

KLINOPTIKUM

Ausgabe 4 | 19



Seite 6

Auf den Zahn gefühlt

Norbert Jakse, Vorstand der Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheits, spricht im Interview über die Zukunft seiner Disziplin und verrät, wen er an seine Zähne lässt.

Seite 20

Willkommen auf der Hämatologie

Das Team der Klin. Abteilung für Hämatologie kümmert sich um Patienten mit schweren Bluterkrankungen. Ein Blick auf die Station und in die neue Ambulanz.

Seite 30

Grippe áde

Alle Jahre wieder überrollt eine Grippewelle das Land. Wie man sich im Klinikum Graz dagegen wappnet und weshalb man sich impfen lassen sollte.

Seite 42

Herzhaft Essen

Warum Essen eine echte Herzensangelegenheit ist und wie man dieser auch in der Weihnachtszeit gerecht wird, wissen die Ernährungsexperten.



Impressum

Herausgeber:

Steiermärkische Krankenanstalten Ges.m.b.H.
LKH-Univ. Klinikum Graz
Stabsstelle PR
A-8036 Graz, Auenbruggerplatz 1

Redaktionsteam: Thomas Bredenfeldt,
Birgit Derler-Klein, Daniela Kolar, Anna Eisenberger,
Ana Kozomara, Andrea Lackner, Petra Mencinger,
Sandra Müller, Simone Pfandl-Pichler,
Gerda Reithofer

Redaktionelle Koordination:

Stabsstelle PR

Foto Titelseite:

© Marija Kanizaj/LKH-Univ. Klinikum Graz

Fotos:

Klaus BaumgARTner, BGF, Rüdiger Ettl, epd/
Uschmann, Facebook, Jürgen Fechter, Foto Fischer,
Fotostudio S. Furgler, M. Grässl, Greendrive, KAGes
Archiv, Marija-M. Kanizaj, Claudia Klar/TDZ, Ladyfit,
LKH-Univ. Klinikum Graz, MED-EL, Med Uni Graz,
Simon Möstl, Sandra Müller, pixabay.com, Gerhard
M. Pretterhofer, privat, Laura Schaffelhofer, Werner
Stieber, stock.adobe.com (alexkich, Alexandr. Mitiuc,
high_resolution, highspeedfotos.de, kris_art, lijphoto,
macrovector, magele-picture, puhimec, picoStudio,
ricka_kinamoto, sveta, svittlana, Vladyslav Danilin),
Univ.-Augenklinik, Martin Wiesner, Raggam
Photography

Produktion: W. Anzel

Druck: Offsetdruck Bernd Dorrang e. U., Graz

Dezember 2019

klinoptikum@klinikum-graz.at

Copyright:

Sämtliche Texte, Grafiken und Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten.



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 Patient*innen 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.



© Marija Kanizaj/LKH-Univ. Klinikum Graz

Betriebsdirektor Gebhard Falzberger, Pflegedirektorin Christa Tax und Ärztlicher Direktor Wolfgang Köle

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!

Die letzten Wochen des Jahres sind durch Hektik und den Wunsch nach Ruhe und Frieden geprägt. Auf der einen Seite soll vieles noch vor Jahresende erledigt und das Weihnachtsfest vorbereitet werden, auf der anderen Seite möchte man in dieser „stillsten Zeit im Jahr“ einmal etwas innehalten, durchatmen und das Jahr Revue passieren lassen. Am LKH-Univ. Klinikum Graz ist es nicht anders: Viele Projekte sollen noch heuer abgeschlossen werden, eine Weihnachtsfeier jagt die nächste und bevor mit Schwung und Elan Neues in Angriff genommen wird, möchte man gerne auf das vergangene Jahr zurückblicken. Die aktuelle Ausgabe des Klinoptikum versucht genau das – einen Blick zurück und einen nach vorne. Drei Kliniken, die Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheits, die Univ.-Klinik für Strahlentherapie und Radioonkologie und die Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, haben seit Herbst neue, teils supplierende Vorstände, die wir in den nächsten Klinoptikum-Ausgaben zum Interview bitten. Zu Beginn werfen wir mit Norbert Jakse

ab Seite 6 einen Blick in die Zukunft der Zahnmedizin.

Vorhang auf heißt es dieses Mal für die Klinische Abteilung für Hämatologie. Mehr als ein Jahr haben alle Mitarbeiter intensiv daran gearbeitet, die Abläufe auf der Station und in der Ambulanz neu zu organisieren. Ein Monsterprojekt für alle Mitarbeiter, das sie stolz ab Seite 20 skizzieren.

Alle Jahre wieder trifft die Grippe-welle Österreich und das LKH-Univ. Klinikum Graz. Bis Ende Jänner 2020 können Sie sich beim Arbeitsmedizinischen Dienst kostenlos impfen lassen. Ein neues und am Klinikum Graz entwickeltes Tool hilft den KAGes-Spitälern dabei, die Bettenkapazitäten bei einer Grippewelle optimal zu nutzen und kann zugleich vor einer drohenden Welle frühzeitig alarmieren. Alles über dieses neue Planungstool lesen Sie ab Seite 30.

Das Projekt „Mission BGF“ ist für die ersten 30 Teilnehmer zwar bereits Vergangenheit, die positiven Effekte nimmt jeder Teilnehmer aber mit ins neue Jahr. Vom deutlichen Erfolg waren alle überrascht und daher

wird es 2020 eine nächste Runde geben. Ab Seite 46 können Sie den Schlussbericht inklusive Trainingstipps für die kalte Jahreszeit unserer Sportmedizin nachlesen. Apropos Tipps: Mit den Ratschlägen unserer Ernährungsmedizin tappen Sie nicht in die Kalorienfalle der Weihnachtstage. Ihr Herz und die Waage werden es Ihnen danken.

Den Klimawandel bekommen auch wir in Österreich zu spüren – mit heißen Sommern, warmen Wintern und zahlreichen Unwettern. Wir alle müssen überlegen, welche Gewohnheiten wir ändern können, um unseren CO₂-Fußabdruck zu verringern. Hier möchten wir Sie ab 2020 unterstützen: Als Ergänzung zum Jobticket gibt es eine für Sie kostenfreie App, um unkompliziert und einfach Fahrgemeinschaften für Ihren Weg zur Arbeit zu bilden. Wie das funktioniert, lesen Sie ab Seite 12.

Zum Jahresausklang möchten wir uns bei Ihnen für Ihren Einsatz fürs Klinikum bedanken und Ihnen frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Jahr 2020 wünschen!

Ihr Direktorium



10

2

Impressum

3

Vorwort
des Direktoriums

6

Interview
Auf den Zahn geföhlt
Immer am Ball bleiben



30

12

Personelles

In Gemeinschaft fahren Sie besser!
MAG reloaded
Preise und Auszeichnungen
Neubesetzungen
Entspannte Weihnachten für ...

20

Vorhang auf
Willkommen auf der Hämatologie!

26

Historisch
Evangelische Krankenhausseelsorge
gestern und heute



42

30

Medizin

Achtung Influenza: Impfen schützt!
 Alles wieder in Stereo
 Spitzenreiter in der Traumaversorgung
 MediMouse

38

Pflege

Tabus brechen
 Aktuelle News zum Laufbahnmodell

42

Ernährung

Herzhaft Essen



46

46

Gesundheit

Mission BGF – die ersten Ergebnisse

50

Klinikblick

62

Kurz & Gut

Viel Innovationsgeist

66

Was – Wann – Wo

Termine



INTERVIEW

Auf den Zahn gefühlt

Norbert Jakse ist seit 1. Oktober 2019 Vorstand der Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheits. Er erzählt im Interview, dass sein Weg keineswegs klar vorgezeichnet war und verrät, wie er die Klinik weiterentwickeln will, was die Zukunft für die Zahnmedizin bringen wird und wen ein Zahnarzt an seine Zähne lässt.



© M. Kanitzaj/LKH-Univ. Klinikum Graz

Zur Person

Univ.-Prof. Dr. Dr. Norbert Jakse wurde 1966 in Graz geboren, maturierte 1984 und begann danach das Studium der Humanmedizin an der Karl-Franzens-Universität Graz. 1991 promovierte er in Graz zum Doktor der gesamten Heilkunde. Im Anschluss begann er die Ausbildung zum Facharzt für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, die er 1997 abschloss. 2003 habilitierte er sich und wurde 2004 Leiter des Departments für Zahnärztliche Chirurgie und Röntgenologie an der Univ.-Klinik für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde in Graz. 2010 erfolgte die Berufung zum Professor für orale Chirurgie und die Bestellung zum stellvertretenden Klinikvorstand und 2016 die zum Leiter der Klinischen Abteilung für Orale Chirurgie und Kieferorthopädie. Norbert Jakse ist Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde und seit 2011 Präsident der ÖGZMK Steiermark. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder.

Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheit

Seit 2016 ist die Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheit im Neubau in der Billrothgasse 4. Die Klinik besteht aus drei Abteilungen: Klinische Abteilung für Zahnerhaltung, Parodontologie und Zahnersatzkunde, Klinische Abteilung für Orale Chirurgie und Kieferorthopädie und Klinische Abteilung für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie (20 Betten). Die Universitätsklinik ist für die Versorgung aller steirischen, teilweise auch für burgenländische und Kärntner Patienten auf dem Gebiet der Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde zuständig. Aktuell gibt es acht Spezialambulanzen an der Klinik.

Wie sind Sie zur Zahnmedizin gekommen?

Norbert Jakse: Eigentlich wollte ich Plastischer Chirurg werden, obwohl oder gerade weil schon mein Großvater und mein Vater Zahnärzte waren. Ich habe dann aber doch 1991 eine Assistentenstelle an der Kieferchirurgie bekommen und bin letztendlich im chirurgischen Bereich der Zahnmedizin geblieben.

Sie kennen die Klinik gut. Was wollen Sie ändern bzw. wo möchten Sie Schwerpunkte setzen?

Jakse: Die Klinik ist sehr gut aufgestellt – sowohl personell mit hoher fachlicher Kompetenz als auch baulich. Ich möchte die Klinik in ein zahnmedizinisches Kompetenzzentrum weiterentwickeln. Ein Beispiel: Wir haben vor einigen Jahren eine postgraduelle Summerschool gestartet. Eine Woche lang kommen niedergelassene Zahnärzte an die Klinik und absolvieren Fort- und Weiterbildungen. Hier möchte ich künftig noch mehr Kurse und Fortbildungen über das ganze Jahr hinweg anbieten, damit wir die Klinikressourcen noch besser nützen und auch Nachwuchs für die Klinik und die Forschung rekrutieren können.

Bleiben wir beim Nachwuchs – was halten Sie vom neuen, eigenständigen Zahnmedizinstudium?

Jakse: Ich fand das alte System, also zuerst allgemeines Medizinstudium und dann Facharztausbildung, eigentlich gut. Denn viele Erkrankungen beeinflussen sich wechselseitig und ein Arzt muss den Patienten immer als Ganzes sehen. Im internationalen Vergleich hat aber kein Weg an der Einführung eines eigenständigen Zahnmedizinstudiums vorbeigeführt. Eine Besonderheit des Zahnmedizinstudiums ist, dass die Studenten zugleich eine Berufsausbildung machen. Wenn jemand das Studium Zahnmedizin abschließt und zum Zahnarzt approbiert, dann ist er voll berufsberechtigt. Eine komplette fachliche Ausbildung rein im Rahmen eines Studiums anbieten zu können, ist schwierig. Daher ist auch die Nachfrage nach postgradueller Ausbildung so groß. Mein Ziel ist daher, eine eigenständige zahnmedizinische postgraduelle Ausbildungsakademie an der Klinik einzurichten. Nach der Basisausbildung durch das Studium können sich die Zahnmediziner dort in unterschiedlichen Bereichen berufsbegleitend weiterbilden. Auch in Österreich wird darüber hinaus – wie in anderen Ländern bereits üblich – die postgraduelle Fachzahnarztausbildung, z. B. für Kieferorthopädie, kommen.

Was ist Ihnen als Vorstand besonders wichtig?

Jakse: Besonders am Herzen liegt mir, dass alle Mitarbeiter, die hier an der Zahnklinik arbeiten, zufrieden sind und Freude an der Arbeit haben. Es liegt in meiner Verantwortung, dafür das entsprechende Umfeld zu



© M. Kanitzal/LKH-Univ. Klinikum Graz

schaffen. Ich bin in meinem Bereich bei jeder Morgenbesprechung dabei – auch um alle tagtäglich zu Höchstleistungen zu motivieren. Nur mit motivierten Mitarbeitern können wir gemeinsam die Klinik und die Zahnmedizin weiterentwickeln.

Wie sehen Sie die Zukunft der Zahnmedizin?

Jakse: Wir haben seit fünf Jahren eine moderne und eigentlich voll digitalisierte Klinik. Statt der noch üblichen Abformungen werden Zähne und Kiefer heute bei uns mit modernsten Technologien abgescannt, der Zahnarzt und der Zahntechniker designen direkt am Computer den Zahnersatz und über 3-D-Drucksysteme und 3-D-Fräsen wird dann der Zahnersatz hergestellt. Bei diesem digitalen Workflow gibt es aber noch viel Entwicklungs- und Forschungsbedarf. Spannend sind auch die Entwicklungen in der Geweberegeneration, also den Ersatzmaterialien sowohl für Knochen als auch für Weichgewebe. Diese werden mit unterschiedlichen Methoden biologisiert, d. h. es werden Stammzellen oder spezielle Wachstumsfaktoren, die die bessere Einheilung sicherstellen, beigefügt. An der Klinik gibt es zu diesem Thema ein eigenes Forschungslabor. Viel tut sich auch im Bereich der Zahntransplantation. Die größte Erfolgchance, dass ein transplantierte Zahn einwächst und vital bleibt, hat man, wenn man einen Zahnkeim, also einen Zahn, der noch nicht voll entwickelt ist, transplantiert. Das geht momentan nur bei Kindern und Jugendlichen. Wir sind ein Zentrum für Zahntransplantationen und entwickeln gerade eine Technik, um auch bleibende Zähne vital zu transplantieren.

Stichwort Wartezeiten – warum sind sie auf der Zahnklinik relativ lang?

Jakse: Wir müssen unterscheiden zwischen akuten (Schmerz-)Patienten, die bei uns erstversorgt und

dann bei ihrem niedergelassenen Zahnarzt weiterbetreut werden, und Patienten, für die wir einen Versorgungsauftrag haben, der nur an der Klinik gelöst werden kann. Beispiele dafür sind Patienten mit speziellen Bedürfnissen oder Patienten mit Zahnerkrankungen, die eine spezielle Expertise benötigen.

Die große Frage ist, wie viele akute Patienten müssen wir täglich bei uns abwickeln und wie viel Zeit müssen wir für unseren Versorgungsauftrag, für Lehre und Forschung frei halten. Dieser Spagat ist nicht einfach. In unserer Erstaufnahme werden täglich zwischen 100 und 150 Patienten von vier Zahnärzten und vier Assistentinnen betreut. Auch die Studenten sind von Studienbeginn an in der Patientenbehandlung eingebunden und bekommen so eine bis zu 1:1-Betreuung, ein lehrender Zahnarzt und ein Student.

Wen lässt ein Zahnarzt im Fall der Fälle an seine Zähne?

Jakse: Bis April 2019 war mein Vater mein Zahnarzt – mittlerweile ist er in Pension. Jetzt behandeln mich entweder der Nachfolger meines Vaters oder meine Mitarbeiter an der Klinik.

Stichwort Zahngesundheit – worauf soll man achten? Welchen Tipp haben Sie?

Jakse: Hier habe ich einen ganz pragmatischen Ansatz: eine ausgewogene und gesunde Ernährung und eine effiziente, entsprechend geschulte Mundhygiene – also richtiges Zähneputzen. Vorsicht bei zuckerhaltigen Getränken – da gibt es wirklich Zahnschmelzdefekte. Zweimal im Jahr empfehle ich eine professionelle Zahnhygiene beim Zahnarzt.

INTERVIEW

Immer am Ball bleiben

Simone Pfandl-Pichler / Gerda Reithofer

Michaela Wlattnig ist seit September die neue Ombudsfrau der PatientInnen- und Pflegeombudsschaft (PPO) in der Steiermark. Über die Bedeutung einer guten Gesprächsbasis, den Kern vieler Beschwerden und die Leidenschaft für Fußball und Familie.

Was war Ihr erster Gedanke, als Sie realisiert haben, dass Sie den Job bekommen?

Michaela Wlattnig: Als Erstes habe ich mich irrsinnig gefreut, weil ich gar nicht damit gerechnet habe, gefolgt von Stolz und dann habe ich eine Zeit lang gebraucht, um es richtig zu realisieren. Dieser Job stand immer auf meiner „Wunschliste“ an Arbeitsbereichen, in denen ich tätig sein wollte. Dass es jetzt wirklich geklappt hat, freut mich riesig.

Was bedeutet „Ombudsschaft“ für Sie?

Wlattnig: Ganz klar: beraten, informieren und begleiten. Und bei strukturellen Mängeln beharrlich an der Abschaffung dieses Mangels arbeiten. Die PPO ist aber kein Kontrollorgan. Wir vertreten die Interessen der Patienten. Wir können Probleme aufzeigen, beharrlich nachfragen und im guten Gespräch mit allen Betreibern bleiben. Ich werde meine bzw. die Energie der PPO nicht in politische Themen stecken. Entscheidungen für strukturelle Veränderungen können und dürfen wir nicht treffen. Unser Fokus liegt auf den Patienten und den Bewohnern der Pflegeheime.

Sie möchten diese Aufgabe noch bürgernäher gestalten: Was darf man sich konkret darunter vorstellen?

Wlattnig: Als ersten Schritt habe ich die Öffnungszeiten der PPO ausgeweitet. Mir ist wichtig, dass sowohl die Verantwortlichen als auch die Betroffenen keine Scheu haben, sich mit ihren Anliegen an die PPO zu wenden, und dass an alle Fälle mit Sachlichkeit und einer guten Gesprächskultur herangegangen wird. Bei einem vergifteten Gesprächsklima geht gar nichts. Wir sind offen für alle Anliegen – ganz gleich, ob sie ein Patient oder ein

Mitarbeiter vorbringt. Wir bekommen durchaus auch Anfragen von Mitarbeitern aus dem Gesundheitsbereich. Im Titel der PPO steckt auch unser Auftrag: Patienten und Pflege. Das möchte ich in der gleichen Gewichtung etablieren. Gemeinsam mit meinem Team möchte ich noch mehr in die Pflegeheime gehen und hinhören.

Welche weiteren Veränderungen planen Sie für die nächsten Jahre?

Wlattnig: Ich möchte einen Prozess des Beschwerdemanagements einführen, in den ich auch die Leitungen der Spitäler und Pflegeeinrichtungen einbinde. Damit vor allem bei den strukturellen Fällen die aufgezeigten Probleme klar kommuniziert werden und der Spitze bekannt sind. Nach einem Jahr kann man dann nachverfolgen, was bereits geändert wurde.

Wo liegt Ihrer Meinung nach der Kern vieler Beschwerden?

Wlattnig: Viele Anrufer wollen uns von einem Problem oder was nicht gut funktioniert hat, erzählen, aber ihr Anliegen als Beschwerde gar nicht weiter verfolgen, weil alle Mitarbeiter sich sehr bemüht haben und sich alle gut gekümmert haben. Wenn Patienten das Gefühl haben, dass sie keiner beachtet hat, keiner direkt mit ihnen geredet hat, dann wird es schwierig. Dann ist die Verärgerung beim Betroffenen schon so groß, dass es auch für uns schwierig ist, alles auf eine sachliche Ebene zu bringen. Viele Beschwerden würden hinfällig werden, wenn die zwischenmenschliche Ebene zwischen Pflege, Patient und Arzt passt. Dazu fehlt heutzutage meistens die Zeit.

Wie schafft man eine gute Gesprächsbasis für alle Beteiligten, wenn – was wohl nicht selten vorkommt – die Fronten schon verhärtet sind?

Wlattnig: Auch wenn man unterschiedliche Standpunkte hat, muss man trotzdem wieder reden können. Ich finde, unterschiedliche Standpunkte müssen bleiben



© Raggam Photography

können – jeder hat seine Kompetenzen und einen Rahmen, in welchem er agieren kann.

Bei jeder Beschwerde suchen wir den Kontakt mit der betroffenen Stelle bzw. Abteilung. Den meisten Patienten reicht es zu wissen, die PPO hat das Problem aufgenommen und kümmert sich darum. Wichtig ist, dass man ins Gespräch kommt und wenn sich keine für den Patienten befriedigende Lösung abzeichnet, dann muss man gut erklären, warum das so ist. Manches lässt sich leicht und rasch ändern, z. B. eine nicht zu verschließende Tür in der Dusche in einem Krankenzimmer. Schwierig sind alle Dinge, die sich im zwischenmenschlichen Bereich abspielen, z. B. „Der Ton hat nicht gepasst“. Das ist schwer zu überprüfen. Da kann man nur Veränderungen feststellen, wenn es im nächsten Jahr keine Beschwerde gibt. Wenn keiner mehr bei der PPO anrufen muss, dann wäre das Ziel erreicht, weil dann alle Institutionen, für die wir zuständig sind, gut arbeiten.

Wie entspannen Sie?

Wlattnig: Meine große Familie ist mein Ausgleich. Sobald ich zu Hause durch die Haustür trete, prasseln ganz andere Themen auf mich ein. Da kann und muss ich dann vom Job abschalten. Mein Herz schlägt auch für den Fußball, vor allem den in England. Zwei meiner Söhne spielen selbst und beim Zuschauen am Fußballplatz oder im TV kann ich so richtig von Herzen fluchen. Meine zweite Leidenschaft gehört dem Lesen, laut meinem Mann lese ich in jeder Lebenslage. Ich mag besonders psychologische Krimis. Ein Freund meinte einmal, „Das Blut trieft von meinem Bücherregal“. In letzter Zeit lese ich auch gerne auf Empfehlung von Freunden Romane.

Zur Person

Dr. Michaela Wlattnig wurde 1963 in Feldbach geboren und studierte an der Karl-Franzens-Universität Rechtswissenschaften. Nach ihrer Tätigkeit als Patientenanwältin war Dr. Wlattnig von 2015 bis 2019 Leiterin der Forensik und der Sozialpsychiatrischen Tagesstrukturen von pro mente Steiermark. Sie ist verheiratet und hat sechs Kinder und ein Enkelkind.

PatientInnen- und Pflegeombudschaft (PPO)

Die PPO ist eine weisungsungebundene Anlaufstelle für Beschwerden über die Behandlung oder Betreuung in den steirischen Krankenhäusern, Pflegeheimen und mobilen Diensten. Die PPO berät und begleitet weiters bei der Schlichtungsstelle. Zum Aufgabenbereich der 15 Mitarbeiter zählen auch die Information und die Beratung über die Patientenrechte und Patientenentschädigungsfonds. 2017 wurden 1.880 Beschwerden in der PPO bearbeitet und 112 Anträge in der gemeinsamen Schlichtungsstelle mit KAGes und Ärztekammer Steiermark eingebracht.



PERSONELLES

In Gemeinschaft fahren Sie besser!

In Österreich pendeln mehr als zwei Millionen Menschen jeden Tag zur Arbeit, die meisten davon alleine im Pkw. Die App „Greendrive“ bringt Mitfahrgelegenheiten ins Netz und auf's Handy. Das spart Benzinkosten, schont die Umwelt und bietet auch die Gelegenheit, die Kollegen besser kennenzulernen.

Die KAGes und die Med Uni Graz machen es mit Hilfe der Internetplattform „Greendrive“ möglich, auf effizientere, billigere und bewusstere Art mobil zu sein.

Auf **greendrive.at** kann man sich kostenlos registrieren und sofort Fahrten teilen bzw. Mitfahrgelegenheiten finden. Per Knopfdruck erfahren die Nutzer, wie und mit welchen verfügbaren Verkehrsmitteln sie ihren Weg am geschicktesten bewältigen können.

Ohne große Umwege zum Ziel

„Greendrive“ ist im Rennen mit anderen Mitfahrbörsen dank der angebotenen Teilstreckenvermittlung in der Pole-Position: Viele Kollegen oder Pendler wohnen nicht direkt nebeneinander, der Fahrer nimmt in der Regel einen kleineren Umweg in Kauf. Die Greendrive-App ermittelt die neue Strecke mittels eines Routing-Algorithmus und optimiert die Wegstrecken so, dass die Abweichung von der ursprünglich geplanten Route des Fahrers minimal wird. Die Berechnung erfolgt dabei adressgenau, der Fahrer sieht sofort wie viel Umweg er in Kauf nehmen muss, um jemanden mitzunehmen.

Serientermine für Pendler

Für alle, die regelmäßig dieselbe Strecke zurücklegen, wie etwa den Weg zu und von der Arbeit, gibt es die Möglichkeit, diese wiederkehrenden Fahrten einfach in einem Schritt zu erfassen – und zwar für Fahrer und Mitfahrer. Dazu klickt man einfach auf den Button „Regelmäßige Fahrt“ und wählt die entsprechenden Wochentage sowie die Uhrzeit und den Endtermin aus – schon werden alle Fahrten erstellt!

Ab Jänner gemeinsam zu Arbeit

Für alle KAGes-Mitarbeiter und alle Bediensteten der Med Uni Graz stehen ab Jänner zwei eigens konfigurierte Greendrive-Gruppen zur Verfügung. Der Zugang ist für Mitarbeiter kostenlos und ermöglicht es, untereinander schnell und unkompliziert Fahrgemeinschaften zu bilden. Die Apps für Android und iOS können im Google Play bzw. App Store kostenlos heruntergeladen werden. Alle Infos zu den Gruppen, zu Zugangsdaten und zur Registrierung gibt es im Jänner im Intranet-Newsletter.



PERSONELLES

MAG reloaded

Julia Gruber

Das Mitarbeitergespräch (MAG) ist ein wichtiges Führungs- und Personalentwicklungsinstrument am LKH-Univ. Klinikum Graz. Für die Führungskräfte ist es Teil der Führungsverantwortung mit ihren Mitarbeitern regelmäßig dieses Gespräch zu führen. Seit Oktober 2019 stehen dazu neu überarbeitete Dokumente im INTRANet zur Verfügung.

Die Förderung, die Entwicklung und die Motivation der Mitarbeiter sind von großer Bedeutung für jedes Unternehmen, denn die Mitarbeiter tragen mit ihrem Einsatz und ihren Aufgaben wesentlich zum Erfolg bei. Ein Ziel des MAG ist es, Klarheit durch Aufgaben- und Zielvereinbarungen zu schaffen. Im Rahmen des MAG werden auch die wechselseitigen Erwartungen – also die der Führungskraft gegenüber dem Mitarbeiter und umgekehrt – regelmäßig abgefragt. Weitere wesentliche Bestandteile sind die Vereinbarung von Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen. Vor allem aber gibt es das MAG, um regelmäßig und losgelöst vom Alltag in einen gegenseitigen Austausch zu treten, Feedback zu geben und Orientierung zu schaffen.

Die Bedeutung des MAG hat die Abteilung Personalentwicklung des LKH-Univ. Klinikum Graz gemeinsam mit der „OE Personalmanagement, -entwicklung und -administration“ der Med Uni Graz dazu bewogen, die Dokumente des MAG gemeinsam zu überarbeiten. Das Credo der Überarbeitung war „so wenig wie möglich – so viel wie notwendig“ und „gültig für alle Mitarbeiter am Klinikum“.

Das MAG ist in der Richtlinie **SOP 1020.2273** geregelt und die überarbeiteten Dokumente wurden mit 07. Oktober 2019 veröffentlicht. Es finden auch regelmäßig Schulungen für einen kurzen Überblick über das MAG statt (Anmeldung im ASK Bildungskalender). Bei Fragen und zur Unterstützung stehen selbstverständlich auch die Mitarbeiter der Abteilung Personalentwicklung des LKH-Univ. Klinikum Graz zur Verfügung.



Seit Oktober gibt es die überarbeiteten Unterlagen im INTRANet

Anzeige



**Pölzl
Gemüse**

**TÄGLICH frisches Gemüse
direkt vom Feld**

Hofladen
Waltendorfer Hauptstraße 19

Bauernmarkt
St. Leonhard Mittwoch 12 – 16 Uhr

www.poelzl.at

Präsident der ÖGP

© M. Kanizaj/LKH-Univ. Klinikum Graz



Univ.-Prof. Dr. Ernst Eber wurde bei der 43. Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft für Pneumologie (ÖGP) im Oktober 2019 zum Präsidenten der Gesellschaft ernannt. Die Präsidentschaft wird zwei Jahre dauern. Die 44. Jahrestagung wird im Okto-

ber 2020 in Graz stattfinden. Die Gesellschaft hat derzeit etwa 950 Mitglieder und kooperiert national eng mit der Österreichischen Gesellschaft für Thoraxchirurgie (OGTC) und international mit der European Respiratory Society (ERS). Die ERS hat beim heurigen Kongress in Madrid Prof. Eber den neu geschaffenen Teaching Award verliehen.

Austrian Patient Safety Award 2019

© Rüdiger Ettl



Brigitte Ettl und Christian Richter mit dem APSA 2019

Der Austrian Patient Safety Award (APSA) für Leistungen zur Erhöhung von Patientensicherheit in Gesundheitseinrichtungen wurde dem LKH-Univ. Klinikum Graz bei der Jahrestagung der Plattform Patientensicherheit für die „Einführung einer einheitlichen **Diabeteskurve** zur Erhöhung der Patientensicherheit“ in der Kategorie „Medikationssicherheit“ verliehen. Die neue Diabeteskurve ist seit 2018 in allen Abteilungen implementiert, die Anwendung wurde geschult. Stichprobenprüfungen belegen die Erhöhung der Patientensicherheit.

Posterpreis

© privat



Kerstin Führlinger, Diplomandin im Fachbereich für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie, hat beim Austrotransplant-Kongress 2019 in Bad Ischl den Posterpreis mit dem Titel „Higher pre-transplant KDIGO stages increase the risk for early graft rejection episodes after liver transplantation“ gewonnen.

Ehrenmitgliedschaft

© privat



Univ.-Prof. Dr. Michael Fuchsjäger, Vorstand der Universitätsklinik für Radiologie und Leiter der Klinischen Abteilung für Allgemeine Radiologische Diagnostik erhielt im Zuge des „Israel Radiological Association Annual Meetings“ in Eilat, Israel, die Ehrenmitgliedschaft der Israelischen Radiologischen Gesellschaft.

Teacher's Award und Qualitätspreis

© S. Möstl/LKH-Univ. Klinikum Graz



Ausgezeichnete Kinderbetreuung am Klinikum Graz

Das **Pädagogenteam** des Kindergartens am LKH-Univ. Klinikum Graz wurde mit dem Teacher's Award 2019 der Industriellenvereinigung in der Kategorie „Elementarpädagogik“ ausgezeichnet. **Kindergarten und Kinderkrippe** in der Stiftingtalstraße können sich darüber hinaus über das Zertifikat „Konsultationseinrichtung“ des Landes Steiermark freuen. Dieses wird Einrichtungen verliehen, die einen wertvollen Beitrag zur Qualitätssicherung in steirischen Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen leisten.

Lehrlinge mehrfach ausgezeichnet

Im Oktober 2019 wurden acht Lehrlinge des LKH-Univ. Klinikum Graz – Sandra Schmid, Anna Winter, Matthias Zapf, Bianca Lang, Nicole Sporer, Michelle Spörk, Sandra Sunko und Kerstin Weber – mit dem Preis „**Stars of Styria**“ der Wirtschaftskammer Steiermark ausgezeichnet. Des Weiteren wurden im November 26 Lehrlinge des LKH-Univ. Klinikum Graz von BD Gebhard Falzberger für den **ausgezeichneten Berufsschulerfolg** sowie für die guten und ausgezeichneten Lehrabschlussprüfungen geehrt (siehe Bild). Auch erreichte das LKH-Univ. Klinikum Graz den 9. Platz beim **Staatspreis** „Beste Lehrbetriebe – Fit for Future 2019“ des Bundesministeriums für Digitalisierung und Wirtschaftsstandorts in der Kategorie Unternehmen über 250 Mitarbeiter.



26 Lehrlinge wurden von BD Falzberger für ihre Leistungen geehrt

© LKH-Univ. Klinikum Graz

Neubesetzungen

Medizin



Univ.-Prof. Dr. Norbert Jakse wurde mit Wirkung ab 01.10.2019 befristet bis zum 31.12.2020 zum Vorstand der Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheit bestellt.



Univ.-Prof. Dr. Karl Tamussino wurde mit Wirkung ab 01.10.2019 befristet bis zum 31.12.2020 zum Vorstand der Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Heidi Stranzl-Lawatsch wurde mit Wirkung ab 01.10.2019 befristet bis zum 31.12.2020 zur suppl. Vorständin der Univ.-Klinik für Strahlentherapie-Radioonkologie bestellt.



ao. Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Schöll wurde mit Wirkung ab 01.10.2019 befristet bis zum 31.12.2020 zum suppl. Leiter der Klin. Abteilung für Geburtshilfe der Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe bestellt.

Pflege



DGKP Christiane Kink ist seit 01.10.2019 befristet auf drei Jahre, das heißt bis 30.09.2022, mit der Funktion als Stationsleitung der Allgemeinen Intensivstation an der Univ.-Klinik für Innere Medizin betraut.



DGKP Katrin Pretterhofer ist seit 01.10.2019 befristet auf drei Jahre, d. h. bis 30.09.2022, mit der Funktion als Stationsleitung an der Univ.-Klinik für Chirurgie, Ambulanz-Erstaufnahme; Univ.-Klinik für Orthopädie und Traumatologie, Ambulanz und Univ.-Klinik für Neurochirurgie, Ambulanz, betraut.

PERSONELLES



Entspannte Weihnachten für ...

Stabsstelle PR

... **Gabriela Wilfling** von der Ambulanz der Hals-Nasen-Ohren-Universitätsklinik. Sie hat heuer den komplett geschmückten Weihnachtsbaum inklusive Lieferung der Firma Blumen Rauch gewonnen. Auch die anderen Gewinner wurden bereits per E-Mail verständigt. Wir gratulieren herzlich!

Die Flut an E-Mails und Teilnahmekarten in den letzten Wochen des Gewinnspiels war beeindruckend. Kein Wunder, winkte als Hauptpreis wieder das Rund-um-Sorglos-Paket für den Weihnachtsbaum der Firma Blumen Rauch. Auch die anderen Preise – von Karten fürs Next Liberty über Gratis-Trainingsmonate bei LadyFit bis hin zu praktischen Trinkflaschen der Steiermärkischen Bank und Sparkassen AG – sind ein schönes Geschenk für sich selbst oder zum Weiterschenken.

Die Gewinner

Den Hauptpreis, einen **Weihnachtsbaum** inklusive Lieferung, Schmuck und Aufstellservice der Firma Blumen Rauch, hat **Gabriela Wilfling** gewonnen. Über je **10 x 3 Karten** für die österreichische Erstaufführung „Die Schöne und das Biest“ im **Next Liberty** für die Vorstellung am 30. Jänner

2020 können sich Silke Gangl, Maria Griesbacher, Astrid Koch, Sonja List, Gabriele Magele-Egger, Sandra Osahon, Susanne Prasch, Barbara Reisinger, Vinay Saraph und Alina Zima freuen.



© W. Steiber/LKH-Univ. Klinikum Graz

Im Jänner mit dem **Training im Ladyfit** beginnen Roswitha Gumpold (6 Monate); Daniela Eberlberger, Andrea Janics-Skazdonig und Delphine Yedikardachian (je 2 Monate); Gabriela Fuchs, Christa Gantschnig, Annemarie Nußmüller, Vanessa Osep, Veronika Plesch und Kristina Stampfl (je 1 Monat).



Die **Bücher „STADTISTIK“** sind bereits per Hauspost unterwegs zu Gabriele Groß, Elisa Haas, Elisabeth Harrer-Bantleon, Angela Kuglgruber und Dietmar Schrott. Die von der Autorin signierten Exemplare „**100 % Pertzl**“ haben Michaela Gindl, Jutta Lorenz, Erich Muser, Claudia Pammer und Margit Sommerhofer gewonnen.



Eine Ausgabe des **Schneeschuhführers Steiermark** (Rother-Verlag) bekommt Astrid Glatz. Über **Haarprodukte** für Unterwegs von **Intercoiffeur Mayer** können sich Dagmar Andrä, Katrin Brechlmacher, Martina Buchreiter, Jasmina Duranovic, Gabriela Egger, Christa Eibinger, Elisabeth Ertl, Markus Fahler, Martin Herneth, Maria Hütter, Bettina Holzer, Gabriela Neukam, Tanja Pietzka, Stefanie Propst, Elisabeth Resch, Marietta Strohmayer, Gabriele Wendler, Ingrid Winkelbauer, Helga Winter und Renate Wippel freuen. Eine praktische **Trinkflasche** aus Glas der **Steiermärkischen Bank und Sparkassen AG** nutzen ab sofort Kornelia Hartwegger, Hans Krankenedl, Christiane Lang, Nancy Nitzsche und Doris Wenzel.





BlumenRauch

Andrea

In der dm-Passage

8010 Graz
Plüddemanngasse 70-72

☎ 0316 / 42 90 20

Mo bis Fr: 8.00 bis 18.30 Uhr
Sa von 8.00–17.00 Uhr

Fleuropdienst

www.blumenrauch.at
office@blumenrauch.at

Am Leonhardplatz 1

8010 Graz
neben LKH

☎ 0316 / 38 65 25

Mo bis Fr: 8.00 bis 18.30 Uhr
Sa von 8.00–15.00 Uhr



Pünktchen UND ANTON

Zwei Kinder, zwei Welten,
eine „tollossale“ Freundschaft!

Wer kennt sie nicht, die legendäre Verbrecherjagd von Emil und seinen Detektiven im Berliner Großstadtdschungel, das amüsante Verwirrspiel um das doppelte Lottchen oder die „tollossale“ Freundschaft zwischen Pünktchen und Anton? Die Geschichten und Charaktere aus der Feder von Erich Kästner begleiten und begeistern schon seit Generationen Kinder und Erwachsene gleichermaßen – und kehren nun auf die Bühne zurück: Nach dem großen Erfolg von „Emil und die Detektive“ bringt das Next Liberty gemeinsam mit der Oper Graz nun erneut ein großartiges Kinderbuch von Erich Kästner (und das Berlin der 1930er Jahre) als unterhaltsames und berührendes Familienmusical auf die große Bühne der Oper Graz, das von der besonderen Freundschaft zwischen dem „hinreizenden“ Pünktchen Pogge und ihrem treuen Begleiter Anton, unterschiedlichen Welten und davon erzählt, dass man nie zu arm oder zu reich, zu jung oder zu erwachsen ist, um sich für jemanden einzusetzen.

PÜNKCHEN UND ANTON
nach dem Kinderbuch von Erich Kästner / von Marc Schubring und
Wolfgang Adenberg / eine Koproduktion mit der Oper Graz
24. November 2019 bis 21. März 2020
Tickets & Informationen www.nextliberty.com oder 0316 8000





VORHANG AUF

Willkommen auf der Hämatologie!

Ob ambulant oder stationär: Das Team der Klinischen Abteilung für Hämatologie kümmert sich um Patienten mit Leukämien, Lymphomen und Myelomen, betreut aber auch jene, die eine Blutstammzelltransplantation brauchen. Pro Tag suchen gut 80 Patienten die Ambulanz auf und das Stationsteam ist für durchschnittlich 30 Patienten im Einsatz.

Team



**Als Team unschlagbar!
Nur räumlich geht man seit
November 2018 getrennte Wege.**

Auf der Klinischen Abteilung für Hämatologie setzt sich ein rund 60-köpfiges Team aus Ärzten, Pflegepersonen, Med-Office-Mitarbeitern, Diätassistentinnen und Hygienefachkräften unter der Leitung von Hildegard Greinix für das Wohl der Patienten ein. Topkompetenz gepaart mit jeder Menge Engagement und höchste Qualitätsstandards kennzeichnen die tägliche, klinische Arbeit jedes einzelnen. Oberste Prämisse im Umgang mit den Patienten ist auch, viel Fingerspitzengefühl zu beweisen. Denn die meisten der Patienten, die die Hilfe des Hämatoteams suchen, leiden an einer sehr schweren Bluterkrankung: von akuter Leukämie, Myelomen und Lymphomen bis zu Gerinnungsstörungen. „Bei uns helfen Menschen ganz einfach Menschen“, wie es Ambulanzleiterin Gertrude Lutterschmied so schön auf den Punkt bringt.

Rein räumlich gesehen, geht das Stations- und Ambulanzteam seit gut einem Jahr getrennte Wege. Im Dezember 2018 wurde die neue Hämatoambulanz feierlich eröffnet. „Alles ist hell, freundlich, einfach wohltuend“, antwortet Abteilungsleiterin Greinix spontan auf die Frage, mit welchen drei Worten sie das Gebäude am Auenbruggerplatz 12, der ehemaligen Zahnklinik, beschreiben würde. Dem können sich stellvertretend für alle Ärzte und Pflegepersonen der Hämatologie auch ihre Kollegen Ruth Ingrid Brezinsek, ärztliche Leitung Station, Bianca Huber-Kraßnitzer, Leitung KMT-Station, und Franz Bauer, ärztliche Leitung Ambulanz, sowie Gertrude Lutterschmied, AL, und Martin Kneißl, SL, anschließen.

Herzliche Begrüßung, Terminvergabe und erste Anlaufstelle für Patienten

Das Med-Office-Team der Hämato-Ambulanz besteht aus drei Kolleginnen. Im Bild links begrüßen gerade Sarah Mailland und Sonja Heinrich-Papst (v.li.) eine Patientin. Die Damen managen die Terminvergabe und richten alle Unterlagen her, die die Ärzte für ihre Patientengespräche brauchen. Und zwar immer am Tag zuvor, damit der jeweilige Arzt im Behandlungszimmer alles vorfindet, wenn der Patient vor ihm sitzt. Dank der zentralen Terminvergabe und Kalenderführung durch das Med-Office-Team konnten die Wartezeiten im Ambulanzbereich erheblich verkürzt werden – nämlich um unglaubliche 80 Prozent!

Termine

Im Therapieraum läuft's rund!

Der neue Therapieraum in der Ambulanz ist freundlich, hell und wunderbar ruhig. Statt vorher sechs stehen jetzt zehn Therapieliegen plus zwei Transportliegen und eine Überwachungsliege zur Verfügung. Insgesamt sorgt ein 16-köpfiges Team dafür, dass hier alles rund läuft. Nicht nur bauliches Highlight, sondern vor allem Kommunikationszentrale im wahrsten Sinne des Wortes, ist der Stützpunkt in der Mitte des Raumes. Hier werden Schreivarbeiten durchgeführt und Therapieunterlagen vorbereitet.

Und derer gibt es viele. Denn der Bogen der Behandlungen spannt sich von Chemo- und Immuntherapien zur Behandlung von Patienten mit Lymphomen oder chronischer Leukämie über die Verabreichung von Ery- und Thrombokonzentraten bis hin zu Immunglobulininfusionen.

Mehr Platz für Gespräche

Bevor die Patienten freilich im Therapieraum Platz nehmen können, finden intensive Arztgespräche statt. In der neuen Ambulanz stehen dafür sechs Kojen zur Verfügung. Dazu ein Raum, in dem Punktionen durchgeführt werden.

Besonders gerne nutzen übrigens alle Berufsgruppen den Besprechungsraum im zweiten Stock. Wie die beiden Wartebereiche darunter verfügt er über eine riesige Fensterfront, die den Blick nach außen frei gibt.

Therapie

Blutabnahme



Der schnellste Weg ins Labor

Sonja Stefan ist einer der guten Geister, die für den Transport der Blutproben zuständig sind. Gut 80 davon wollen allein von der Ambulanz aus täglich zur Analyse zu den unterschiedlichsten Laboren gebracht werden. Verstärkung gibt's gewissermaßen von der Rohrpost, die in der neuen Ambulanz nun direkt im eigenen Blutabnahmerraum bestückt werden kann. Zudem stehen nun zwei Blutabnahmeplätze zur Verfügung. Selbstverständlich sind die Damen und Herren des „Hämatotransportdienstes“ aber auch für die Station ständig im Einsatz.

Freiwilliges Soziales Jahr



Für Patienten da sein

Seit Jänner 2019 ist es möglich am Klinikum Graz ein freiwilliges soziales Jahr zu absolvieren. Auf der Hämatologieambulanz ist daher Darah Werderitsch montags bis freitags im Wartebereich, aber auch im Therapieraum für Patienten da. Sie ist Ansprechperson für Fragen, gibt Informationen an die Pflege weiter, besorgt Lesematerial und ist Gesprächspartnerin nicht nur für die Patienten, sondern auch für deren Angehörige. Nicht zuletzt dadurch, trägt auch Darah zur ruhigen Stimmung im Wartezimmer bei.

**Station****Sicherheit wird
großgeschrieben**

Auf den Bettenstationen am Auenbruggerplatz 38 stehen 34 Betten zur Verfügung. Stationär werden Patienten mit akuten Leukämien betreut und im Zuge dessen intensive Chemo-Immuntherapien für Patienten mit Lymphomen und Myelomen verabreicht sowie Blutstammzelltransplantationen durchgeführt. Seit gut einem halben Jahr lebt man auf der Station zur Zufriedenheit aller die Bezugspflege. Ein wichtiger Punkt im stationären Alltag sind zudem Schulungen zu Hygienemaßnahmen. Vor allem das Training der Mitarbeiter samt Beratungen zur Medikamenteneinnahme und Informationen zu Schutzmaßnahmen haben enorme Bedeutung für die Betreuung von Hochrisikopatienten. Denn durch deren massiv geschwächtes Immunsystem ist der Schutz vor Viren und Co. für diese lebensnotwendig. Wie sensibel die Arbeit auf der Station der Hämatologie ist, zeigt allein der Umstand, dass selbst leicht verkühlte Mitarbeiter bis zur völligen Gesundung zuhause bleiben müssen. Auch Zimmer mit schwer infektionsgefährdeten Patienten dürfen nur mit Mundschutz, Übermantel und nach Händedesinfektion betreten werden.

Die Arbeit in einem derartigen Hochrisikobereich ist für viele Mitarbeiter aber durchaus auch mit Ängsten verbunden. „Dank der SOP's, an denen Ärzte und Pflege mitgearbeitet haben, ist das Gefühl der Sicherheit und die Zufriedenheit der Mitarbeiter wesentlich höher“, nennt Leiterin Greinix ein Beispiel dafür, wie man stets versucht, Lösungen für die Herausforderungen des Alltags zu finden. Schulungen und die Möglichkeit, kritische Situationen durchzusprechen, verbessern die Arbeit des einzelnen. Der Bettenmangel auf der Station stellt eine tägliche Herausforderung dar: Immer wieder müssen Patienten nach Absprache von Arzt und Pflege am Vortag verständigt werden, wenn kein Bett für sie frei ist und die Aufnahme daher verschoben werden muss. Ein Fixpunkt im wöchentlichen Terminkalender ist das interdisziplinäre Treffen aller Berufsgruppen, die an der Station tätig sind. Auch hier steht das gemeinsame Arbeiten im Sinne der Patienten an erster Stelle.



HISTORISCH

Evangelische Krankenhausseelsorge gestern und heute

Mit Pfarrer Christian Graf hat die evangelische Seelsorge am LKH-Univ. Klinikum Graz ein neues Gesicht bekommen.

Er verrät, warum er ein Spätberufener ist, was Karate und Achtsamkeit für ihn bedeuten und er wirft einen Blick nach vorne auf das kommende Weihnachtsfest. Zuvor geht es aber noch auf Spurensuche mit einem Blick zurück in die Geschichte der evangelischen Seelsorge am Klinikum.



Über den heute zugemauerten Vordereingang erreichbar, lagen die beiden Zimmer des evangelischen Betraums unmittelbar rechts daneben

Ein Seelsorger im Krankenhaus begleitet Kranke, Sterbende oder Angehörige, indem er für Betroffene da ist, sich Zeit für Gespräche nimmt, tröstet – er unterstützt aber auch Mitarbeiter in schwierigen Situationen.

Ein Blick zu den Anfängen

Als zu Beginn des 19. Jahrhunderts das aus allen Nähten platzende Allgemeine Krankenhaus beim Paulustor verlegt wurde, beschloss die Leitung der evangelischen Gemeinde Graz Heilandskirche im neu errichteten Landeskrankenhaus Seelsorge für die evangelischen Kranken anzubieten. Für nicht katholische Patienten war es in der Paulustorgasse Usus, bei Bedarf einen Pfarrer des jeweiligen Glaubensbekenntnisses herbeizurufen.

Die Leitung der evangelischen Kirche wandte sich ans Land, um beim Krankenhausneubau auch eine evangelische Kultusstätte anzuregen. Die Idee, die neue Kirche am Krankenhausgelände als Simultankirche zu nutzen, wurde nicht realisiert. Stattdessen wurde im neu gebauten Landeskrankenhaus ein eigener Betraum direkt beim damaligen Haupteingang zum Direktionsgebäude (Auenbruggerplatz 1) eingerichtet. Ein Raum im Parterre der Direktion bot Platz für einen Betraum mit Bänken, Stühlen und einer Kanzel. Im zweiten, kleineren Zimmer fand die Sakristei ihren Platz. Julius Schacht, Pfarrer an der Heilandskirche, feierte als evangelischer Krankenhaus-seelsorger im Betraum 1912 den ersten Gottesdienst. In den folgenden Jahren betreuten evangelische Pfarrer Patienten, begleiteten Kranke und Sterbende, feierten Gottesdienste und Taufen im Krankenhaus.

Obwohl deutschnationale Elemente auch in die evangelische Kirche Einzug gehalten hatten, drängte die NSDAP die Kirchen sukzessive aus dem öffentlichen Leben: Sie schränkte den Religionsunterricht ein und



Die Lukaskapelle wurde am 24. Oktober 1987 feierlich eröffnet

behinderte die Krankenhauseelsorge. 1942 wurde der evangelische Betraum im Direktionsgebäude enteignet und musste 1945 infolge der britischen Besatzung ausgelagert werden.

Von 1945 bis heute

Der Betraum und die Sakristei wurden Teil der Krankenhausapotheke, für evangelische Gottesdienste wurden zunächst die Bibliothek in der Direktion und später die Hörsäle der Universitätsaugenklinik und der Univ.-Klinik für Dermatologie genutzt.

Ab den 1950er-Jahren war ein evangelischer Pfarrer ausschließlich am Klinikum tätig: zunächst Pfarrer Eric Beermann (1956–1974), ihm folgten Pfarrer Norbert Engle (1974–1985), Pfarrer Robert Hanson (1985–1999) und Herwig Hohenberger (1999–2019).

Der steirische Architekt DI Werner Hollomey plante und gestaltete die Lukaskapelle, die unmittelbar hinter der Univ.-Klinik für Chirurgie, gegenüber der heutigen EBA erbaut wurde. Damit stand den Gläubigen nach über 40 Jahren wieder eine eigene evangelische Kultusstätte im Landeskrankenhaus zur Verfügung. 2013 musste die Lukaskapelle dem Chirurgieneubau weichen. Das alleinstehende Gebäude wurde 2014 noch mit einem Schleusensystem ausgestattet, um es bis zum endgültigen Abriss im Notfall als abgeschlossene Quarantänestation nutzen zu können.

Pläne für eine neue evangelische Gottesdienststätte gibt es bereits: Bis 2022 soll sie im Eingangsfoyer der neuen Chirurgie, im Bereich über der zentralen Notaufnahme, realisiert werden. Die Räume sollen dann, wie auch schon die Krankenhauskirche, im Sinne des ökumenischen Gedankens, überkonfessionell genutzt werden. Die ökumenische Zusammenarbeit am Klinikum weiten der evangelische Pfarrer Herwig Hohenberger und

der röm.-kath. Pfarrer Bernd Oberndorfer aus und etablierten die beiden Seelsorgeteams als Partner im multiprofessionellen Miteinander des Krankenhauses. Mit Pfarrer Christian Graf hat die Evangelische Seelsorge am LKH-Univ. Klinikum Graz nun seit September 2019 ein neues Gesicht bekommen.

Literatur:

Mag. Dr. Norberg Weiß. In: Kreuzungen, Ausgabe Nr. 1/08, Dezember 2007 der Pfarre und Seelsorge im LKH-Univ. Klinikum Graz
www.lkh-pfarre.at, www.heilandskirche.st

Dem Leben und Heilwerden auf die Spur kommen

Christian Graf ist 51 Jahre alt, verheiratet, hat fünf Kinder – vier Töchter und einen Sohn – im Alter von 15 bis 25 Jahren und ist seit 1. September Seelsorger für die evangelischen Patienten am Klinikum Graz. Innerhalb der Familie ist er der Spätberufene im Gesundheitsbereich. Zwei Töchter und der Schwiegersohn sind in Pflegeberufen tätig, bzw. in Ausbildungen in diesem Bereich. Geboren im südburgenländischen Oberschützen führten ihn Studium und Beruf nach Wien, Linz, in die USA, nach Spittal an der Drau und schließlich nach Graz, wo er zuletzt 13 Jahre als Pfarrer in der evangelischen Pfarrgemeinde Graz-Nord gewirkt hat. Im laufenden Arbeitsjahr wird Christian Graf die Ausbildung in Lebens- und Sozialberatung/Psychosoziale Beratung in Integrativer Gestaltberatung abschließen.

Natur, Bewegung und Glaube

Was er in seinem Leben, neben der Familie, keinesfalls missen möchte, sind Bewegung und Natur – am besten kombiniert. Seit einigen Jahren hat es ihm die Kampfkunst angetan, zunächst in Form von Aikido und inzwischen Karate-do Shotokai – einer sanfteren, philosophischeren Form des Karate. Die Natur genießt Graf gerne in seinem eigenen kleinen Wald im Burgenland,

beim Aufforsten, Beobachten oder einfach beim „Waldbaden“. Die ganze Familie unterstützt nachhaltige Initiativen von „Gemeinschaftsgetragenen Landwirtschaften“, einem Zusammenschluss von Bauern mit Konsumenten. Heilwerden, Ganzwerden, aber auch Aushalten dessen, was nicht mehr werden will, sind Prozesse, die Pfarrer Graf sehr beschäftigen und die ihn in dieser neuen Tätigkeit begleiten. „Ich lerne die Achtsamkeit gegenüber allem Lebendigen, gegenüber dem, was sich oft nur leise meldet, anklopft und auf Resonanz hofft. Ich hoffe in dieser Haltung auch dem Patienten gerecht zu werden, der gerade mein Gegenüber ist. In diesen zaghaften verletzlichen Versuchen, dem Leben und Heilwerden auf die Spur zu kommen, ist Gott aus meiner Erfahrung oft sehr nahe“, sagt er.

Im Blick auf das kommende Weihnachtsfest entkommt ihm zunächst einmal ein Seufzer. Der ist dem geschuldet, wie wir einander Weihnachten oft „verkaufen“. Für die Advents- und Weihnachtszeit hat sich Christian Graf heuer vorgenommen, immer wieder auf die beschwerliche Reise von Maria und Josef zu schauen, für die – vor allem Maria – einen mehrtägigen Fußweg auf sich nehmen musste, bis sie das Weihnachtswunder überraschen konnte. Der von einem evangelischen Pfarrer erfundene Adventkranz hatte ursprünglich 24 Kerzen, behelfsmäßig auf einem hölzernen Wagenrad angebracht. Für jeden Tag eine Kerze. Tag für Tag, Schritt für Schritt mitten im oft anspruchsvollen Alltag sich einem Geheimnis nähern – so will auch der Pfarrer heuer auf Weihnachten zugehen. „Ich will danach fragen, was mir das Geheimnis, dass Gott Mensch geworden ist, heuer sagen will. Wozu es mich vielleicht herausfordern will, welche neue Lebendigkeit es bringen will. Welches Licht es in mein Leben tragen will, von dem ich dann auch erzählen und weitergeben darf“, hat sich Christian Graf vorgenommen und wünscht allen Klinoptikumlesern ein gesegnetes Weihnachtsfest, verbunden mit erholsamen Tagen und einem zuversichtlichen, erwartungsvollen Blick ins neue Jahr.



© S. Möstl/LKH-Univ. Klinikum Graz

Der Glaube begleitet Christian Graf seit früher Kindheit an und ist Motor, um das Eigene, ihm von Gott Zugesagte, zu finden

seelsorge
evangelisch 

Auenbruggerplatz 35/2, 1. Stock, 8036 Graz
T: 87464 oder 0699/188 77 648
E: christian.graf@klinikum-graz.at
Wochenend-Notrufe: 0699 / 10 10 20 33
(Freitag 13.00 bis Montag 8.00 Uhr)



MEDIZIN

Achtung Influenza: Impfen schützt!

Mindestens einmal pro Winter überrollt eine Grippewelle das Land. 2018/2019 mussten in den KAGes-Häusern ca. 800 dokumentierte Influenzapatienten aufgenommen werden. Weshalb ein neues Tool eine optimale Bettenauslastung garantiert und warum Kinder als Schrittmacher der Influenza gelten, erklären Infektiologe Robert Krause, Pulmologe Holger Flick und Pädiater Werner Zenz. Alle drei raten: Lassen Sie sich impfen!



© Simon Möstl/LKH-Universität Klagenfurt

Machten sich bei der Pressekonferenz für die Grippeimpfung stark (v. li.): Holger Flick, Klin. Abt. für Pulmonologie, Robert Krause, Infektiologie und Tropenmedizin, und Werner Zenz, Klin. Abt. für Allgemeine Pädiatrie

Alle Jahre wieder sorgen Influzaviren dafür, dass etwa zehn Prozent aller Steirer an grippebedingten Beschwerden leiden. Vergangene Saison zählte man in den KAGES-Häusern rund 800 dokumentierte Influzapatienten, ca. 80 davon kamen auf eine Intensivstation. Nun garantiert ein neues Tool, dass die Bettenkapazität optimal ausgenutzt wird. Es hilft zudem dabei, eine Grippeperiode frühzeitig zu erkennen.

„Leider wird die Influenza nach wie vor unterschätzt. Dabei handelt es sich um eine schwere Erkrankung, die dazu führen kann, dass man auf der Intensivstation landet oder im schlimmsten Fall daran stirbt. Als Komplikationen können u. a. bakterielle Lungeninfektionen auftreten oder es kann sogar zu einer völligen Zerstörung des Lungengewebes und dadurch bedingten Entzündungsreaktionen kommen“, sagt Infektiologe Robert Krause und betont, dass das österreichische Referenzzentrum für Influenza in der Saison 2018/2019 die durch die Erkrankung bedingten Todesfälle mit 1.400 beziffert hat. „Wir sehen, wie Patienten leiden oder Menschen sterben, die leben könnten“, sagt der Arzt, der sich daher klar für die Grippeimpfung ausspricht. „Mit dem aktuellen Vierfachimpfstoff sind wir sehr zufrieden. Er ist gut verträglich und hat in der letzten Saison die betroffenen Influzastämme gut erfasst. Nur am Ende der Saison

ließ die Wirkung aufgrund der Veränderung der Viren etwas nach“, so Krause. Die Wirksamkeit zeige sich gut am Beispiel Australien. „Dort waren die influenzabedingten Todesfälle und Spitalsaufenthalte aufgrund der Impfung um 70 Prozent niedriger als bei jenen Personen, die nicht geimpft waren.“

Neues Planungstool garantiert optimale Auslastung

In Österreich wurden vergangenes Jahr rund 3.100 bestätigte Influzafälle diagnostiziert. 2018/2019 mussten in den KAGES-Häusern ca. 800 dokumentierte Influzapatienten stationär aufgenommen werden, rund 80 davon auf Intensivstationen. Daher stellt die Erkrankung auch im stationären Bereich eine große Herausforderung dar. Zum einen erfordert sie im (intensiv-)medizinischen Bereich eine interdisziplinäre Betreuung auf höchstem Niveau, zum anderen gilt es, die Kapazitäten für Isolierstationen optimal auszunutzen. Denn um Ansteckungen innerhalb eines Spitals zu vermeiden, müssen die Betroffenen separat von anderen Patienten behandelt werden. „Die KAGES-Häuser haben unterschiedlich viele Isolierbetten zur Verfügung“, so Krause. „Durch ein neues Planungstool wird mithilfe eines Ampelsystems täglich der Auslastungsstand des jeweiligen Spitals angezeigt. Dadurch kann jeder rechtzeitig han-

deln und gegebenenfalls einen Patienten in einem Partnerspital unterbringen“, fährt er fort. Das Tool kam vergangenen Winter zum ersten Mal zum Einsatz. „Es hat toll funktioniert. Derzeit ist es österreichweit das einzige seiner Art für ein ganzes Bundesland“, berichtet Krause, der das System mit Kollegen der Notfallaufnahme und den KAGes-IT-Spezialisten entwickelt hat.

Grippewelle rasch vorhersagen

Ein weiterer großer Pluspunkt des Tools: Die Daten werden rasch erhoben und man sieht nahezu in Echtzeit, wann die nächste Grippewelle in der Steiermark anrollt. „Und zwar schneller als bisher, da beispielsweise bei der österreichweiten Statistik die Daten ja erst gesammelt und zentral ausgewertet werden müssen. Das Ergebnis steht dann meist erst ein bis zwei Wochen zeitverzögert zur Verfügung“, sagt Krause. Bei einer Inkubationszeit von einem Tag bis maximal drei Tagen ist dies ein Faktor, der im Einzelfall sogar Leben retten kann – wie beispielsweise bei Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen. „Die Influenza ist für diese Patienten die gefährlichste virale Erkrankung überhaupt. Das Risiko eines Herzinfarkts steigt durch die Infektion um das bis zu Zehnfache, jenes für einen Schlaganfall um das bis zu Dreifache“, erläutert Holger Flick von der Klinischen Abteilung für Pulmonologie. Daher führt auch für ihn kein Weg an der Influenzaimpfung vorbei. „Sich nicht impfen zu lassen, ist hochgradig unvernünftig und grob fahrlässig“, so der Arzt.

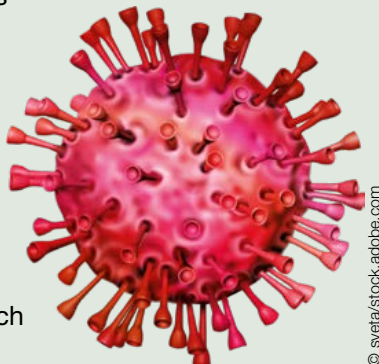
Kinder sind die Schrittmacher einer Grippewelle

„Kinder sind der Schrittmacher einer Epidemie, denn sie erkranken zeitlich vor den Erwachsenen. Daher können wir ebenfalls frühzeitig eine neue Grippewelle erkennen“, erklärt Werner Zenz von der Klinischen Abteilung für Allgemeine Pädiatrie. 2017/2018 wurden 166 Kinder mit einer Influenzainfektion stationär aufgenommen, elf davon mussten intensivmedizinisch versorgt werden und eines ist verstorben. Erhebungen aus ganz Österreich ergaben, dass im selben Zeitraum acht weitere Kinder influenzaassoziiert verstarben. „Vergangenes Jahr sind in Österreich fünf Kinder mit einer Influenzainfektion gestorben. Etwa die Hälfte davon hatte keine Grunderkrankung“, so Zenz. Auch er plädiert klar für die Impfung. „Sie ist ab dem 7. Lebensmonat möglich und sollte jedem Kind verabreicht werden. In den letzten beiden Jahren sind in Österreich mehr Kinder mit einer Influenzainfektion gestorben als an allen Erregern der eitrigen Meningitis zusammen. Leider liegt die Durchimpfungsrate nur bei drei bis fünf Prozent“, erklärt Zenz. Das Problem sei oft die fehlende Unterscheidung zwischen der echten Influenza und dem grippalen Infekt. An letzterem könne man trotz Grippeimpfung erkranken, da er von einem anderen Virus hervorgerufen werde. „Passiert das, glauben die Leute, die Impfung hätte nicht gewirkt“, erläutert Zenz. Ein Irrglaube, dem man nur durch richtige Aufklärung entgegenwirken könne, betonen er und seine Kollegen unisono und appellieren nochmals dafür, sich unbedingt impfen zu lassen.

Fakten zur Influenza

Die Influenza zeigt anfänglich ähnliche Symptome wie ein grippaler Infekt, Krankheitsverlauf und mögliche Folgeerkrankungen sind aber weitaus gefährlicher. Die Inkubationszeit der Grippe beträgt bis zu drei Tagen. Symptome sind Fieber, Husten, Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen.

Es kann zu Atemwegsbeschwerden, Halschmerzen, Durchfall oder Erbrechen kommen. In jedem Fall impfen lassen, sollten sich Personen mit einer Grunderkrankung an Herz oder Lunge, im neurologischen Bereich oder Diabetiker.



© sveta/stock.adobe.com

Lassen Sie sich impfen!

Mitarbeiter können sich beim Arbeitsmedizinischen Dienst montags bis freitags, jeweils von 12 bis 13.30 Uhr kostenlos Grippeimpfen lassen. Wer keine Zeit hat hinzugehen, kann sich den Impfstoff abholen und die Kollegen selbst impfen bzw. sich von einem Kollegen impfen lassen.



Die Aktion läuft bis Ende Jänner 2020.

MEDIZIN

Alles wieder in Stereo

Stabsstelle PR

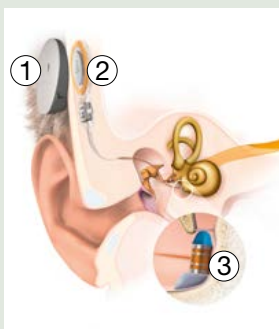


© MED-EL

(v. li.): HNO-Facharzt Matthias Graupp mit Medizintechniker Bernd Katzbauer (MED-EL) und Patientin Regina Grosinger

Regina Grosinger ist die erste Patientin, der an der HNO-Univ. Klinik zwei Mittelohrimplantate eingesetzt wurden. Die Burgenländerin ist begeistert, denn nun nimmt sie ihre Umgebung nicht nur akustisch wieder wahr, sondern kann auch einschätzen, woher Töne und Geräusche kommen.

„Um optimal hören zu können, braucht der Mensch einfach beide Ohren“, betont Matthias Graupp von der Klin. Abt. für Allgemeine HNO und begründet: „Einerseits, um den Schall lokalisieren zu können, d. h. zu wissen aus welcher Richtung ein Geräusch kommt, andererseits auch, um einen Störschall ausmachen und damit ausblenden zu können. Denn nur dann kann ich problemlos eine Unterhaltung bei großer Geräuschkulisse führen.“ Für Regina Grosinger war dies schon lange nicht mehr möglich. Auch die Hörgeräte, die sie getragen hatte, hielten nicht, was sie versprochen hatten. Ganz im Gegenteil: Die Geräte führten zu einer chronischen Entzündung der Gehörgänge und zu Narbenbildung, sodass die Burgenländerin nahezu gehörlos war.



So funktioniert's:

Anders als bei einem Hörgerät, das den Schall akustisch verstärkt, basiert die Implantattechnologie auf der direkten Stimulation des Mittelohres. Der von außen sichtbare Audioprozessor

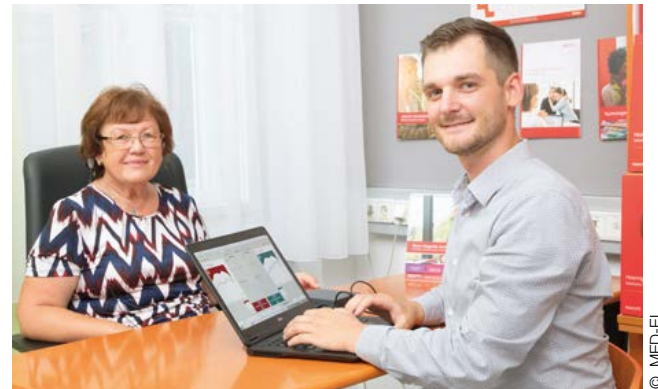
(1) ist unter den Haaren versteckt und sendet ein elektrisches Signal an das Implantat (2). Das Implantat selbst ist direkt an die Strukturen des Mittelohres angeschlossen (3) und versetzt diese in Schwingung, sodass der Schall ans Innenohr übertragen werden kann. Die Technologie des Implantats stammt übrigens von einem Tiroler Unternehmen.

Großer Gewinn an Lebensqualität

Nach intensiver Aufklärung seitens des Spezialisten entschied sie sich für zwei Mittelohrimplantate. „Schon nach der ersten OP war der Unterschied zu früher enorm“, sagt sie und erzählt von einem besonderen Erlebnis: „Beim Schwammerlsuchen habe ich die Vögel wieder zwitschern gehört und vor lauter Überwältigung zu weinen begonnen!“ Seit der zweiten OP erkennt sie nun auch, ob die Vögel hinter oder vor ihr singen und kann sich in einer lauten Umgebung gut verständigen. Durch die Implantate erhielt die 67-Jährige auch Lebensqualität zurück. „Früher habe ich mich nicht mehr weit von zuhause weg getraut, bin nur kurze Strecken mit dem Auto gefahren. Ich war etwas ängstlich, denn hätte ich Hilfe gebraucht, hätte ich mir schwer getan, jemanden darum zu bitten. Heute fahre ich wieder weitere Strecken und habe auch keine Angst mehr.“ Wie Graupp erläutert, besteht ein grundsätzlicher Vorteil von Mittelohrimplantaten darin, dass der Gehörgang frei

ist und das Mittelohr direkt stimuliert werden kann. Daher fallen lästige Rückkopplung oder das Pfeifen weg, die bei klassischen Hörgeräten immer wieder vorkommen.

Regina Grosinger war die erste Patientin, der an der HNO-Univ. Klinik zwei derartige Geräte implantiert wurden. Seit 2015 baut die Klinik den Bereich der Implantate massiv aus, sodass Patienten aus dem südostösterreichischen Raum dafür nicht mehr großräumig ausweichen müssen. Die Burgenländerin Grosinger war von der Betreuung am Klinikum wirklich begeistert, sagt sie. „Alle haben sich so gut um mich gekümmert. An sich fahre ich ja so nicht gerne in ein Spital, aber die HNO-Abteilung besuche ich sehr gerne.“



Alles gut verstanden: Funktionsüberprüfung der Implantate

© MED-EL

Spitzenreiter in der Traumaversorgung

Stabsstelle PR



© Jürgen Fechter/LKH-Univ. Klinikum Graz

Freuten sich über die Rezertifizierung des Traumazentrums und die Sonderzertifizierung der Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie: (v.li.) KV H. Till, stv. Abteilungsrl. G. Prause, B. Pichler, stv. KV P. Puchwein, stv. KV F.-J. Seibert, ÄD W. Köle, KV H.-J. Mischinger und PL A. Derkits

Das aktuelle DGU Traumaregister belegt: Das LKH-Univ. Klinikum Graz zählt als zertifiziertes Traumazentrum europaweit zu den Topadressen, wenn es um die Versorgung schwerverletzter Patienten.

Seit über 13 Jahren nimmt die Univ.-Klinik für Orthopädie u. Traumatologie am Polytraumaregister der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) teil. Die Teilnahme war auch Basis für die Rezertifizierung des Klinikum Graz als überregionales Traumazentrum.

Die Dokumentation erfolgt mit der Univ.-Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin, der Klin. Abt. f. Allgemein Chirurgie, dem Inst. für Med. Inform., Statistik und Dok., der Stabsst. QM/RM mit Unterstützung der ÄD.

Die Univ.-Klinik für Kinder- u. Jugendchirurgie pflegt pädiatrische Fälle ins Register ein, weshalb sie vor Kurzem sonderzertifiziert wurde. 2018 wurden 40.882 Patienten von 660 Kliniken im Register erhoben. Die Daten basieren auf einer einheitlichen Definition von Schwerstverletzten und Polytraumata. Dabei bilden alle im Schockraum behandelten Patienten das Basiskollektiv, woraus wiederum per Injury Severity Score schwerverletzte Patienten (≥ 16) herausgefiltert werden. 2018 wurden am Klinikum Graz 300 Patienten mit einem ISS ≥ 16 und 174 Patienten als lebensgefährlich verletzt eingestuft. Die Letalität lag bei ca. 15 Prozent und damit unter der Prognose. Ein Trend, der einmal mehr ein Zeichen für die Spitzenqualität ist, die das Traumazentrum des Klinikum Graz garantiert.

MEDIZIN

MediMouse

Katrin Nussmüller / Gordan Kozomara



© Jürgen Fechter/LKH-Univ. Klinikum Graz

Der Matthias-Test gibt Hinweise auf muskuläre Schwachstellen

Rückenschmerzen kennt fast jeder. Meistens sind die Schmerzen unspezifisch, daher spielen konservative Therapien eine große Rolle. Die MediMouse hilft dabei, die Wirbelsäule genau zu vermessen – eine wichtige Grundlage vor allem bei der Prävention von Rückenschmerzen.

Im August dieses Jahres erhielten 15 Physiotherapeuten aus verschiedenen Abteilungen des LKH-Univ. Klinikum Graz eine ganztägige Schulung, in der die Funktionsweise und der Umgang mit dem IDIAG M360 (MediMouse®) erklärt wurden. Das Klinikum Graz hat ein derartiges Gerät gekauft, das seit Herbst 2019 im Einsatz ist.

Bei der Untersuchung wird der handgroße Messkopf der MediMouse® entlang der Brust- und Lendenwirbelsäule geführt und passt sich den Konturen des Rückens an. Mithilfe von 3-D-Sensoren und Lichtreflexionen wird eine hohe Dichte an Abtastungspunkten erfasst und direkt drahtlos an einen Computer übertragen. Die zugehörige Software vergleicht die individuell registrierten Daten

des Patienten mit einem (standardisiert aufgezeichneten) Datenpool beschwerdefreier Probanden, abgestimmt auf Geschlecht und Alter. Das Resultat der Untersuchung liefert eine klinische Beurteilung der Funktion, Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule und dient zur Erhebung der aktuellen Funktionsfähigkeit. Gleichzeitig ist die Qualitätssicherung in der Therapie gewährleistet, da laufend eine Dokumentation der Verlaufs- und Erfolgskontrollen stattfindet. Der Patient bekommt einen Ausdruck mit dem Ergebnis seiner Messungen und sieht ein sehr anschauliches Bild von seiner Wirbelsäule und eventuellen Abweichungen.

Drei Tests mit der Maus

In der Praxis hat sich besonders der IDIAG Spine Core bewährt, der drei Tests mit messbaren Parametern beinhaltet:

Test 1: Bei der entspannten „Gewohnheitshaltung“ im aufrechten Stand wird die Alltagshaltung überprüft. In

der Haltungsanalyse sieht man, ob bereits im aufrechten Stand eine Abweichung besteht, z. B. eine vermehrte Lordose in der Lendenwirbelsäule, ein „Hohlkreuz“, oder eine vermehrte Kyphose in der Brustwirbelsäule, ein „Rundrücken“.

Test 2: Beim Matthias-Test wird die Haltung durch eine definierte Belastung mit einem Gewicht in den Händen überprüft. Der Patient hält dabei in aufrechter Haltung ein bestimmtes Gewicht mit ausgestreckten Armen. Dann wird einmal zu Beginn und nach 30 Sekunden ein zweites Mal gemessen. Das Testergebnis zeigt, wie gut die Wirbelsäule im Alltag bei Belastungen muskulär stabilisiert werden kann. Idealerweise sollten sich die Krümmungen von denen im aufrechten Stand kaum unterscheiden. Gibt es hier eine deutliche Abweichung, ist das ein Hinweis auf etwaige muskuläre Schwachstellen. Wenn zum Beispiel das Becken stark nach vorne kippt und sich dadurch die Lordose vergrößert, bedeutet das, dass die Bauchmuskulatur nicht ausreichend arbeitet, um die Lendenwirbelsäule zu unterstützen.

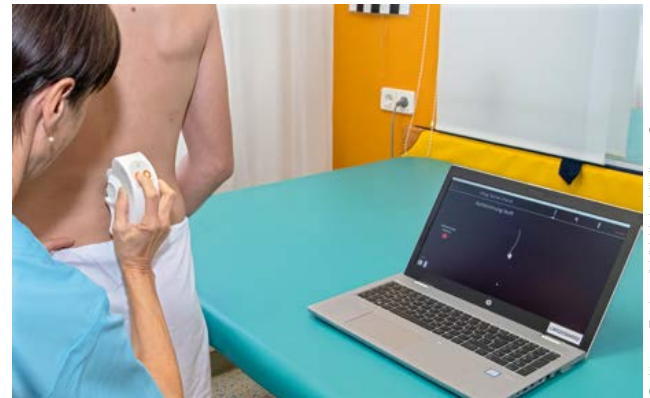
Test 3: Die Messung der maximalen Beugung der Wirbelsäule, wobei das Bewegungsverhalten der Wirbelsäulenabschnitte ausgewertet wird. Diese Messung gibt Auskunft über die Mobilität der Wirbelsäule und über die Homogenität der Beweglichkeit. Gibt es Abschnitte, in denen kaum Bewegung stattfindet, wäre es wichtig, diesen Bereich mit gezielten mobilisierenden Übungen beweglicher zu machen.

Erster Einsatz bei den Gesundheitstagen

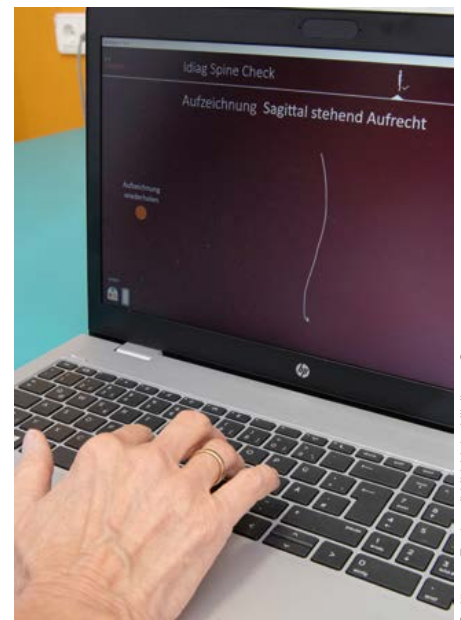
Bei den diesjährigen Gesundheitstagen kam die Medi-Mouse® erstmals am Stand der Physiotherapie zum Einsatz. 95 Mitarbeiter nutzten die Möglichkeit, den Rücken vermessen zu lassen. Nach der Messung wurden die Testergebnisse im Rahmen einer Beratung besprochen und gleich einige individuell angepasste Wirbelsäulenübungen gezeigt und trainiert, die dann als ausgedrucktes Übungsprogramm mit nach Hause genommen werden konnten.

Durch Informationen zur individuellen Haltung ist dieses Messverfahren vor allem für die Prävention sinnvoll. Die eindrucksvolle optische Darstellung motiviert die Patienten, aktiv zu werden. Mit gezielten und professionell instruierten Übungen kann viel erreicht werden, sodass chronische Rückenschmerzen im besten Fall gar nicht entstehen. Durch ein wiederholtes Screening können die Verbesserung der Haltung und die Belastbarkeit der Wirbelsäule erneut gemessen und der Erfolg objektiv aufgezeichnet werden.

Das Gerät kann allerdings kein bildgebendes Verfahren ersetzen, weil Strukturen wie Bandscheiben, Muskulatur und eventuelle Pathologien bei der Messung nicht berücksichtigt werden.



Der Messkopf fährt entlang der Lendenwirbelsäule



Die Messdaten werden mittels eigener Software analysiert

MediMouse®

Bei der MediMouse® oder SpinalMouse® handelt es sich um dasselbe Gerät. Seit einer Weiterentwicklung der Software 2018 ist das Gerät ausschließlich unter dem Namen IDIAG M360 erhältlich. IDIAG M360 wurde entwickelt, um ein strahlenfreies Wirbelsäulenscreening zu ermöglichen, das Auskunft über Haltung und Beweglichkeit der Wirbelsäule gibt.



© Jürgen Fechter/LKH-Univ. Klinikum Graz

© Jürgen Fechter/LKH-Univ. Klinikum Graz



PFLEGE

Tabus brechen

Die Aufgabe der Kontinenzförderung ist es, die Lebensqualität von inkontinenten Erwachsenen durch professionelle Information, Beratung und Koordination der Hilfsmittelversorgung zu verbessern. Christa Hosak ist seit 1979 Pflegeperson auf der Univ.-Klinik für Urologie und seit 2010 Expertin für Kontinenzberatung im Erwachsenenbereich. Seit über 30 Jahren kämpft sie gegen das Tabu „Inkontinenz“.

Sandra Müller



© Jürgen Fechter/LKH-Univ. Klinikum Graz

Christa Hosak mit Urologin Samra Jasarevic

Expertin für Kontinenzberatung

Christa Hosak wollte bereits seit der Volksschule Kinderkrankenschwester werden. Im ersten Jahr auf der Krankenpflegeschule entschied sie sich dann doch für die Ausbildung zur allgemeinen Krankenpflege, da sie mit dieser Ausbildung die Möglichkeit hatte, sowohl im Kinder- als auch im Erwachsenenbereich zu arbeiten. Nach ihrer Diplomierung 1979 begann sie auf der Station der Urologischen Abteilung zu arbeiten. 1986 wechselte sie in die Urologische Ambulanz. Ab 1990 baute sie gemeinsam mit dem Urologen Günter Primus die Spezialambulanz „Blasenfunktionsstörungen – Urodynamik“ auf. Seit 2010 ist Christa Hosak die Pflegeexpertin für Kontinenzberatung am Klinikum. Ab Jänner 2020 wird diese Funktion durch Brigitte Riegler übernommen, welche bereits für die Kontinenz- und Stomaberatung im Kinderbereich zuständig ist.

Seit 1986 ist Christa Hosak in der Ambulanz der Univ.-Klinik für Urologie als diplomierte Pflegeperson tätig. Gemeinsam mit dem Urologen Günter Primus baute sie ab 1990 die Spezialambulanz „Blasenfunktionsstörungen – Urodynamik“ auf. Dabei fiel Hosak auf, welches Tabuthema die Harninkontinenz für die Betroffenen und auch die Angehörigen ist: „Es war teilweise wirklich abenteuerlich, welche Materialien die Betroffenen verwendeten oder welchen „Einfallsreichtum“ sie entwickelten, um sich gegen die Inkontinenz zu wappnen: von Watte und Handtüchern bis hin zu einem Glas einer Babynahrung, das mit Toilettenpapier gefüllt war und mit einer Schnur um den Bauch gebunden wurde.“ Kuriosester Fall war eine Patientin, die Toastbrot zur Inkontinenzversorgung verwendete. All diese Fälle zeigten aber eines: Kaum ein Betroffener wusste, welche professionellen Möglichkeiten der Inkontinenzversorgung es gibt und dass diese sogar über die Krankenkasse bezogen werden können. Meist gab es leider auch keine Ansprechpersonen, die für Informationen und Beratung zuständig waren. Die gesamte Situation und besonders die Verzweiflung der Betroffenen bezüglich ihrer „Schwäche“, der Harninkontinenz, berührten Christa Hosak sehr. Sie begann sich speziell für dieses Thema zu interessieren und mittels Fortbildungen ihr Wissen zu erweitern und zu vertiefen.

Inkontinenzprodukte im Test

Durch die zunehmende Anzahl an Patienten mit individuellen Problemen bezüglich Kontinenz und dem erhöhten Bedarf an Inkontinenzprodukten, wurde recht schnell klar, dass die Versorgung mit passenden Inkontinenzprodukten mangelhaft war. Dank Hosak wurden an der Klinik unterschiedliche Produkte mit unterschiedlicher Saugkapazität getestet und den Patienten zur Verfügung gestellt. Außerdem wurden alle Pflegepersonen auf die Anwendung der neuen Produkte eingeschult. Um eine kontinuierlich hohe Qualität und Fachkompetenz erreichen zu können, wurde für jede Klinik am LKH-Univ. Klinikum Graz ein Multiplikator bestellt und auf den meisten Bettenstationen ein Kontinenzbeauftragter installiert.

Lebensfreude trotz Inkontinenz

Am schönsten ist es für Christa Hosak, wenn die Betroffenen wieder am sozialen Leben teilnehmen können und Lebensfreude empfinden. Stolz darf Hosak sein, mit wie viel Engagement ihre Kollegen bei der Sache sind und dass alle an einem Strang ziehen. Das kann man auch an den gestiegenen Verbrauchszahlen bei den Inkontinenzprodukten messen.

Seit 2010 ist Christa Hosak die Pflegeexpertin für Kontinenzberatung am LKH-Univ. Klinikum Graz, seit 2013 stehen 25 Prozent ihrer Arbeitszeit ganz



© ljphoto/stock.adobe.com

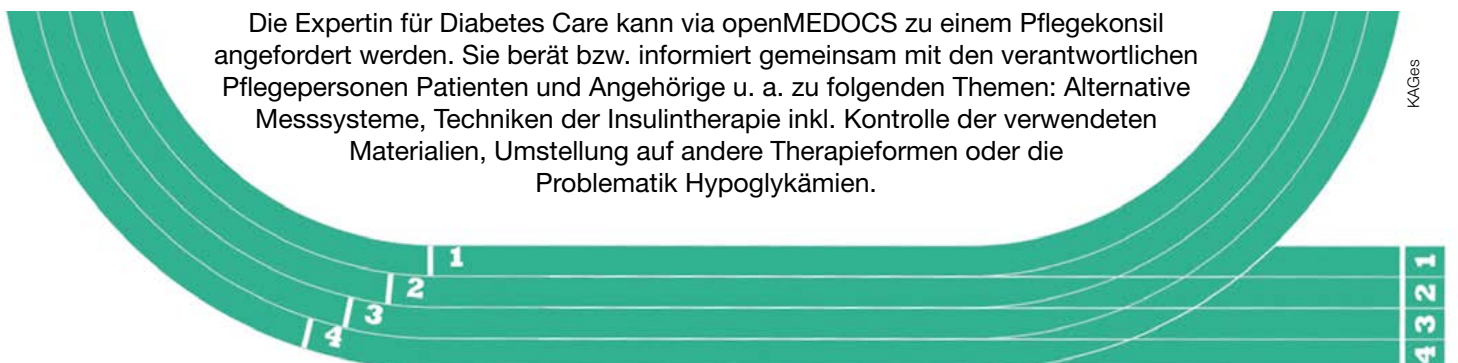
im Zeichen dieser Expertenfunktion. In einem Praktikum an der Neurourologischen Ambulanz des Universitätsklinikums Innsbruck sowie durch Fortbildungen der Medizinischen Kontinenzgesellschaft Österreich eignete sie sich ihr Wissen an. Ihr Hauptziel ist, die adäquate Versorgung der Patienten zu gewährleisten und die Kollegen der Pflege für dieses Tabuthema zu sensibilisieren. Dazu zählen die Beratung für Betroffene, Angehörige und Pflegepersonen, genau so wie die Schulungen für Mitarbeiter, Vorträge zum Thema, die Planung und Durchführung von Fortbildungen, die Optimierung des Verbrauchs von Inkontinenzprodukten sowie die Förderung der Vernetzung der Multiplikatoren. In komplizierten Fällen bespricht Hosak direkt auf der Station im Team die Versorgung.

Dass am LKH-Univ. Klinikum Graz eine einzelne Person mit Unterstützung auch Großes bewirken kann, macht für Christa Hosak die Arbeit als Expertin so spannend. Ein nächstes großes Ziel der Expertengruppe ist die Implementierung eines Pflegekonsils analog zum bestehenden Pflegekonsil für Diabetes Care. Zwar geht Christa Hosak Ende 2019 in Pension, sie weiß aber, dass das Thema „Kontinenzberatung“ bei ihrer Nachfolgerin Brigitte Riegler in guten Händen ist. Zuletzt noch ein Tipp von Christa Hosak: „Pflegepersonen sollen Patienten aktiv nach Harn- und Stuhlinkontinenz fragen, da erst oft nach genauerem Nachfragen über dieses Problem gesprochen wird. Betroffene sind sehr dankbar, wenn mit relativ geringem Aufwand eine deutliche Verbesserung der Lebenssituation erreicht werden kann.“

Aktuelle News zum Laufbahnmodell

Die Expertin für Diabetes Care kann via openMEDOCS zu einem Pflegekonsil angefordert werden. Sie berät bzw. informiert gemeinsam mit den verantwortlichen Pflegepersonen Patienten und Angehörige u. a. zu folgenden Themen: Alternative Messsysteme, Techniken der Insulintherapie inkl. Kontrolle der verwendeten Materialien, Umstellung auf andere Therapieformen oder die Problematik Hypoglykämien.

KAGes





ERNÄHRUNG

Herzhaft Essen

Gutes Essen und süße Leckereien wie Kekse, Christstollen und Punsch gehören zu Weihnachten einfach dazu. Für manche kommt nach den Feiertagen jedoch das böse Erwachen, wenn die Waage ein paar Kilos mehr anzeigt oder sich die Blutwerte verschlechtert haben. Eine herzgesunde Ernährung ist mit ein paar Tipps auch zur Weihnachtszeit ganz leicht möglich.

Emma Neuhold



© puhimec/LKH-Univ. Klinikum Graz

Einmal pro Woche bewusst und ohne Stress einkaufen gehen



© alexkch/stock.adobe.com

Ein Wochenspeiseplan hilft bei der herzgesunden Ernährung



© ricka_kinamoto/stock.adobe.com

Nicht öfter als zwei- bis dreimal pro Woche (Bio-)Fleisch

Um sein Herz zu stärken und langfristig fit zu halten, reichen schon kleine Veränderungen, die in den Alltag eingebaut werden. Die positiven Nebenwirkungen: Was das Herz stärkt, schützt den ganzen Körper und schützt auch vor Krankheiten. Mit unseren acht Schritten gelingt auch Ihnen eine herzgesunde Ernährung – sogar in der Weihnachtszeit!

Schritt 1: richtiges Einkaufen

Eine herzgesunde Ernährung beginnt schon beim Lebensmitteleinkauf. Nehmen Sie sich einmal pro Woche bewusst Zeit, herzgesunde Lebensmittel auf Vorrat einzukaufen. Dadurch vermeiden Sie im Stress den Griff zu ungesunden Lebensmitteln wie Extrawurstsemmeln, Tiefkühlpizzen, Fischstäbchen oder fettreichen Dessertjoghurts und Puddingcremen. Legen Sie sich bewusst gesunde Snacks wie Nüsse, Trockenfrüchte, frisches Obst, Joghurt u.s.w. auf Vorrat an.

Diese Lebensmittel passen in den herzhaften und herzgesunden Einkaufskorb:

- Obst und Gemüse (auch tiefgekühlt)
- Vollkorngetreide (Naturreis, Vollkorn-Dinkelnudeln, Hirse, Buchweizen etc.)
- Kartoffeln
- Hülsenfrüchte (getrocknete Linsen, Bohnen, Kichererbsen etc.)
- hochwertige pflanzliche Öle wie Rapsöl und Olivenöl zum Kochen
- für die kalte Küche hochwertige Öle wie Leinöl, Leindotteröl oder Walnussöl
- magere Milchprodukte wie Joghurt und Buttermilch
- fettarme Käsesorten bis max. 45 % F.i.T.
- kleine Mengen mageres Fleisch und Fisch

Schritt 2: Gestalten Sie Ihren Wochenspeiseplan

Kreieren Sie Ihren eigenen phantasievollen und herzhaften Wochenspeiseplan. Auch wenn Sie mittags auswärts essen, ist es nützlich, sich Gedanken über ein abwechslungsreiches, gesundes Abendessen zu machen, in welches beispielsweise Linsen- oder Bohnensalat, Kichererbsenaufstrich, Polenta mit Buttermilch oder ein Hirsemilchbrei mit Nüssen Einzug halten.

Schritt 3: Werden Sie Flexitarier

Flexitarier essen selten (zwei- bis dreimal pro Woche), dafür aber nur ausgewähltes oder sehr wenig (Bio-) Fleisch. Bevorzugen Sie Fleisch aus der Region. Wer vor allem auf rotes Fleisch und verarbeitete Fleischwaren wie Würste, Selchwaren und fertige Fleischaufstriche verzichtet, tut seinem Herzen langfristig etwas Gutes. Kochen Sie stattdessen öfter Krautfleckerln, Kartoffelpuffer, Linseneintopf, Kartoffelgulasch, Bohnengulasch u.s.w.

Schritt 4: Machen Sie öfter einen Ölwechsel

Fett ist nicht gleich Fett – und auch nicht generell schlecht für's Herz. Reduzieren Sie gesättigte Fettsäuren aus tierischen Lebensmitteln (Milch, Fleisch und Eier) und erhöhen Sie den Anteil an ungesättigten und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Besonders die Omega-3-Fettsäuren gelten als Schutz vor Herz-Kreislaufkrankungen.

Beispiele für Lebensmittel bzw. Speisen mit „herzgesunden“ Ölen:

- Salat mit Olivenöl, Rapsöl oder Kürbiskernöl
- Suppen, Cremes oder Milchbreie mit einem Teelöffel Leinöl oder Nussöl vollenden
- Forelle, Saibling, Lachs und andere Kaltwasserfische
- Walnüsse zum Knabbern, Mandeln, Haselnüsse u.s.w.
- Naturjoghurt mit Leinsamen, Sesam oder Chiasamen

Schritt 5: würzig, aber nicht salzig

Salz erhöht den Blutdruck und sollte deshalb, wenn möglich, gemieden werden.

Gönnen Sie sich herzhaft würzige Speisen mit Zwiebel und Knoblauch, auch scharfe Gewürze wie Pfeffer, Paprika, Chili, Curry und natürlich frische Kräuter wie Petersilie und Schnittlauch sind erlaubt. Meiden Sie jedoch Salz in jeder Form. Besonders in Fertigprodukten wie Aufstrichen oder Tiefkühlpizzen ist meist viel Salz versteckt, auch wenn diese gar nicht salzig schmecken. Vermeiden Sie es in jedem Fall bei Tisch nachzusalzen!

Schritt 6: weniger Zucker

Weniger Zucker tut nicht nur dem Herzen gut, sondern auch anderen Organen und dem gesamten Körper.

Sie können Ihren Zuckerkonsum reduzieren, indem Sie auf Zucker in „flüssiger Form“ zur Gänze verzichten (Limonaden, Sirup, Tee mit Honig oder Zucker, Kakao mit Instant-Kakaopulver, fertige Milchmixgetränke wie Trinkjoghurt oder Buttermilchmix mit Früchten). Bedenken Sie, dass auch Smoothies und 100 Prozent reine Fruchtsäfte einen hohen Gehalt an natürlichem Zucker aufweisen.

Für Naschkatzen gilt: Gönnen Sie sich einmal am Tag eine kleine Süßigkeit oder greifen Sie öfter mal zu einer Handvoll Nüssen.

Schritt 7: Alkohol und Koffein in Maßen









Wissenschaftler empfehlen: nicht mehr als ein alkoholisches Getränk pro Tag bei Frauen und zwei bei Männern (ein Getränk ist zum Beispiel 1/8 l Wein oder ein Glas Bier).

Außerdem sollten mindestens zwei alkoholfreie Tage pro Woche eingehalten werden. Da Koffein den Blutdruck erhöht, gilt die Empfehlung: max. drei bis vier Tassen Kaffee pro Tag. Auch Schwarz-, Grün- und Eistee sowie Cola und Red Bull enthalten Koffein.

Schritt 8: Achten Sie auf Ihr Gewicht

Normales Körpergewicht (BMI zwischen 20 und 25) ist Voraussetzung für ein gesundes Herz. Mindestens genauso wichtig ist jedoch ein normaler Bauchumfang. Bei Frauen sollte der Bauchumfang unter 80 cm liegen, bei Männern unter 94 cm. Es ist leichter das Gewicht zu regulieren und gleichzeitig Muskeln aufzubauen, wenn man fünf- bis siebenmal pro Woche moderate körperliche Bewegung für ca. 30 Minuten einplant.

Wie gelingt nun eine herzgesunde Ernährung in der Weihnachtszeit?**Ersetzen/Vermeiden Sie:****Bevorzugen Sie:**

 Gefüllte Kekse, Stollen	Früchtebrot, Kletzenbrot, Lebkuchen, Anisbögen, Windbäckerei etc.
 Üppige Desserts wie Mousse au Chocolat, ...	Bratapfel, Obstsalat mit Nüssen, Joghurt- oder Topfencreme mit Früchten
 Punsch, Glühwein	diverse Weihnachtsteesorten, Rooibostee, Früchtetee mit etwas Fruchtsaft gesüßt etc.
 Üppige Braten von Schwein, Gans, Ente oder gebackenen Karpfen mit Kartoffel-Mayonnaise-Salat	Braten aus heimischem Geflügel (Pute, Huhn), gebratenen Fisch wie: Forelle, Saibling, Lachs oder einen Karpfen mit Backrohrkartoffeln und Blattsalat
 Gebundene Soßen mit Obers	Natursaft
 Cremesuppen mit Obers	Gemüsesuppe, klare Suppen, Salat als Vorspeise
 Pommes, Krokette	Petersilkkartoffeln, Ofenkartoffeln, Naturreis, Buchweizen, Hirse etc.
 Verdauungsschnaps	Spaziergang nach dem Essen



GESUNDHEIT

Mission BGF – die ersten Ergebnisse

Im Herbst war es Zeit für den Zwischencheck bei der „Mission BGF“. Unglaubliche 56 Kilo Fett haben die 30 Teilnehmer gemeinsam wegtrainiert. Und auch die anderen Werte können sich sehen lassen.

Daniela Kolar / Jana Windhaber



Die Ergebnisse des Zwischenchecks zur Halbzeit der Mission BGF liegen Sportmedizinerin Jana Windhaber und dem Team der Sportambulanz vor und können sich wirklich sehen lassen. Alle dreißig Teilnehmer haben sich dem „Schwarz-auf-Weiß- Ergebnis“ gestellt und die strahlenden Gesichter ließen bereits vor dem Halbzeit-Check vermuten, was die Tests dann auch bestätigten – die ersten Erfolge sind grandios!

Die Gruppe besteht aus 23 Frauen und sieben Männern, was mit 76,6 Prozent Frauenanteil ziemlich genau die Geschlechterverteilung der Mitarbeiter des Klinikum Graz widerspiegelt. Der durchschnittliche Teilnehmer ist also weiblich, knapp 46 Jahre alt und 1,67 m groß. Das waren die durchschnittlichen Werte vor Beginn des Programmes:

Das Gewicht lag bei 89 Kilo, davon waren 34,2 Prozent Fett- und 26 Prozent Muskelmasse, und der BMI betrug 31,7. Der Bauchumfang maß 105 cm und der Hüftumfang 113 cm.

Die Zwischenergebnisse ganz konkret

Von den 30 Teilnehmern haben 83 Prozent (konkret 25) den Trainingsplan wie vereinbart umgesetzt und die durchgeführten Trainings in ihren Trainingstagebüchern auch dokumentiert. Fünf Teilnehmende konnten aufgrund von akuten Verletzungen oder aus privaten Gründen den Trainingsplan nicht vollständig einhalten. 24 Teilnehmer (80 Prozent) konnten erfolgreich ihr Körperfett reduzieren, vier (13 Prozent) sind gleich

geblieben und zwei Teilnehmende (7 Prozent) haben geringfügig zugenommen. Durchschnittlich hat jeder Teilnehmer zwei Kilo reine Fettmasse verloren, wobei der Maximalwert stolze 7,5 kg weniger Körperfett ergab. Auch beim Bauchumfang konnten beeindruckende Erfolge gemessen werden: Durchschnittlich verlor die Gruppe fünf Zentimeter, der Maximalwert lag bei 15 cm. Der Hüftumfang konnte im Mittel um drei Zentimeter reduziert werden, maximal schmolzen hier neun Zentimeter und das alles ohne den gefürchteten Abbau von Muskelmasse.

Insgesamt hat die Gruppe somit stolze 56 kg Fett, 107 cm Bauch- und 72 cm Hüftumfang wegtrainiert! Ein toller Erfolg und ein fantastisches Zwischenergebnis, das deutlich den positiven Effekt der im Programm enthaltenen Maßnahmen zeigt.

Mission BGF

Das Projekt „Mission BGF“ (Mit Bewegung gesund und fit werden) startete im Mai 2019. 30 Mitarbeiter mit gesundheitlichen Risikofaktoren werden gezielt dabei unterstützt, mittels „Trainingsrezept“ ihre individuellen Gesundheits- und Fitnessziele zu erreichen. Zu Beginn des Programmes haben die 30 Teilnehmer eine Eingangsuntersuchung mit Blutabnahme, Bioimpedanzanalyse, Leistungsdiagnostik und Trainingsberatung, eine individuelle Ernährungsberatung sowie im Bedarf zielgerichtete Physiotherapie zur Vermeidung von Trainingsschäden erhalten. Die erste Kontrolle erfolgte nach rund zwölf bis 14 Wochen Training mittels Bioimpedanzanalyse und neuerlicher Trainingsberatung. Die Schlussuntersuchungen finden im Dezember 2019 statt.

Sport reduziert Stress und stärkt das Immunsystem

Wie viele Studien zeigen, ist eine schlechte körperliche Leistungsfähigkeit ein Hauptgrund für eine erhöhte Sterblichkeitsrate, noch vor Bluthochdruck, Rauchen und Übergewicht. Bewegung und Sport haben zudem nachweislich und evidenzbasiert positive Effekte auf alle sogenannten Wohlstandserkrankungen wie koronare Herzerkrankungen, Bluthochdruck, Schlaganfall, Diabetes und sogar Krebs. Jana Windhaber geht aufgrund der überwältigenden Evidenz sogar so weit zu behaupten, dass es einer ärztlichen Unterlassung gleich käme, regelmäßige Bewegung und Sport nicht zu empfehlen. Denn neben dem angestrebten

Verlust lästiger Kilos hat Sport durch Erhöhung der Stressresistenz und der Prävention bzw. Reduktion von Burnout auch positive Auswirkungen auf das Gehirn. Außerdem wirkt sich Sport positiv auf das Immunsystem aus, was wiederum Krankenstandstage reduziert.

Auch Jana Windhaber hatte nicht so schnell mit einem so deutlich positiven Effekt bei allen Teilnehmern gerechnet. Die finalen Check-ups im Dezember mit neuerlicher Blutabnahme, Bioimpedanzanalyse, Leistungsdiagnostik und Befundbesprechung werden das endgültige Ergebnis aufzeigen. Das schönste Geschenk sind jedoch jetzt schon die strahlenden Gesichter der Teilnehmer.

Lust auf mehr Bewegung

Wenn auch Sie mehr Bewegung/Sport in den Alltag einbauen wollen, müssen Sie nicht auf den Frühling warten. Man sollte das Training unbedingt auch im Winter fortführen, sonst werden die positiven gesundheitlichen Effekte, die man sich hart erarbeitet hat, über die Wintermonate wieder abgebaut. Man kann leider nicht auf Vorrat trainieren, auf Vorrat essen schon! Sportliche Belastung an frischer, kühler Luft schadet einem gesunden Menschen nicht. Wenn es draußen wirklich zu unwirtlich ist, kann man auf ein Workout zu Hause ausweichen. Einige Tipps unserer Sportmedizinerin Jana Windhaber, was man beim Sport im Winter beachten sollte:

Tipp 1: Beim Outdoortraining auf passende Kleidung achten, am besten nach dem Zwiebelschalenprinzip. Nach der Trainingseinheit rasch unter die warme Dusche. Beim Fahrradfahren kühlt man durch den Fahrtwind stärker ab. Daher kürzere, dafür häufigere Trainingseinheiten einplanen oder an besonders kalten Tagen zu Gehen oder Joggen wechseln.

Personen, die an Lungen- oder Herzerkrankungen leiden: VORSICHT! Die kalte Luft verengt die Atemwege und die Herzkranzgefäße, das kann zu Atemnot und Herzschmerzen führen. Am besten durch einen Schal vor Mund und Nase atmen (wärmt die Luft vor) oder lieber gleich Indoor trainieren.

Tipp 2: Auch eine Ballnacht kann sich positiv auf die Gesundheit auswirken: Tanzen ist die beste Medizin zur Stärkung der Knochendichte und verbraucht zudem auch die Kalorien, die man an der Bar zu sich nimmt. Ein entsprechend flotter Rhythmus wird auch trainingswirksam für das Herzkreislaufsystem, vorausgesetzt man hält mindestens zehn Minuten durch!

Tipp 3: Wenn man keinen Platz für ein Ergometer oder einen Stepper in der Wohnung hat, ist eine Springschnur eine gute Alternative. Man benötigt nur drei bis vier Quadratmeter Platz, zehn bis 15 Minuten Springen pro Tag reichen und die Schnur ist schnell wieder in einer Schublade verstaut. Vorsicht ist allerdings bei Erkrankungen der Knie und Sprunggelenke geboten!

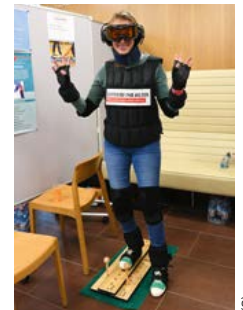
Gesund unterwegs im Winterwunderland: Denn „Schneeschuhwandern macht glücklich!“ Warum, erläutert Annemarie Wieland (Ärztin an der Univ.-Klinik für Kinder- u. Jugendchirurgie) in ihrem Vortrag am 29. Jänner 2020 in Fohnsdorf beim Schneeschuhfestival. Der Eintritt ist frei.



KLINIKBLICK

Alles in Balance!?

Daniela Kolar



© Werner Steibner/LKH-Univ. Klinikum Graz (3)



Bild links: Eröffneten die Gesundheitstage 2019 (v.l.n.r.): J. Gruber, stv. BD V. Kiki, D. Kolar, H. Kogler, Stadtrat K. Hohensinner, AD W. Köle, PD Ch. Tax, BR Ch. Kahlbacher und W. Lawatsch

Bild rechts: Claudio Prieger vom Zytologischen Institut konnte sich über den Hauptpreis, eine Reise nach Lissabon, freuen

© Laura Schafelhofer/LKH-Univ. Klinikum Graz (3)

Unter dem Motto „Von Gesundheitsexperten für Gesundheitsexperten“ fanden am 18. und 19. September 2019 bereits zum 16. Mal die „Spital Vital“-Gesundheitstage für Mitarbeiter des LKH-Univ. Klinikum Graz im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung statt.

Das umfangreiche Programm bot den Besuchern die Möglichkeit, ihr individuelles Gesundheitsgleichgewicht unter die Lupe und nützliche Informationen mit nach Hause zu nehmen. Auch das Direktorium des LKH-Univ. Klinikum Graz, Kollegen der Med Uni Graz und des Betriebsrates sowie Stadtrat Kurt Hohensinner haben vor Ort so manches Angebot gleich selbst genutzt. So konnte man beispielsweise am Stand der Ergotherapie einen Blick auf die persönliche Betätigungsbalance werfen. „Sind meine tagtäglichen Betätigungen eigentlich im Gleichgewicht?“ Dieser wichtigen Frage wurde, unterstützt durch Karl Sallmutter und Kerstin Felber, auf den Grund gegangen: Mittels einer individuell erstellten

Zeitgrafik wurden Arbeit, Familie, aktive Freizeit und Ruhephasen an einem beliebigen Wochentag in unterschiedlichen Farben visualisiert. So konnten tägliche Routinen aufgezeigt und eine „Gewichtsverteilung“ der einzelnen Tätigkeiten dargestellt werden.

Zeiträuber, Biofeedback und eine Maus

Gleich nebenan am Stand der Univ.-Klinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin beim Team rund um Eva Reininghaus konnte man mithilfe von Biofeedback einfache und in den Alltag gut einzubauende Entspannungsübungen ausprobieren. Entspannen und Abschalten war auch am Stand der Med Uni Graz dank Shiatsu-Chair-Massagen möglich.

Zum Schwitzen brachten hingegen die Sportmediziner die Besucher: Unter Anleitung von Jana Windhaber und Monica Steinbauer konnte man die persönliche Fitness und Leistungsfähigkeit mittels Leistungstests unter Beweis stellen. Balance war am Stand der

Physiotherapie gefordert, wo mit der „MediMouse“ die Wirbelsäule vermessen wurde und auch gleich die Standfestigkeit und das Reaktionsvermögen unter die Lupe genommen werden konnte. Besonders Mutige absolvierten den zur Sturzprävention aufgebauten „Balancetest“ gleich im „Altersanzug“. Dieser Anzug ermöglicht eine Zeitreise ins Alter. Man erlebt am eigenen Körper, wie sich verschiedene altersbedingte körperliche Einschränkungen anfühlen. Die Balance im Körper konnte mithilfe der Körperfettanalyse durch eine Bioimpedanzmessung am Stand des Ernährungsmedizinischen Dienstes von Anna Eisenberger und Elisabeth Komericky näher beleuchtet werden. Auf „ausgeglichene Werte“ legte das Team der Kardiologischen Ambulanz den Fokus. Susanne Knopper und ihre Kolleginnen checkten den Blutdruck und hatten auch gleich noch das EKG-Gerät parat, falls es jemand ganz genau wissen wollte. Sogar für den Ernstfall war man bestens gerüstet: Das Notfallschulungsteam, vertreten durch

Mario Figo und Melanie Kreisler, zeigte mittels Reanimationstrainingspuppen anschaulich, wie man richtig reagiert. Wer sich dann noch selbst ein Bild von der Leistungsfähigkeit der eigenen Lunge machen wollte, den brachten Manuela Graßmugg und Gudrun Sonderegger am Stand der Pulmonologischen Ambulanz mittels Lungenfunktionstests ganz schön aus der Puste.

Nach diesen schweißtreibenden und luftraubenden Tests konnte man sich am „Smoothie-Fahrrad“ der Merkur Versicherungen einen gesunden Vitamin-Kick „erstrampeln“ oder sich bei Markus Pflanzl und Melanie Schaffelhofer an der Saftbar ein paar Vitamine abholen. Wie auch in den vergangenen Jahren konnten alle Teilnehmer bei einem Gewinnspiel tolle Preise gewinnen. Die Kooperationspartner Gruber Reisen, Steirer Bike, Merkur Versicherungen, VIBES und Yuna Yoga stellten zehn Preise wie Fitnesspakete, Gutscheine für Trainings, Wellnessprodukte, einen Hotelgutschein, ein Fahrrad und eine Reise zur Verfügung.

41. Alpe-Adria-Kongress

Stabsstelle PR

Anfang Oktober 2019 trafen sich Geburtshelfer und Neonatologen aus dem Alpe-Adria-Raum zum 41. Mal zum länderübergreifenden Erfahrungsaustausch.

Von 3. bis 5. Oktober 2019 war Semriach bei Graz Austragungsort des Alpe-Adria-Kongresses, der vor über 40 Jahren als Brücke zwischen der Steiermark und den damals isolierten Ländern des Ostblocks ins Leben gerufen wurde. Heute wie damals ist das Treffen ein Ort des Erfahrungsaustauschs für Ärzte aus Slowenien, Kroatien, Italien, Ungarn und Österreich.

Der diesjährige Kongress widmete sich den Schwerpunkten „Neue diagnostische Verfahren in der Perinatalmedizin“ und „Biopsychosoziale Aspekte der Schwangerschaft“. „Neben der langjährigen wissenschaftlichen Kooperation der Grazer Univ.-Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe mit den Zentren der teilnehmenden Länder stand für uns aber heuer vor allem das Thema Erfahrungswertung von erfahrenen an junge Kollegen im Mittelpunkt“, so Organisatorin Mila Cervar-Zivkovic.



Organisatorin Mila Cervar-Zivkovic (Mitte) mit den geburtshilflichen und neonatologischen Abteilungsleitern aus den Alpe-Adria-Ländern (Slowenien, Kroatien, Ungarn und Italien)

KLINIKBLICK

Zwei Minuten

Stabsstelle PR



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Die zahlreichen Experten verfolgten gespannt das abwechslungsreiche Programm

Seit zehn Jahren durchläuft jeder Patient in einer Notaufnahme des LKH-Univ. Klinikum Graz die Ersteinschätzung. Anfang November wurde das zehnjährige Jubiläum beim 6. Treffen „Pfleger in Notaufnahmen und Ambulanzen“ in Graz gefeiert.

Zwei Minuten – so lange dauert im Schnitt die Ersteinschätzung in einer Notfallambulanz. Ein paar Minuten reichen aus, unter der Vielzahl der eintreffenden Patienten, die medizinisch dringenden Fälle rasch zu identifizieren und zu behandeln. Als Referenzkrankenhaus schulte das Klinikum bis heute über 2.600 Pflegepersonen österreichweit und mittlerweile ist in allen neun Bundesländern die Ersteinschätzung in vielen Notaufnahmen erfolgreich eingesetzt. Am LKH-Univ. Klinikum Graz wird auf der EBA (Erstuntersuchung, Beobachtung, Aufnahme) bereits seit 2009 mit dem Manchester-Triage-System (MTS[®]) bei der Ersteinschätzung gearbeitet. Mittlerweile ist es auf allen Notaufnahmen am Klinikum im Einsatz. Es hat sich gezeigt, dass vor allem an Tagen mit vielen Patienten die Ersteinschätzung ein absolut verlässliches und notwendiges Instrument ist. An Spitzentagen werden allein in der EBA bis zu 130 Patienten behandelt. Für die Patienten ist die Ersteinschätzung durch die Pflege ebenfalls hilfreich. Anhand ihrer Dringlichkeitsstufe wissen Patienten, wie lange sie maximal auf den ersten Kontakt mit einem Arzt warten müssen. Mittlerweile werden die Patienten in knapp der Hälfte aller Notaufnahmen in Österreich von speziell geschultem Pflegepersonal nach MTS[®] „ersteingeschätzt“.

Zehn Jahre Ersteinschätzung in Österreich

Seit zehn Jahren gibt es die Ersteinschätzung nach MTS[®] und die Referenzgruppe in Österreich, mittlerweile in mehr als 70 Kliniken in allen Bundesländern. Alle zwei Jahre treffen sich die Experten zum Erfahrungsaustausch. Am 8. und 9. November 2019 fand nicht nur das 6. Treffen „Pfleger in Notaufnahmen und Ambulanzen“ in Graz statt, sondern es wurde auch das zehnjährige Jubiläum der Ersteinschätzung Graz und der Internationalen Referenzgruppe Österreich gefeiert. Nationale und



Ersteinschätzung nach MTS[®]:

Dieses System wurde von der Manchester-Triage-Group (MTG, gegründet 1994) mit dem Ziel verfasst, ein einheitliches Modell zur Ersteinschätzung in der Notaufnahme in Großbritannien zu schaffen. Mittlerweile

hat sich dieses System europaweit etabliert. Allein in Großbritannien werden jährlich über 20 Millionen Notfallpatienten von Pflegenden eingeschätzt. In Österreich ist MTS[®] seit 2009 im Einsatz, über 2.650 Pflegepersonen wurden entsprechend geschult. Das LKH-Univ. Klinikum Graz ist Referenzkrankenhaus für ganz Österreich.

internationale Referenten, die den Weg der Ersteinschätzung in Graz begleitet haben, boten ein abwechslungsreiches und spannendes Programm mit Einblicken in die Herausforderungen der medizinischen (Notfall-)Versorgung in einer Haftanstalt wie der Grazer Karlau oder mit

einem Blick nach Südtirol, wo ein eigener „Emergency-Pass“ die Kommunikation mit den Patienten in der Notaufnahme erleichtert. Ein Bericht über die Notfallpatientenversorgung in einem Kriegsgebiet wie Syrien bildete den Abschluss der Veranstaltung.

Pflegesymposium Netzwerk Pflege

Sandra Müller

Das heurige Pflegesymposium „Netzwerk Pflege“ am 12. September 2019 stand unter dem Motto „Expertise als Devise“. Zahlreiche Vorträge informierten die Teilnehmer über die Expertise in der Pflege am LKH-Univ. Klinikum Graz.

Die insgesamt zwölf Vorträge boten einen spannenden und vielfältigen Einblick in die unterschiedlichsten Pflegebereiche. Sie reichten vom „Lean-Management – der Patient als Mittel.Punkt“ über „Hygiene im Wandel – dem Keim auf der (digitalen) Spur“ bis hin zu Themen wie Bezugspflege oder ein spezielles Patientenedukationsprogramm, das auf der Klinischen Abteilung für Transplantationschirurgie der Universitätsklinik für Chirurgie erfolgreich eingesetzt wird.

Die Kraft des Humors

Den Nachmittag erheiterte zuerst Spitalsclown Hannes Url mit seinem Programm „Die Kraft des Humors in der Pflege“, danach drehte sich alles um Aus- und Fortbildung, die Bedeutung des Feedbacks sowie die Simulation in der Lehre.

Der Abschluss war eigentlich ein Ausblick: Neurochirurgin Ute Schäfer verblüffte die Zuhörer mit den Visionen, was künftig alles mit 3-D-Implantaten möglich sein wird. Das Interesse an dem Symposium „Netzwerk Pflege“ war auch heuer sehr groß: Mehr als 180 Besucher nahmen an der Veranstaltung teil.

Tipp: Alle Präsentationen stehen im Intranet/Rubrik Pflege des LKH-Univ. Klinikum Graz zum Nachlesen zur Verfügung.



Das Organisationskomitee von Netzwerk Pflege mit Pflegedirektorin Christa Tax und Moderator Oliver Zeisberger



Rund 180 Gäste aus dem LKH-Univ. Klinikum Graz und von Extern nahmen am diesjährigen Pflegesymposium „Netzwerk Pflege“ teil

KLINIKBLICK

Exzellentes Symposium

Stabsstelle PR



© LKH-Univ. Klinikum Graz

(v.li.): Abteilungsleiter A. Rosenkranz und L.-P. Kamolz, KAGes-Vorstandsvorsitzender K. Tscheliessnigg, NAbg. J. Bogner-Strauß, Abteilungsleiter P. Fickert und P. Schemmer, PD Ch. Tax und Vizerektor A. Leithner. Das Symposium bot ausreichend Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und für Gespräche mit Kollegen

Unter dem Motto „Auf dem Weg zur Exzellenz durch Kooperation und Innovation“ fand am 30. 11. 2019 das 3. Grazer Transplantationssymposium statt.

Weit über 100 Besucher fanden sich auf Einladung des Transplant Center Graz am 30. November am Med Campus zum „Grazer Transplantationssymposium“ ein. Die Veranstaltungsreihe, die das dritte Mal stattfand, hat es sich zum Ziel gesetzt, die Gemeinsamkeiten interdisziplinärer und interprofessioneller Zentrumsmedizin in Graz zu präsentieren. Dabei rücken die Kooperation und der Erfahrungsaustausch zwischen klinikumsinternen und -externen Spezialisten in den

Mittelpunkt. Zugleich zeigte das Symposium einmal mehr, wie gut unterschiedliche Disziplinen im Sinne des Patientenwohles zusammenarbeiten und stellte die erfolgreiche Arbeit der Mitarbeiter des Transplant Center Graz unter Beweis. Inhaltlich drehte sich alles um Nieren-, Pankreas- und Lebertransplantationen, wobei auch kontroverse Indikationen thematisiert wurden.

Besonders erfreut war man, Pankreas-Transplant-Spezialisten Prof. Richard Viebahn vom Univ.-Klinikum Bochum als Referenten begrüßen zu dürfen. Ob des großen Erfolges der Veranstaltung darf man sich 2020 auf eine Neuauflage freuen.

love affairs am Klinikum

Stabsstelle PR

Die Werke von Künstlerin Michaela Knittelfelder-Lang sind noch bis 10. Jänner 2020 in der Galerie im Klinikum zu sehen. Das Direktorium des LKH-Univ. Klinikum Graz lud am 17. Oktober 2019 herzlich zur Vernissage.

Auf verschmitzt kritische Darstellungen von Alltagsereignissen, Gesellschaftspolitik und Konsum liegt das Hauptaugenmerk der freischaffenden, bildenden Künstlerin Michaela Knittelfelder-Lang. Neben Öl- und Acrylbildern arbeitet die Malerin in Mischtechniken auf

Leinwänden, die sie aufwendig in mehreren Schichten vorbereitet. So finden sich Spielzeug, ganze Ölkreiden, Taschenrechner, Stoffe, Zeitungen und vieles mehr auf den Bildern, um deren Ausdruck zu unterstreichen oder den Betrachter in die Irre zu führen.

In einem ehemaligen Greißlerladen in Pöllau bei Gleisdorf erschafft Knittelfelder-Lang ihre Bilderwelt, wobei jedes einzelne Werk eine zweifache Liebesbeziehung eingeht: einmal mit der Künstlerin selbst und dann mit dem Betrachter. Davon konnten sich die zahlreichen Besucher – darunter auch LABg. Sandra Holasek – bei der Vernissage selbst überzeugen.



© Werner Steiber/LKH-Univ. Klinikum Graz

(v.l.n.r.): BD Gebhard Falzberger, Künstlerin Michaela Knittelfelder-Lang, PL Renate Zierler und LABg. Sandra Holasek bei der Vernissage

Auf der BeSt³ und in Irland

Stabsstelle PR

Vom 17. bis 19. Oktober 2019 drehte sich in der Halle A der Messe Graz alles um Beruf, Studium sowie Aus- und Weiterbildung. Am Stand des Klinikum Graz konnten sich Schüler und Eltern über die angebotenen Lehrberufe am Klinikum informieren, an dem auch Lehre mit Matura angeboten wird. Jedes Jahr findet zudem eine Auslandsreise aller Lehrlinge statt.

Ein Besuch der BeSt³ bot auch dieses Jahr alles zum Thema Beruf, Studium und Weiterbildung. Das Klinikum Graz präsentierte sich zum dritten Mal mit einem eigenen Stand auf der „Messe für Beruf, Studium und Weiterbildung“ inklusive „SBim“ (Schul- und Berufsinformationsmesse) in der Halle A der Messe Graz. Jugendliche und deren Eltern konnten sich über die zahlreichen Lehrberufe am Klinikum, den Arbeitsplatz LKH-Univ. Klinikum Graz und die gebotene Ausbildung informieren.

Lehre mit Matura und Irlandreise

Seit zwei Jahren wird am Klinikum auch „Lehre mit Matura“ angeboten, bei der in einer eigenen Schulklasse die jeweiligen Module während der Arbeitszeit besucht werden können. Weil auch das Sammeln von Auslandserfahrungen im Berufsleben immer wichtiger wird, absolvierten bereits 2018 zehn Lehrlinge ein Praktikum in Portsmouth (England). Heuer ging es für die Lehrlinge drei Wochen lang nach Irland. Neben der Vertiefung der Sprachkenntnisse und dem Kennnlernen einer anderen Kultur, bot der Aufenthalt auch die Möglichkeit, neue Arbeitstechniken vor Ort kennenzulernen.



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Auch heuer war das Klinikum wieder mit einem Stand auf der BeSt³ vertreten



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Lehrlinge des LKH-Univ. Klinikum Graz stellten sich heuer in Irland der Herausforderung eines Auslandspraktikums

KLINIKBLICK

Erfolgreiche Revalidierung

Sabine Sailer / Renate Zierler, MSc

© M. Grässl / LKH-Univ. Klinikum Graz



Das Team der AEMP IZ

Erfolgreiche Revalidierung der Aufbereitungseinheit an der Univ.-Klinik für Zahnmedizin und Mundgesundheit (AEMP IZ): Das Ziel der Validierung, sichere, reproduzierbare und nachvollziehbare Aufbereitungsprozesse für wiederverwendbare Medizinprodukte zur Gewährleistung der Sicherheit und Gesundheit von Patienten, Anwendern oder Dritten, wurde erreicht.

Vor genau einem Jahr erfolgte im Bereich des Pflgeteams rund um PL Renate Zierler die Validierung der AEMP IZ. Die Validierung von Aufbereitungseinheiten ist im § 93 des Medizinproduktegesetzes geregelt. Dieses beinhaltet die Vorgabe, dass die Reinigung, Desinfektion und Sterilisation von Medizinprodukten in oder für Einrichtungen des Gesundheitswesens einerseits mit entsprechenden Geräten und andererseits mit geeigneten validierten Verfahren durchzuführen ist. So kann der Erfolg dieser Verfahren nachvollziehbar gewährleistet werden. Die Medizinprodukteaufbereitung selbst stellt eine komplexe und verantwortungsvolle Tätigkeit dar, wobei das Bewusstsein, dass die Qualität jedes Arbeitsganges von jedem einzelnen Mitarbeiter abhängt, ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist. Daher ist neben Wertschätzung und Motivation auch die Möglichkeit von Partizipation der Mitarbeiter im Rahmen der Medizinprodukteaufbereitung Arbeitsalltag.

Durch intensive interdisziplinäre Zusammenarbeit mit dem Institut für Krankenhaushygiene und Mikrobiologie, der Hygienefachkraft Cornelia Jeuschnigger, dem Team der maschinellen Anlagen sowie der elektrischen Werkstätte und den Mitarbeitern der Abteilung für Medizintechnik konnte die Validierung erfolgreich durchgeführt werden. Die Umsetzung der vorgegeben Anforderungen konnte durch die gute Zusammenarbeit mit den Kunden der AEMP IZ und durch die gute Teamarbeit in der vorgegeben Zeit realisiert werden. Im Oktober 2019 konnte bereits die erste Revalidierung der AEMP IZ erfolgreich abgeschlossen werden.

Landeskrankenhaus -
Universitätsklinikum Graz

Eröffnung:
Donnerstag
13. Februar 2020
16:00 Uhr

alles dreht sich...
Roswitha
Steinwender

Ausstellungsdauer:
13.02. bis 15.06.2020
Galerie im Klinikum

Versorgungszentrum
Spitalsaal im Erdgeschoss
8036 Graz, Auenbruggerplatz 52

GALERIE
IM KLINIKUM
14

KLINIKBLICK

Vorsicht Herzalarm

Sandra Müller

Am 3. Oktober 2019 drehte sich in der Reihe „Pflege und Medizin“ alles um die Frage: „Was tun bei Bluthochdruck, Diabetes und Cholesterin?“

Bluthochdruck, Diabetes und hohes Cholesterin sind die Hauptrisikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der Bevölkerung. Im Rahmen der Veranstaltung „Vorsicht Herzalarm“ erhielten die Teilnehmer umfassende Informationen über mögliche Folgen dieser Risikofaktoren und erfuhren auch, was jeder selbst dazu beitragen kann, um einen „Herzalarm“ zu vermeiden.

Vom guten und vom schlechten Cholesterin

Andreas Zirlik, Leiter der Klinischen Abteilung für Kardiologie am LKH-Univ. Klinikum Graz, erklärte unter anderem die Unterschiede zwischen dem sogenannten „guten“ (HDL) und „schlechten“ Cholesterin (LDL). Kardiologe Robert Zweiker motivierte die Teilnehmer zu Beginn seines Vortrags mit den Worten „Sie haben ganz viel selbst in der Hand“ auf sich und die eigene Gesundheit zu achten und z. B. schlechte Angewohnheiten wie das Rauchen einzustellen. Er machte den Teilnehmern klar, dass man einen hohen Blutdruck nur in den seltensten Fällen spürt und deshalb regelmäßige Messungen des Blutdrucks wichtig sind. Mit dem bekannten Spruch „An Apple a day keeps the Doctor away“ verdeutlichte er, dass bei ausgewogener Ernährung eine Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln nicht nötig ist.

Pflegeworkshops zu Herzkreislauferkrankungen

Nach den Vorträgen standen Andreas Zirlik und Robert Zweiker für die zahlreichen Fragen der Teilnehmer zur Verfügung, bevor diese dann die Möglichkeit hatten, sich bei den anschließenden Workshops der Pflege zum Thema Risikofaktoren bei Herzkreislauferkrankungen zu informieren und beraten zu lassen. Zudem gab es auch die Möglichkeit, die Blutzucker- und Blutdruckmessung praktisch zu üben.



Abteilungsleiter A. Zirlik und Pflegeleitung M. Röthel (stehend ganz rechts) mit Pflegepersonen bei einer der Messstationen



Die Besucher konnten auch Blutzucker- und Blutdruckmessung üben

KLINIKBLICK

Austausch zwischen Graz und Südtirol

Sandra Müller



© Gerhard M. Pretterhofer

Delegation der SABES und Kollegen aus Graz rund um Pflegedirektorin Christa Tax (5. v. li.) und Pflegedirektorin Marianne Siller (6. v. li.)

Südtiroler Sanitätsbetrieb

Seit der Reform 2007 zum Sanitätsbetrieb ist Südtirol in vier Gesundheitsbezirke unterteilt. Die PD ist den koordinierenden PL der Bezirke vorgesetzt. Ziele sind u. a. die top Versorgungsqualität für die Patienten, die stetige Prozessoptimierung und die Steigerung der Attraktivität als Arbeitgeber. www.sabes.it

2019 fand zum ersten Mal zwischen dem LKH-Univ. Klinikum Graz und dem Südtiroler Sanitätsbetrieb (SABES) ein Austausch statt.

Marianne Siller, Pflegedirektorin (PD) des Südtiroler Sanitätsbetriebes, besuchte mit drei Pflegedienstleitern (PL) aus den Gesundheitsbezirken Meran, Brixen und Bruneck, zwei Mitarbeitern der Stabstelle Pflegedirektion sowie Christian Kofler, dem Direktor der Betriebsabteilung Personal, das LKH-Univ. Klinikum Graz und Pflegedirektorin Christa Tax. Es gelang einen spannenden Tag mit vielen Inputvorträgen rund um die Themen Betriebliche Gesundheitsförderung, Eingliederungsmanagement, Lebensphasenorientiertes Attraktivitätsprogramm der KAGes inkl. Pflegelaufbahnmodell sowie zu Arbeitsorganisation und Dienstplangestaltung und dem Personalplanungsprozess zu gestalten.

Den ganzen Tag begleiteten rege Diskussionen und der intensive Austausch das Treffen zwischen Graz und Südtirol. Eine Besichtigung der neuen chirurgischen Tagesklinik sowie der Klinischen Abteilung für Thorax- und Hyperbare Chirurgie bildeten den Abschluss.

Mehr als der Kampf gegen Krebs

Rosemarie Gangl



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Vom 12. bis 13. September 2019 fand die 7. Interdisziplinäre Psycho-Onkologie-Tagung unter dem Motto „Oncology – more than fighting cancer“ statt. Sie war wieder ein voller Erfolg.

Die im In- und Ausland etablierte Veranstaltungsreihe der Klin. Abt. für Onkologie in Kooperation mit dem Klinisch-Psychologischen Dienst des Klinikum Graz hatte auch diesmal den ganzheitlichen Zugang in der

Behandlung von Menschen mit einer Krebserkrankung zum Thema. Namhafte nationale als auch internationale Referenten bereicherten die Tagung mit ihren Vorträgen. Der Bogen wurde dabei von den Einflussfaktoren auf die Kommunikation zwischen Patienten und Behandlern über die Auswirkungen der Diagnose Krebs auf diverse Lebensbereiche sowie den Konsequenzen genetischer Testung bis hin zu innovativen Forschungsansätzen der Psychoonkologie gespannt. Die Tagung wurde von der Ausstellung „Blickpunkt Krebs“ umrahmt. Das Organisationsteam rund um Elisabeth Andritsch, Clemens Farkas und Onkologen Herbert Stöger konnte 200 Teilnehmer in Graz willkommen heißen. Video zur Tagung unter <http://www.psychoonko2019.at>

Die Kongressleitung Elisabeth Andritsch und Onkologe Herbert Stöger freuten sich über das große Interesse



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Orange the World: Stoppt Gewalt gegen Frauen

Stabsstelle PR



© Foto Fischer



© Martin Wiesner/LKH-Univ. Klinikum Graz

(v. li.): KAGes-Finanzvorstand Ernst Fartek, Soroptimistin Brigitte Maria Soran, LR Ursula Lackner und KAGes-Vorstandsvorsitzender Karlheinz Tscheliessnigg unterstützten die Aktion. Das Direktionsgebäude wurde 15 Tage lang orange beleuchtet

Mit der Teilnahme an der weltweiten Kampagne "Orange the World" setzte die KAGes ein klares Zeichen im Kampf gegen "Gewalt gegen Frauen". Das Direktionsgebäude des Klinikum Graz wurde im Rahmen dessen 15 Tage lang orange beleuchtet.

Diese Zahlen lassen niemanden kalt: Laut den Vereinten Nationen ist weltweit jede dritte Frau Opfer physischer, psychischer oder sexueller Gewalt. Damit zählt Gewalt gegen Frauen zu einer der am weitesten verbreiteten Menschenrechtsverletzungen. "Orange the World" hieß es daher vom 25. November bis 10. Dezember 2019 im Rahmen der gleichnamigen Awarenesskampagne.

Weltweit wurden zahlreiche Gebäude orange beleuchtet. Auch die KAGes und das Klinikum Graz solidarisierten sich mit der Aktion: Das Direktionsgebäude erstrahlte allabendlich in Orange und war mit Fahnen bestückt. Außerdem trugen viele Mitarbeiter Buttons mit dem Sujet der Aktion. Zum Start der Kampagne luden zudem der KAGes-Vorstand gemeinsam mit Soroptimistin Brigitte Maria Soran, LR Ursula Lackner sowie Vertreterinnen der Opferschutzgruppen zur Pressekonferenz. Seit Jahren engagieren sich die Vereinten Nationen gegen Gewalt an Frauen. 2008 mit der Kampagne "UNITE to End Violence against Women by 2030", an die seit 2015 Orange The World gekoppelt ist.

KLINIKBLICK

Zweifaches Augenmerk auf die Hygiene

Ursula Mühlauer / Sabine Pfandl / Renate Zierler



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Wieder ein erfolgreicher Aktionstag im November an der Univ.-Klinik für Radiologie



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Im Oktober konnte man „Hygiene mal anders erleben“

Am 21. Oktober 2019 luden die Hygienefachkräfte (HFK) zur Fortbildungsveranstaltung „Hygiene mal anders erleben“. Und am 16. November 2019 fand an der Univ.-Klinik für Radiologie wieder ein sehr erfolgreicher „Händehygiene“-Aktionstag statt.

Den Einstieg der Veranstaltung „Hygiene mal anders erleben“ bildeten Impulsvorträge der HFK zu den Themen: persönliche Hygiene, Standardhygiene, Isolierungsmaßnahmen, Umgang mit multiresistenten Erregern (MRE) und dem Mikrobiologischen Monitor (MIBI).

Im Sinne von best practice schlüpfen die Teilnehmer anschließend in die Rolle der Hygienefachkraft und konnten drei Fallbeispiele (Verbandwechsel, Legen einer peripheren Venenverweilkanüle und Dekolonisierung eines Patienten mit MRE-Besiedelung) aus deren Blickwinkel beobachten und beurteilen. So gelang es, die Verschmelzung zwischen Theorie und Praxis mit Begeisterung und viel Expertise erfolgreich zu vermitteln.

Am 16. November war unter dem Slogan „Wir nehmen es in die Hand“ im Wartebereich der Klinischen Abteilung für Allgemeine Radiologische Diagnostik ein Informationsstand zu den Schwerpunktthemen Händehygiene, Isolierungsformen sowie Standardhygienemaßnahmen aufgebaut. Expertinnen führten vor Ort interaktive Schulungen durch und Plakate sowie Folder vermittelten wichtige Informationen.

Um das Bewusstsein zu schärfen, konnten mögliche Benetzungslücken nach erfolgter Händedesinfektion in einer Didaktobox unter die Lupe genommen werden.

Ein weiteres Highlight war die Veranschaulichung einer möglichen Kontamination der Hände trotz Verwendung von keimarmen Einmalhandschuhen. Dabei wurde die Kontamination durch Fingermalfarben sichtbar gemacht, und so die Bedeutung der Händedesinfektion vor dem Anziehen und nach dem Ausziehen von Einmalhandschuhen visualisiert. Insgesamt wurden durch den Aktionstag knapp 122 Mitarbeiter aus den verschiedenen Bereichen sowie Patienten und Angehörige erreicht. Herzlichen Dank an alle Mitwirkenden für ihr Engagement!

KLINIKBLICK

Ehering findet seine Besitzerin

Stabsstelle PR

Via Facebook-Posting startete Daniela Singer, Med Office-Mitarbeiterin auf der Univ.-Klinik für Chirurgie, die Suche nach der Besitzerin eines Eheringes, der 2014 vor einem Röntgenraum gefunden wurde. Nun gab es ein Happyend: Die Besitzerin des Ringes kam samt Ehemann ins LKH-Univ. Klinikum Graz, um ihren Ring abzuholen.

Beinahe 50 Jahre lang trug Ulrike Kreinig ihren Ehering. „Mein Mann hat ihn mir bei einem romantischen Essen nach einem Theaterbesuch in Düsseldorf an den Finger gesteckt“, erinnert sich die gebürtige Deutsche.

Verloren ging der Ring 2014, als Frau Kreinig nach einem Sturz ins LKH-Univ. Klinikum Graz gebracht wurde. Dass der Ring nicht mehr da war, bemerkte sie erst zu Hause. Ihre Suche an der Unfallstelle und ihre Nachfragen beim Roten Kreuz blieben erfolglos. Kein Wunder, wurde der Ring doch im Röntgenraum 2 der Univ.-Klinik für Radiologie gefunden und wartete danach jahrelang in einem Kuvert auf seinen Besitzer.

Posting über 4.800 Mal geteilt

Daniela Singer wollte nicht glauben, dass niemand diesen Ring vermisst und postete einen Aufruf via Facebook samt Bild des Ringes. Ihr Beitrag wurde über 4.800 Mal geteilt. Gesehen hat dieses Posting schließlich auch eine Freundin der Familie Kreinig. „Weil sie den eingravierten Namen und das Datum kannte, hat sie bei uns nachgefragt, ob das nicht mein vermisster Ring sein könnte“, erzählt Ulrike Kreinig.

Und so fand die Geschichte des vermissten Ringes am 24. Oktober 2019 ein glückliches Ende. Das Ehepaar Kreinig kam ins LKH-Univ. Klinikum Graz, um den Ring abzuholen und sich bei Daniela Singer und den Finderinnen zu bedanken. Für das Team gab es als Dankeschön ein selbst gemaltes Bild mit Graz-Motiv von Herrn Kreinig, der seiner überglücklichen Frau den wiedergefundenen Ring noch einmal an den Finger stecken durfte.



© LKH-Univ. Klinikum Graz (2)



Überglücklich bedankte sich Ulrike Kreinig bei den engagierten Damen und überzeugte sich auch gleich, ob der Ring wohl noch passt!



Über fünf Jahre wurde der Ring aufbewahrt, bevor er dank Daniela Singer seiner Besitzerin übergeben werden konnte

© Facebook, pixabay

KURZ & GUT

Viel Innovationsgeist

Petra Mencinger



© LKH-Univ. Klinikum Graz

(v.l.n.r.): Renate Schwarzenegger, Bernadette Reinprecht, BD Gebhard Falzberger, Melanie Schaffelhofer, stv. PD Gabriele Möstl, Elisa Griesbacher, ÄD Wolfgang Köle und Wolfgang Zenz

Wir freuen uns, weiter aus dem Ideenfundus unserer Mitarbeiter schöpfen zu können und präsentieren die prämierten Vorschläge des letzten Quartals: von Verkehrsspiegeln über spezielle Transportboxen bis hin zum Postkasten für den Mitarbeiterausweis.

Das Ideenmanagement am Klinikum Graz lebt von den vielen Einfällen der Mitarbeiter, einer offenen Innovationskultur und einem innovationsfördernden Klima. Es generiert Einsparungspotenziale, Verbesserungen in den Betriebsabläufen und ein aktives Miteinbeziehen der Mitarbeiter in das Unternehmen. Das Ideenmanagement ist ein Gewinn für unser Unternehmen und für unsere Mitarbeiter – wir gestalten die Zukunft engagiert mit und sind offen für neue Ideen entsprechend unserem Leitbild „Menschen helfen Menschen“.



© picostudio/stock.adobe.com

Die Lagepläne gibt es künftig auch in Englisch und Französisch

Zum letzten Mal in diesem Jahr präsentieren wir die prämierten Ideen und sind schon gespannt, auf die Vorschläge, die 2020 beim Ideenmanagement eingereicht werden.

Melanie Schaffelhofer (Bereich Servicemanagement) hat den **Vorschlag „Hinweistafeln“** unter dem Blickpunkt Globalisierung eingebracht. Am gesamten Klinikum sind die Lagepläne und die Orientierungstafeln ausschließlich in deutscher Sprache. Dies führt oft zu Schwierigkeiten für nicht deutschsprachige Personen.

Umsetzung: Die Lagepläne werden in Englisch und Französisch übersetzt und auf den Kliniken, bei den Portieren sowie im Infocenter aufgelegt, zusätzlich stehen sie im Inter- und Intranet als PDF-Datei zur Verfügung. Auch die Orientierungs-App (LKH Graz Map) wird entsprechend aktualisiert.

Bernadette Reinprecht (Univ.-Klinik für Innere Medizin) hat den **Vorschlag „Verkehrsspiegel“** mit Augenmerk auf die Verkehrssicherheit eingebracht. Im Bereich der Kreuzung Kinderklinik in Richtung Mitarbeiterparkplatz/Blutbank war die Einfahrt sehr unübersichtlich. Dadurch kam es immer wieder zu gefährlichen Situationen.

Umsetzung: Der unübersichtliche Bereich wurde durch Montage eines Verkehrsspiegels entschärft.

Peter Sinkovits (Bereich Logistik/Supply Chain Management) hat den **Vorschlag „Sauerstoffflaschen Transportbox“** mit Fokus auf die Arbeitssicherheit eingereicht. Die Sauerstoffflaschen wurden bisher mit einem Klein-Lkw liegend transportiert und mittels einer Holzleiste und einer Antirutschmatte fixiert. Trotzdem löste sich die Leiste immer wieder (keine ideale Ladegutsicherung) und die Flaschen kamen ins Rollen. Dadurch wurde auch das Fahrzeug beschädigt.

Umsetzung: Eine Transportbox aus Holz wurde von der hauseigenen Tischlerei angefertigt. Die Box ist mit zwei Zurrgurten befestigt und bei geschlossener Ladebordwand auch verschlossen. Dadurch kommt es zu keinen Beschädigungen mehr am Fahrzeug und die Ladung ist optimal gesichert.

Wolfgang Zenz (Bereich Logistik/Supply Chain Management) hat den **Vorschlag „Klinikbus Neu“** im Hinblick auf Kundenzufriedenheit eingebracht. Die Klinikbushaltestellen am LKH-Univ. Klinikum Graz waren schwer erkennbar, daher wussten viele Patienten und Besucher nicht, dass es einen Klinikbus gibt. Weiters lagen im Klinikbus keine Fahrpläne auf.

Umsetzung: Die Beschilderung und die Fahrpläne wurden erneuert und optimiert. Die Fahrpläne liegen jetzt im Bus auf und werden bei Anfragen ausgehändigt. Die neue Beschilderung kennzeichnet die Haltestellen deutlich.



Ein Verkehrsspiegel macht eine Kreuzung übersichtlicher



Keine rollenden Sauerstoffflaschen mehr



Die Haltestellen des Klinikbusses sind sichtbarer



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Ein Postkasten erleichtert die Rückgabe des Mitarbeiterausweises



© LKH-Univ. Klinikum Graz

Das Klinikum verwendet wiederaufbereitete Toner

Elisa Griesbacher (Bereich Personalmanagement) hat den **Vorschlag „Postkasten Mitarbeiterausweis/Austrittscheckliste“** eingebracht. Mitarbeiter, die ihren letzten Arbeitstag am LKH-Univ. Klinikum haben, müssen den Mitarbeiterausweis und die Austrittscheckliste in der Personalabteilung abgeben. Bei Nichtbesetzung der Abgabestelle (z. B. nach 15.00 Uhr, in der Mittagspause oder am Freitagnachmittag) gab es keine Möglichkeit zur Rückgabe.

Umsetzung: Im Bereich Personalmanagement wurde ein Postkasten montiert, sodass jederzeit die Möglichkeit zur Abgabe des Mitarbeiterausweises/Austrittscheckliste gegeben ist.

Renate Schwarzenegger (Bereich Wirtschaft) hat den **Vorschlag „Nachbautoner“** mit Schwerpunktsetzung auf Klimaschutz und Kostenreduktion eingebracht. Am LKH-Univ. Klinikum Graz wurden durch den Bereich „Wirtschaft“ Verbrauchsmaterialien für Drucker nur als Originalprodukte angekauft. Die leeren Kassetten wurden bisher nach einmaliger Nutzung gesammelt, von einer Firma abgeholt und für die Wiederverwertung aufbereitet. **Umsetzung:** Durch eine Firmenkooperation besteht nun die Möglichkeit, Kartuschen nach ISO-Norm mit neuen Originalteilen (Chip und Toner) wiederaufzubereiten und diese können ein zweites Mal in den Nutzungskreislauf eingebracht werden. Das reduziert die Müll- und Emissionsbelastung. Nach einem erfolgreichen einjährigen Testlauf an der Univ.-Klinik für Dermatologie und Venereologie sowie im Zentral- und Lebensmittelmagazin wird seit Anfang September 2019 nur mehr das Alternativprodukt ausgegeben. In weiterer Folge konnte im Vergleich zum Originalprodukt bereits in den Monaten September und Oktober 2019 eine Kostenreduktion von rund 11.000 Euro erzielt werden.

Wohin mit Ihren Ideen?



**IDEEN
MANAGEMENT**

Ihre Ideen können Sie elektronisch oder per Hauspost einbringen:

- mit offiziellem **Einreichformular** (online im Intranet) A-Z/Ideenmanagement
- per **E-Mail** an: ideenmanagement@klinikum-graz.at
- oder **per Post** an: Silvia Haar, Ideenmanagement

LKH-Univ. Klinikum Graz, Betriebsdirektion, 8036 Graz, Auenbruggerplatz 1



Fehlerteufel

Er hat im Heft 3/2019 auf den Seiten 22 und 23 zugeschlagen: Beim Beitrag über den Bereich Logistik/Supply Chain Management hat sich bei Johann Krankenedl ein „e“ zu viel eingeschlichen, dafür fehlte Roswitha Mandl, die ebenfalls in der Zentralen Poststelle tätig ist. Der Logistiktunnel ist sogar 1,9 km lang und auch Lebensmittel gehören zu den transportierten Gütergruppen. Fast alle Güter werden mittlerweile mit dem Track- and Trace-System erfasst und die maximale Geschwindigkeit beträgt 12 km/h.

Anzeige



Zeit ist ein wertvolles Gut.

Wir als Steiermärkische Sparkasse helfen unseren Kundinnen und Kunden, Zeit zu sparen. Dank modernster digitaler Serviceleistungen und persönlicher Beratung bleibt Ihnen mehr Zeit für die wichtigen Dinge im Leben. Für die Familie, für gute Gespräche, für Freunde, zum Entspannen, für Träume und Abenteuer.

Das Team der Sparkasse im LKH wünscht Ihnen eine erfüllte Weihnachtszeit und alles Gute für 2020.

Steiermärkische
SPARKASSE 

steiermaerkische.at



Unser Geschenktipp: **intercoiffeur mayer**

SCHENKEN SIE LUXUS!

GMEHRWERT GUTSCHEIN

SCHENKEN SIE € 110,- & BEZAHLEN SIE € 100,-

Gönnen Sie sich Ihren Bonus und sichern Sie sich Ihren Mehrwert von € 10,- für jeden € 100,- Gutschein!

Fragen Sie Ihren Stylisten oder an der Rezeption. Der Gutschein ist in allen fünf Intercoiffeur Mayer Salons in Graz ab Ausstellungsdatum ein Jahr gültig. Erhältlich ab sofort bis 31.12. in den Grazer Salons.

facebook MENSCHMAYER

intercoiffeur mayer
world champion - world master - new york
global salon business awards -

€ 100,- + € 10,-

www.menschmayer.at

TERMINE

Was, wann, wo?

16. Dezember 2019 Nobel Lecture '19

BioTechMed-Graz organisiert an der TU Graz eine Nobel Lecture mit Physiker und Nobelpreisträger Prof. Stefan Hell. Das Thema seiner Nobel Lecture ist „Optical microscopy: the resolution revolution“.
Beginn: 17.00 Uhr
Ort: Hörsaal P1, Petersgasse 16, Campus Neue Technik
<https://biotechmedgraz.at/>
Anmeldung erforderlich!

04. Jänner 2020 Kontrakturen – ein Pflegefehler?

Ziel dieser Fortbildungsveranstaltung ist es, das die Teilnehmer Methoden und Maßnahmen kennenlernen, die es ermöglichen, präventive Schwerpunkte zu setzen, um Kontrakturen entgegenzuwirken.
Ort: Akademie für Gesundheitsberufe, Göstinger Straße 24, 8020 Graz
Kontakt: office.stmk@oegkv.at
Anmeldung erforderlich!

09. Jänner 2020 Mini Med: Wenn die Beine ständig eine Pause brauchen

Die unterschätzte Gefahr der Schaufensterkrankheit
Vortragende: ao. Univ.-Prof. Dr. Marianne Brodmann, Klin. Abteilung für Angiologie
Beginn: 19.00 Uhr
Ort: MED CAMPUS, Hörsaal MC 1, Neue Stiftingtalstraße 6, 8010 Graz
www.minimed.at
Keine Anmeldung erforderlich!

16. Jänner 2020 Tag der offenen Tür im Kindergarten

Besichtigen Sie den Kindergarten und lernen Sie das pädagogische Team kennen.
Beginn: 14.00 Uhr
Ort: Stiftingtalstraße 89–91, 8010 Graz
Kontakt:
ute.steingruber@klinikum-graz.at
Keine Anmeldung erforderlich!

23. Jänner 2020: Tag der offenen Tür in der Kinderkrippe

Besichtigen Sie die Kinderkrippe und lernen Sie das pädagogische Team kennen.
Beginn: 14.00 Uhr
Ort: Billrothgasse 12, 8010 Graz
Kontakt:
ute.steingruber@klinikum-graz.at
Keine Anmeldung erforderlich!

23. Jänner 2020 Mini Med: Ist Krebs vererbbar?

Vortragender: Univ.-Prof. Dr. Michael Speicher, Diagnostik und Forschungsinstitut für Humangenetik
Beginn: 19.00 Uhr
Ort: MED CAMPUS, Hörsaal MC 1, Neue Stiftingtalstraße 6, 8010 Graz
www.minimed.at
Keine Anmeldung erforderlich!

24. Jänner 2020 5. Grazer Hypnosekongress

Medizinische Hypnose ist eine nebenwirkungsarme Methode und lässt sich z. B. hervorragend in der Beherrschung des kardiovaskulären Risikoprofils einsetzen.

Ort: Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz
www.oegmh.at
Anmeldung erforderlich!

3. Februar 2020 Mini Med: Reiseimpfungen und Co.

Schon jetzt an den Sommer denken!
Vortragende: Univ.-Prof. Dr. Andrea Grisold, MBA, Diagnostik und Forschungsinstitut für Hygiene, Mikrobiologie und Umweltmedizin
Beginn: 19.00 Uhr
Ort: MED CAMPUS, Hörsaal MC 1, Neue Stiftingtalstraße 6, 8010 Graz
www.minimed.at
Keine Anmeldung erforderlich!

13. Februar 2020 Vernissage „Alles dreht sich ...“ von Roswitha Steinwender

Beginn: 16.00 Uhr
Ort: Galerie im Klinikum, Speisesaal im EG, Auenbruggerplatz 52, LKH-Univ. Klinikum Graz
Kontakt:
silvia.haar@klinikum-graz.at
Keine Anmeldung erforderlich!

05. und 30. März 2020 SELBST-STÄRKUNG mit Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl

Wie Sie als Pflegekraft lernen können, zu sich selbst freundlicher zu sein. Die Veranstaltung ist zweitägig!
Ort: Akademie für Gesundheitsberufe, Göstinger Straße 24, 8020 Graz
Kontakt: office.stmk@oegkv.at
Anmeldung erforderlich!

10. März 2020**HYPO Steiermark –
Turnusärztweiterbildung**

In der Reihe „HYPO-Steiermark-Turnusärztinnen- und Turnus-ärztweiterbildung“ findet eine spezielle Fortbildung für jüngere bzw. am Anfang ihrer Berufsausbildung stehende Ärzte statt.
Beginn: 19.00 Uhr

Ort: Ärztekammer für Steiermark, Haus der Medizin, „Offene Räume“, Kaiserfeldgasse 29, Graz
Keine Anmeldung erforderlich!

12. März 2020**Weltnierentag**

Beginn: 13.00 Uhr

Ort: Hörsaalzentrum, Hörsaal D Auenbruggerplatz 50, 8036 Graz
Keine Anmeldung erforderlich!

19. bis 21. März 2020**34. Jahrestagung der Vereinigung für Kinderorthopädie**

Themen aus dem gesamten Spektrum der Orthopädie sowie der Traumatologie im

Wachstumsalter werden beim Kongress diskutiert.

Ort: Congress Graz, Sparkassenplatz, 8010 Graz
www.kinderorthopaedie.org
Anmeldung erforderlich!

23. März 2020**Palliativpflegetag für
Pflegeassistenten**

Ziel dieses Seminars ist es, Sicherheit in der Betreuung und Begleitung von Patienten in ihrer letzten Lebensphase zu erlangen.

Ort: Akademie für Gesundheitsberufe, Göstinger Straße 24, 8020 Graz

Kontakt: office.stmk@oegkv.at
Anmeldung erforderlich!

27. bis 28. März 2020**16. Repetitorium für
Kinderanästhesie**

Praxisbezogene Wissensvermittlung für Mediziner, die im Spannungsfeld zwischen sicheren und kindgerechten Methoden Orientierung suchen.

Ort: Schloss Seggau, Seggauberg 1, 8430 Leibnitz

Kontakt:
claudia.karner@medunigraz.at
Anmeldung erforderlich!

16. bis 18. April 2020**10. Kongress der Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin**

Ort: Messecongress Graz, Messeplatz 1, 8010 Graz

<http://www.agn.at/kongress/>
Anmeldung erforderlich!

27. April 2020**Demenz – eine tägliche Herausforderung für Pflegekräfte**

Ziel dieses Fortbildungstages ist es, ein gutes Basiswissen im Umgang mit dementiell erkrankten Menschen zu erhalten.

Ort: Akademie für Gesundheitsberufe, Göstinger Straße 24, 8020 Graz

Kontakt: office.stmk@oegkv.at
Anmeldung erforderlich!

Interne Veranstaltungstipps:

Alle Termine und Informationen zu den **internen Veranstaltungen für Mitarbeiter** des Klinikum Graz finden Sie im Intranet im Kalender der KAGes-Akademie as:k & LKH. Dort können Sie sich auch online anmelden.

**Gewaltfreie Kommunikation
Basis, vom Konflikt über den
Kontakt zur Lösung**

Wie Sie Konflikte lösen können, ohne dass es einen „Verlierer“ gibt und eine Lösung finden, mit der alle einverstanden sind.

Aus dem Inhalt:

- Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, ohne den Gesprächspartner zu beschuldigen oder zu kritisieren

- Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht persönlich nehmen

Wann? 05. bis 06. Februar 2020, 08.00 bis 16.00 Uhr

Wo? Seminarzentrum, Auenbruggerplatz 19

**Kraft der Gedanken –
mit mentaler Kraft Ziele erreichen**

Selbstbestimmte Gedankenführungen, verbunden mit einfachen Übungen für jeden Tag, bilden die Basis des Seminars „Kraft der Gedanken“. Das Ziel von diesem Seminar ist es, die Konzentration auf das Wesentliche zu fördern, um somit Stress effektiv zu reduzieren.

Wann? 30. März 2020, 08.00 bis 16.00 Uhr

Wo? Seminarzentrum, Auenbruggerplatz 19

**Präsentation und Rhetorik –
Inhalte gekonnt vermitteln**

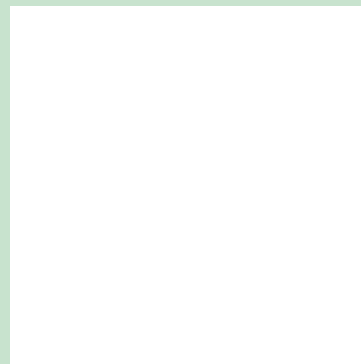
Sie entwickeln die Kompetenz, effektiv zu präsentieren und zu moderieren, und bleiben selbst bei Einwänden und Pannen sicher und klar.

Aus dem Inhalt:

- Informationen strukturiert aufbereiten
- Tipps für eine gelungene Präsentation
- Umgang mit Fragen und Einwänden

Wann? 11. bis 12. März 2020, 08.30 bis 16.30 Uhr

Wo? Seminarzentrum, Auenbruggerplatz 19



www.klinikum-graz.at