beleuchtungstechnik – waren gut besucht. Kein Wunder, konnten sich die Teilnehmer hier ganz individuell informieren und persönlich mit den Experten fachsimpeln.

Die Konferenz zeigte deutlich: Der Einfluss von Farbe und Licht auf jeden Menschen ist viel größer, als einem selbst bewusst ist. Das LKH-Univ. Klinikum Graz wird die gewonnen Erkenntnisse bei Renovierungen und Neubauten weiter umsetzen – zum Wohl der Mitarbeiter und Patienten.

KURZ & GUT

Das können Sie sich schenken

Carina Fartek

Kreativ, ungewöhnlich und zum Schmuzzeln: Die Klinoptikum-Redaktion hat für Sie eine Geschenkliste zusammengestellt, die Sie so sicher noch nicht gesehen haben. Da wird das nächste Geschenk bestimmt eine große Überraschung.

1 OP-Kappen

Individuell angefertigte, einzigartige OP-Kappen finden Sie auf: <http://de.dawanda.com> Der Shop von „fuereeder-nina“ bietet eine große Auswahl. Auch bei Verkäuferin „Frieda“ warten Hauben auf neue Träger.



1

2 Ansteckuhren

Auf <http://www.clinicdress.at> gibt es praktische Ansteckuhren in verschiedensten Designs.



2

3 Hundeshirt

Shirts, die Hunde-Hezen höher schlagen lassen, gibt es auf: <http://www.cafepress.de> – Kategorie: Alles zum Haustier.



1



4



3

4 Stethoskop-Shirt der britischen Arztserie Doc Martin

Lustiges Shirt mit Stethoskop und „Make an appointment“ Aufschrift. Zu finden auf: <http://www.docmartinstore.co.uk>

5 USB-Sticks

Originelle USB-Sticks und andere witzige Geschenke gibt es auf: <http://www.goodiesfornurses.co.uk>

6 iPad-Hülle

Neues Outfit für Ihr iPad: <http://www.cafepress.de>



5



6

ANGEKLIKT

Auf direktem Weg zur richtigen Klinik

Mag. (FH) Sabrina Luttenberger



LKH-Univ. Klinikum Graz

Darstellung des Weges auf klassische Art mit Hilfe eines Stadtplans (rechts) oder modern in Form von Augmented Reality (links)

Von A wie Augenklinik nach Z wie Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde – und das ganz ohne Verlaufen. Die neue Orientierungs-App „LKH Graz Map“ lotst Besucher auf Antrieb zur richtigen Adresse. Von den 16.000 Personen, die sich täglich am Gelände des LKH-Univ. Klinikum Graz bewegen, sind viele zum ersten Mal auf Besuch, vielen sind Gebäude und Straßen fremd. Deshalb übernimmt „LKH Graz Map“ jetzt die Navigation, sobald man das Gelände betritt. Der LKH-Plan wird am Handy-Display angezeigt, ein Richtungspfeil gibt den Weg vor. Entweder im klassischen Stil eines Stadtplans. Oder modern als „Augmented Reality“: Die Route wird so angezeigt, wie sie in Wirklichkeit aussieht. Oberste Priorität hat dabei die Aktualität. Die App soll den Wegguchenden die Strecke von ihrem derzeitigen Standort zum bestmöglichen Eingang der gewünschten Klinik zeigen.

Seit eineinhalb Jahren arbeitet das LKH-Univ. Klinikum Graz gemeinsam mit der Softwarefirma Jawa und Joanneum Research schon am interaktiven Wegweiser. 60 Hektar Grund wurden dabei erfasst, die Standorte von 20 Kliniken und zahlreichen Verwaltungsgebäuden ins Programm eingespeist. Auch in Zukunft wird die App „LKH Graz Map“ stetig um neue Daten – zum Beispiel geänderte Ambulanzzeiten oder neue Stationen – erweitert. „Wir bieten unseren Patienten und Besuchern neben

pflegerischer und medizinischer Spitzenleistung auch in allen anderen Bereichen höchste Qualität an“, sagt Betriebsdirektor Mag. Gebhard Falzberger. „Dazu gehört auch die einfache und überschaubare Orientierungshilfe am Gelände und in den Gebäuden unseres Klinikums.“ Das Gesamtprojekt „Orientierung neu“, in dessen Verlauf die App entstanden ist, startete vor vier Jahren. Ziel war und ist, die Orientierung am Gelände und in den Gebäuden des LKH-Univ. Klinikum zu erleichtern. Es wurden neue Anhaltspunkte geschaffen, etwa die farbigen Würfel mit den Bezeichnungen A, B, C und D in der Hauptallee, Eingänge erhielten neue Kennzeichnungen und Beschilderungen und ein neuer Lageplan stehen den Besuchern seitdem ebenfalls zur Verfügung.

Die App „**LKH Graz Map**“ dient zur Orientierung am Gelände des LKH-Univ. Klinikum Graz – und funktioniert daher nur dort. Besucher und Patienten werden mit Hilfe der Handy-Anwendung zur richtigen Klinik geführt. „LKH Graz Map“ ist im Google Play Store und im App Store von Apple kostenlos verfügbar. Verbesserungsvorschläge und Änderungen gerne per Mail an: orientierung@klinikum-graz.at

TERMINE

Was, wann, wo?

12.12.2013

IVF – Informationsabend

Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und
Geburtshilfe
Beginn: 17.00 Uhr
Hörsaal der Universitätsfrauenklinik
Auenbruggerplatz 14, 8036 Graz

12.12.2013

Fortbildungsabend Neurologie

Medizinische Universität Graz
Beginn: 18.30 Uhr
Hörsaal der Universitätsklinik für
Neurologie
Auenbruggerplatz 22, 8036 Graz
Kontakt: bettina.pummer@meduni-
graz.at

18.12.2013

Journal-Club Plastische Chirurgie

Thema: Verbrennung
Medizinische Universität Graz
Beginn: 07.45 Uhr
Besprechungszimmer Plastische
Chirurgie, 4. Stock
Auenbruggerplatz 29, 8036 Graz
Kontakt: ivo.justich@klinikum-graz.at

16.01.2014

MINI-MED-Gesundheitsvortrag

„Stille Gesundheitsgefahr
Bluthochdruck“
Beginn: 19.00 Uhr
Hörsaal 07.01., Vorklinik der
Medizinischen Universität Graz
Harrachgasse 21, 8010 Graz
Kontakt: m.lechner@minimed.at

23.01.2014

MINI-MED-Gesundheitsvortrag

„Lebenszyklen und Hormone“
Beginn: 19.00 Uhr
Hörsaal 07.01., Vorklinik der
Medizinischen Universität Graz
Harrachgasse 21, 8010 Graz
Kontakt: m.lechner@minimed.at

24. – 25.01.2014

TCM mit westlichen Pflanzen

Österreichische Gesellschaft für
Kontrollierte Akupunktur und TCM
Steiermarkhof
Krottendorfer Straße 81, 8052 Graz
Kontakt: office@ogka.at
Anmeldung erforderlich!

04.03.2014

**Fachseminar „Kurzpausen-
übungen“**

Allgemeine Unfallversicherungs-
anstalt HUB
Hotel Mercure
Waltendorfer Gürtel 8-10, 8010 Graz
Kontakt: andrea.nevoral@auva.at
www.auva.at/kursbuchung
Anmeldung erforderlich!

20. – 22.03.2014

**Weiterbildung: Postgraduate
Course „Nicht-neoplastische
Lungenpathologie“**

Medizinische Universität Graz
Hotel Weitzer Graz
Grieskai 12-16, 8020 Graz
Kontakt: edith.kleinfecner@meduni-
graz.at
Anmeldung erforderlich!

26.04.2014

Weiterbildung: Graz Zahn 2014

Universitätsklinik für Zahn- Mund-
und Kieferheilkunde
Vorklinik der Medizinischen Universi-
tät Graz
Beginn: 08.00 Uhr
Harrachgasse 22, 8010 Graz
Kontakt: info@graz-zahn.at
Anmeldung erforderlich!

INTERNE VERANSTALTUNGEN

**für MitarbeiterInnen des
LKH-Univ. Klinikum Graz.
Informationen zu den Veranstal-
tungen finden Sie im BIKA im
Intranet.**

ANGEBOTE DES BETRIEBSRATES:

Die Anmeldung zu diesen Angeboten
erfolgt im Büro des Angestelltenbe-
triebsrates.

30.01.2014

**Body & Soul – Ich nehme mir Zeit
für mich!**

06.02.2014

Fit in der zweiten Berufshälfte

10.03.2014

**Bestform hoch drei – Das Gesund-
heitsseminar**

KRANKENHAUSSELSORGE:

Die Anmeldung zu diesen Angeboten erfolgt online.

28.02.2014

Nur die Ruhe ist die Quelle jeder großen Kraft

20.03.2014

Ethik am Lebensende

BERUFSGRUPPENÜBERGREIFENDE FORTBILDUNGEN:

Die Anmeldung zu diesen Angeboten erfolgt online.

10.12.2013

„Ich geh dann jetzt nach Hause ...“

13.12.2013

Dokumentenlenkung NEU! (für Anfänger)

13.01.2014

INBOX-Schulung

16.01.2014

Unterweisung datenschutzrechtlicher Bestimmungen

20.01.2014

CIRS – Info-Veranstaltung für MitarbeiterInnen

21.01.2014

Vorträge im Rahmen klinischer Prüfungen

23.01.2014

Grundlagen des Qualitätsmanagements – Schwerpunkt ISO

27.01.2014

Unterweisung datenschutzrechtlicher Bestimmungen

04.02.2014

Da ist noch was offen! Umgang mit Schuld am Lebensende

04.02.2014

Rechtliche Fallstricke für Gesundheitsberufe von der Aufnahme bis zur Entlassung

05.–06.02.2014

Gewaltfreie Kommunikation – Basis

05.02.2014

Einführungsveranstaltung für neue MitarbeiterInnen

10.02.2014

INBOX-Schulung

24.02.2014

CIRS – Info-Veranstaltung für MitarbeiterInnen

24.02.2014

Kultursensibler Umgang mit muslimischen PatientInnen und ihren Angehörigen

03.03.2014

Unterweisung datenschutzrechtlicher Bestimmungen

03.03.2014

Informationsveranstaltung-Dokumentenlenkung

05.03.2014

Beckenbodenschonendes und beckenbodenkräftigendes Verhalten in Beruf und Alltag

07.03.2014

Richtig essen von Anfang an! WS „Babys erstes Löffelchen“

10.03.2014

Wie aktiv darf passive Sterbehilfe sein?

10.03.2014

RM-Tools

11.–12.03.2014

Präsentation – Grundlagen

12.–13.03.2014

Jetzt reicht's – Umgang mit Ärger

17.03.2014

CIRS – Info-Veranstaltung für MitarbeiterInnen

17.–19.03.2014

Projektmanagement – Grundlagen

18.–19.03.2014

Wortgewandt und reaktionsschnell

24.–25.03.2014

PM-smart Basistraining für Anwender

24.03.2014

Die Mitwirkungspflicht des Patienten bei Behandlung und Pflege

26.03.2014

Ethik-Café

Thema: Schönheitswahn – die Medizin am Prüfstand

BERUFSGRUPPENSPEZIFISCHE FORTBILDUNGEN:

Die Anmeldung zu diesen Angeboten erfolgt online.

10.12.2013

QM-Grundlagen / Schwerpunkt Dokumentenmanagement

10.12.2013

MH-Kinaesthetics 50. Grundkurs Tag 4

12.12.2013

Kristen- und Konfliktmanagement im ärztlichen Alltag – Modul 2

12.12.2013

Kontinenzförderung

17.12.2013

MH-Kinaesthetics ExpertInnen-Treffen

10.01.2014

Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“

Anmeldung: telefonisch unter 0316/8035-1131 (Mo–Fr 08.00–12.00 Uhr), Frau Gabriele Hahn, STGKK

13.01.2014

Grundlagen des Qualitätsmanagements – Schwerpunkt EFQM

15.01.2014

Krisen- und Konfliktmanagement im ärztlichen Alltag – Modul 1

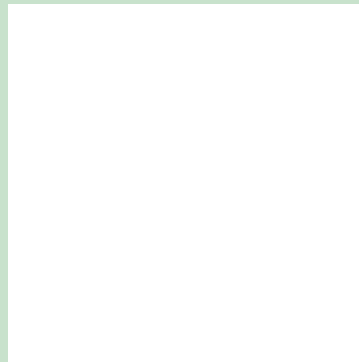
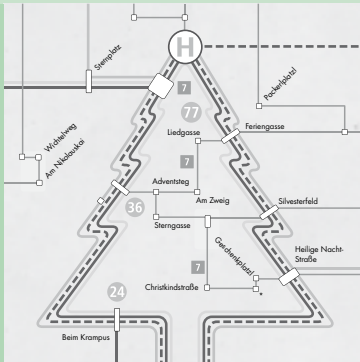
21.01.2014

MH-Kinaesthetics – 4. Aufbaukurs Tag 3 und Tag 4

23.01.2014

MH-Kinaesthetics – 51. Grundkurs Tag 4

23.01.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	10.02.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	05.03.2014 Dokumentenlenkung, was ist das? (Lehrlingsveranstaltung)
27.01.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	10.02.2014 Interdisziplinäre Fortbildungsveranstaltung – Wundmanagement	10.03.2014 MH-Kinaesthetics – 2. Tag Grundkurs Röntgen
27.01.–28.01.2014 Prävention von Aggression und Gewalt im Krankenhaus	14.02.2014 Kindernotfallschulung für Pflegepersonal	12.03.2014 Evidence-Based Nursing – Journal-Club
28.01.2014 MH-Kinaesthetics – 1. Tag Grundkurs Röntgen	17.02.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	18.03.2014 Vom Pflegeproblem zur Pflegeplanung, Pflegediagnostik
28.01., 18.03.2014 Vom Pflegeproblem zur Pflegeplanung, Pflegediagnostik	17.02.2014 MH-Kinaesthetics – 2. Tag Grundkurs Röntgen	19.03.2014 Grundlegende Bausteine der Pflegedokumentation
29.01.2014 MH-Kinaesthetics – 5. Grundkurs OP Infant Tag 1 und 2	19.02.2014 MH-Kinaesthetics – 5. Tag Grundkurs Infant Tag 3	19.03.2014 Krisen- und Konfliktmanagement im ärztlichen Alltag – Modul 1
29.01.2014 Grundlegende Bausteine der Pflegedokumentation	19.02.2014, 12.03.2014 Evidence-Based Nursing – Journal-Club	20.03.2014 MH-Kinaesthetics – 2. Tag Grundkurs Röntgen
30.01.2014 Kindernotfallschulung für Pflegepersonal	21.02.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	20.03.2014 Wer liest denn das? Evaluierungen einer Pflegedokumentation
31.01.2014 Kindernotfallschulung für Pflegepersonal	21.02.2014 Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ Anmeldung: telefonisch unter 0316/8035-1131 (Mo–Fr 08.00–12.00 Uhr), Frau Gabriele Hahnl, STGKK	21.03.2014 MH-Kinaesthetics – Grundkurs OP/ Funktionsbereiche
03.02.–04.02.2014 Prävention von Aggression und Gewalt im Krankenhaus	26.02.2014 MH-Kinaesthetics – 52. Tag Grundkurs OP-Funktionsbereiche	24.03.2014 MH-Kinaesthetics – 53. Grundkurs Tag 1 und 2
04.02.2014 MH-Kinaesthetics – ExpertInnen-Treffen	28.02.2014 Kindernotfallschulung für Pflegepersonal	25.03.2014 Magnetresonanz – was man darüber wissen sollte
05.02.2014 Kontinenzförderung	04.03.2014 MH-Kinaesthetics – Anpassungstag Pflege	26.03.2014 Grundlagen der Hygiene in Theorie und Praxis
06.02.2014 MH-Kinaesthetics für Führungskräfte	05.03.2014 Evidence-Based Practice (EBP)	26.03.2014 MH-Kinaesthetics – 6. Grundkurs Infant Handling 1. und 2. Tag
07.02.2014 Notfallschulungen für Pflegepersonen	06.03.2014 MH-Kinaesthetics – ZertiÜzierung Kurs 1. und 2. Tag	31.03.2014 MH-Kinaesthetics – 5. Grundkurs Infant Tag 4



www.klinikum-graz.at