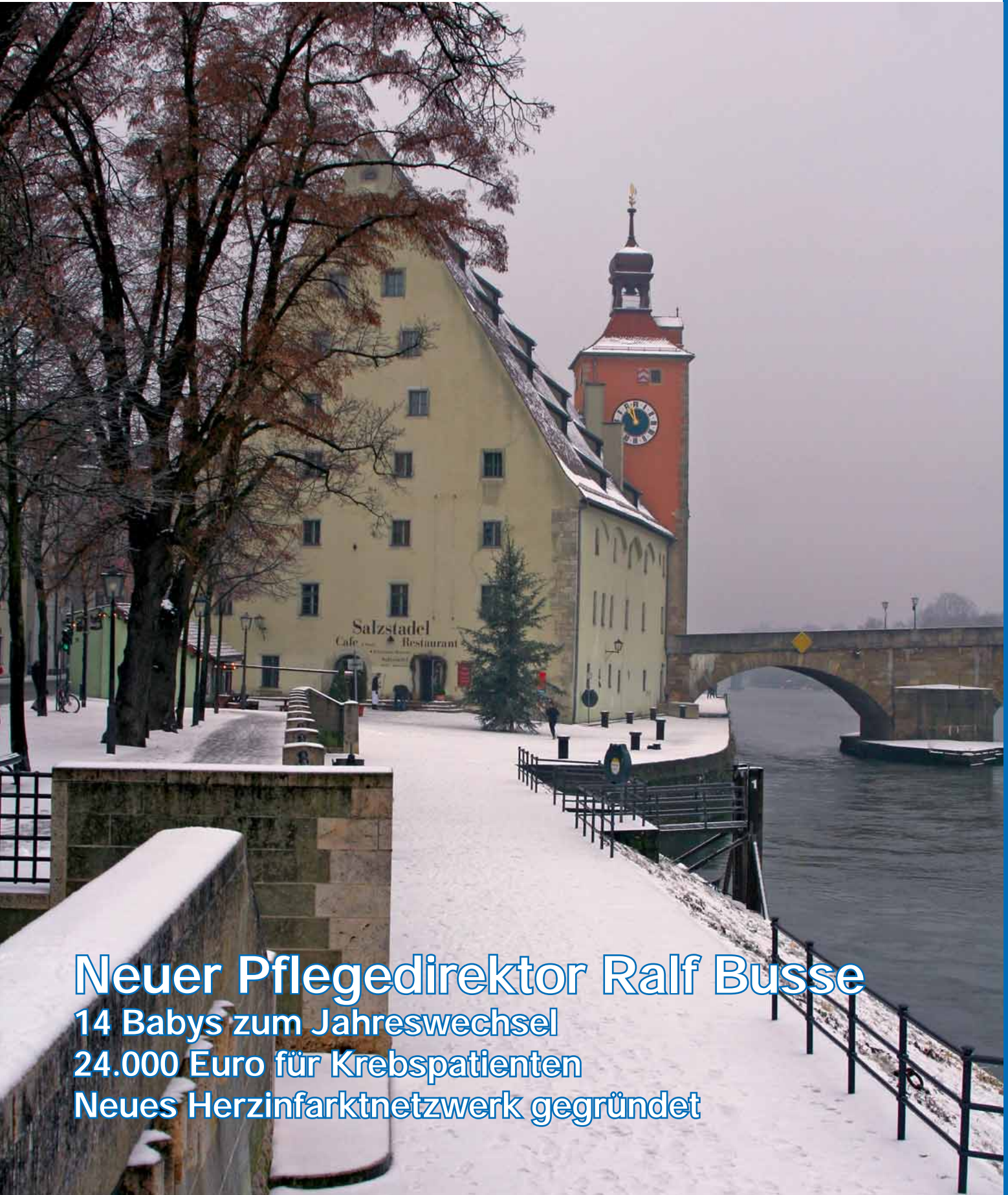




BARMHERZIGE  
BRÜDER

# intern

Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg · 25. Jahrgang · Februar 2014  
Hauszeitung der Dienstgemeinschaft und für die Mitglieder des Fördervereins



**Neuer Pflegedirektor Ralf Busse**  
**14 Babys zum Jahreswechsel**  
**24.000 Euro für Krebspatienten**  
**Neues Herzinfarktnetzwerk gegründet**

# Inhalt

- 2 Grußwort des Geschäftsführers
- 3 Neuer Pflegedirektor Ralf Busse
- 4 Ralf Busse im Interview
- 6 24.000 Euro für Krebspatienten
- 7 Dankeschön für 90 Lebensjahre Tanzen für die Frühchen
- 8 14 Babys zum Jahreswechsel!
- 9 Wenn jede Sekunde zählt
- 10 Notfall-Einsatz vor Weihnachten
- 11 Volkskrankheit Sodbrennen
- 12 Besuch der Sternsinger im Krankenhaus  
Ausbilderpreis 2013 gewonnen
- 13 Adventskonzert in Krankenhauskirche
- 14 Selbstfürsorge als Burnout-  
Prophylaxe
- 15 Die Harl.e.kin-Nachsorge Regensburg  
sagt DANKE!
- 16 Veranstaltungshinweise des Bildungs-  
zentrums Fort- und Weiterbildung

## Impressum:

25. Jahrgang  
Ausgabe: 02/14

Herausgegeben vom

**Krankenhaus Barmherzige Brüder GmbH**

Prüfening Str. 86, 93049 Regensburg

**Verantwortlich:** Dr. Andreas Kestler,  
Geschäftsführer

**Redaktion:** Svenja Uihlein (Pressesprecherin),  
Franziska Zilch, Klaus Macht

**Bilder:** S. Uihlein, altfoto.de, F. Zilch, G. Harrer,  
C. Jacklin, C. Allgeyer, Krankenhaus Barm-  
herzige Brüder Regensburg, Fr. Magnus  
Morhardt, privat, F. Zitzelsberger (S. 15),  
Gina Sanders/Fotolia.com (S. 16), psdesign1/  
Fotolia.com (S. 11)

**Titelbild:** Johannes Kruse

**Druck:** Marquardt, Prinzenweg 11a,  
93047 Regensburg

**Auflage:** 2385

erscheint zehn Mal jährlich

**Redaktionsschluss für die 03/14-Ausgabe:**

1. Februar 2013.

Redaktionsschluss ist immer der erste Wochentag des  
Monats vor Erscheinen der Ausgabe.

**Kontakt Pressestelle:**

Tel. 0941 / 369-1077 oder -1062

Texte und druckfähiges Bildmaterial bitte an:  
pressestelle@barmherzige-regensburg.de

**Hinweise:**

Jeder Autor ist für die Inhalte seines Artikels selbst  
verantwortlich. Die Redaktion behält sich vor, einge-  
reichte Texte stilistisch zu überarbeiten und zu kürzen.  
Aus Gründen der besseren Lesbarkeit der Texte wird  
bei Personennennung auf die ausführliche Schreib-  
weise „-er und -innen“ verzichtet. Generell werden  
stattdessen die Begriffe stets in der kürzeren Schreib-  
weise (z.B. Mitarbeiter) verwendet. Dies versteht  
sich als Synonym für alle männlichen und weiblichen  
Personen, die damit selbstverständlich gleichberechtigt  
angesprochen werden. Die Redaktion macht darauf  
aufmerksam, dass die „intern“ und die „misericordia“  
im Internet veröffentlicht werden. Dadurch können  
sämtliche Inhalte durch Suchmaschinen aufgefunden  
und der breiten Öffentlichkeiten zugänglich gemacht  
werden.

# Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

nach ein paar ruhigeren Tagen über den Jah-  
reswechsel – zumindest für viele von uns –  
sind wir schon wieder im Alltag angelangt.  
Wir wollen und müssen den vielen Patien-  
tinnen und Patienten gerecht werden, die Tag  
für Tag in unsere Häuser am Emmerams-  
platz, der Steinmetz- und der Prüfening-  
Straße kommen.

Für das Evangelische Krankenhaus klärt sich  
in diesen Tagen, wie wir ab dem zweiten  
Quartal medizinisch und strukturell das Haus  
weiterentwickeln werden, um die dortigen  
Ressourcen bestmöglich zu nutzen und die  
Basis für das künftige Zusammenwachsen  
zu schaffen.

Die Klinik St. Hedwig hat noch kurz vor  
Jahresende die beachtliche Zahl von 2600  
Geburten erreicht. Ein Zeichen für das große  
Vertrauen der werdenden Eltern, die ja lange  
Zeit haben, sich ihre Geburtsklinik auszu-  
suchen. Hier können wir in diesem Jahr mit  
einem zusätzlichen Kreissaal und dem OP-  
und Aufwachraumbau für noch bessere  
Abläufe sorgen.

In der Prüfening- Straße sind nach acht  
Jahren der Generationswechsel und die  
medizinische Ausdifferenzierung mit der  
Berufung von 15 neuen Chefärzten, fünf  
leitenden Ärzten, sechs neuen Belegärzten  
und seit Jahresbeginn einem neuen Pflege-  
direktor vollzogen. Zum 1. Januar konnten  
wir noch die Klinik für Urologie zur Haupt-  
abteilung umwandeln und Herrn Dr. Leicht  
zum Chefarzt ernennen. Die ersten Hürden  
im Gesundheitsministerium für den Ersatz-  
neubau des Evangelischen Krankenhauses  
und die Erweiterung des Bettenhauses St.  
Rafael sind genommen.

Jetzt gilt es, an vielen kleinen Rädchen in  
der Organisation nachzujustieren. Ist die Vi-  
sitenorganisation so noch in Ordnung wie  
vor Jahren in einer Verfahrensweisung  
festgelegt? Wie läuft die Erfassung der Ver-  
brauchsmaterialien im OP? Wie kann man  
die Logistik zum Evangelischen Kranken-  
haus für OP-Siebe sichern? Und, und, und...

Und es gilt, sich Gedanken über die größeren  
Entwicklungen der kommenden Jahre zu ma-  
chen, um rechtzeitig passende Konzepte mit-



Dr. Andreas Kestler, Geschäftsführer

einander zu vereinbaren: Wie versorgen wir  
unsere immer älter werdenden Patientinnen  
und Patienten am besten? Wie gehen wir im  
Sinne der „gelebten Gastfreundschaft“ mit  
dementen Mitmenschen um? Wie entwickeln  
wir die Pflege weiter? Was hat das alles für  
Konsequenzen für unser Krankenhaus, die  
Kommunikation untereinander und nach  
extern sowie die Mitarbeiterentwicklung,  
wenn wir uns noch stärker zentrumsbezogen  
aufstellen werden?

Das werden interessante und wichtige Dis-  
kussionen in Strategietagungen, Leitungs-  
konferenzen und auf vielen anderen Ebenen  
werden. Dafür - und für manch anderes -  
passt ein Satz von Papst Johannes XXIII,  
den unser Provinzial bei der Einführung von  
Herrn Dr. Leicht zitiert hat, ganz gut: „Wer  
glaubt, der zittert nicht. Er überstürzt nicht  
die Ereignisse. Er ist nicht pessimistisch ein-  
gestellt. Er verliert nicht die Nerven. Glauben,  
das ist Heiterkeit, die von Gott stammt.“

Herzliche Grüße

Ihr



Passend zum ersten Schneefall in diesem Winter ziert ein Bild der  
verschneiten Altstadt unseren Titel. Johannes Kruse, Stationsleiter  
der Station 21, hat den Historischen Salzstadel und die Steinernen  
Brücke im winterlichen Gewand fotografiert.

# Neuer Pflegedirektor Ralf Busse

Seit 1. Januar hat das Krankenhaus einen neuen Pflegedirektor am Standort Prüfeninger Straße. Mit dem gebürtigen Nordrhein-Westfalen Ralf Busse konnten die Barmherzigen Brüder eine erfahrene und engagierte Führungskraft zur Fortsetzung und Weiterentwicklung der langen Pflege-tradition des Ordens gewinnen.

Pater Leodegar Klinger und Krankenhaus-Geschäftsführer Dr. Andreas Kestler stellten Ralf Busse in der zweiten Januarwoche den Medien auf einer Pressekonzferenz vor. „Unser Ordensstifter, der Heilige Johannes von Gott, gilt als Mitbegründer der modernen Krankenpflege und wurde 1930 von Papst Pius zum Schutzpatron der Krankenpflege erklärt. Dies macht die große Bedeutung des Pflegeberufes für uns Barmherzige Brüder deutlich. Auch viele meiner Mitbrüder haben den Krankenpflegeberuf erlernt“, so Pater Leodegar. Für Dr. Kestler passt der neue Pflegedirektor gut in diese Tradition: „Mit Ralf Busse hat das Krankenhaus Barmherzige Brüder nun einen Top-Mann, der nicht nur die Patienten und Pflegemitarbeiter sondern auch die strategische Weiterentwicklung des Krankenhauses im Visier hat. Er ist mit seiner Erfahrung und seinen Konzepten eine Bereicherung für unser Haus.“

## Die Pflege von der Pike auf durchlaufen

In den vergangenen drei Jahren war Busse Geschäftsführer beim Wuppertaler Klinikverbund St. Antonius und St. Josef, der zur Hospitalvereinigung des Kölner Cellitinnen-Ordens gehört. Davor übte der 48-Jährige beim gleichen Klinikverbund für zwei Jahre das Amt des übergeordneten Pflegedirektors aus und war für fünf Krankenhäuser und eine Geriatrische Rehabilitation zuständig. Zuvor durchlief er in über zwanzigjähriger Tätigkeit am Dürener St. Augustinus Krankenhaus die verschiedenen klassischen Positionen der Pflege vom Krankenpfleger bis hin zum Pflegedirektor und Leiter eines stationären Hospizes. Hier war er auch mehr als zehn Jahre Mitglied des Krankenhausdi-



Der neue Pflegedirektor Ralf Busse (Mitte) zusammen mit Geschäftsführer Dr. Andreas Kestler (l.) und Pater Leodegar Klinger (r.).

rektoriums, acht Jahre davon als Pflegedirektor. Nach seiner Pflegeausbildung absolvierte Busse verschiedene berufsbegleitende Weiterbildungen im Bereich des Pflegemanagements. Im Rahmen seiner weiteren Qualifizierung schloss er die Prüfung zum Betriebswirt mit der Fachrichtung Sozialwesen ab. Es folgten die Studiengänge Bachelor of Business Administration (BBA) und Master of Business Administration (MBA) an der Steinbeis-Hochschule in Berlin.

„Ich kann auf viel Berufs- und Führungserfahrung in der Pflege zurückgreifen“, erklärte Ralf Busse. „Obwohl mir zuletzt meine Tätigkeit als Krankenhausgeschäftsführer viel Freude bereitet hat, liegen bei mir die Neigung, Leidenschaft und Profession in der Pflege. Aus diesem Grund möchte ich an meine Tätigkeit als Pflegedirektor anknüpfen und bei den Barmherzigen Brüdern meine Qualifikation und Erfahrung unter Beweis stellen.“ Durch seine Tätigkeit als Geschäftsführer kann Busse zusätzlich auf Know-how im Bereich der Personalführung und der Unternehmensentwicklung zurückgreifen.

## Zukunftsweisende Pflege

„Ich möchte die Pflege als Zukunftsthema herausstellen und sehe hier bei den Barmherzigen Brüdern viel Unterstützung - auch vor dem Hintergrund von über vier Jahrhunderten Ordens-

geschichte“, betonte der neue Pflegedirektor. „Ich bin offen im Dialog, habe viele Ideen und möchte die Pflege und die beruflichen Perspektiven der Mitarbeiter weiterentwickeln.“ Dr. Kestler ergänzte: „Schon jetzt haben die Pflegemitarbeiter bei den Barmherzigen Brüdern viele berufliche Möglichkeiten. Ihnen bietet sich von der Frühchenstation über die speziellen Intensivbereiche bis hin zur Palliativstation für unheilbar kranke Menschen ein breites Aufgabenspektrum. Der Orden ist auch der größte Ausbilder für Pflegeberufe in ganz Ostbayern.“

Als Beispiel für mögliche Projekte, die er in den nächsten Jahren angehen möchte, nannte Ralf Busse eine bessere Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Freizeit und eine damit verbundene Entwicklung von neuen Arbeitszeitmodellen in der Pflege. Weiterhin stehen die Stärkung des Ehrenamtes in der Patientenbetreuung sowie eine Neuorganisation der Arbeitsteilung im stationären Alltag für Ralf Busse an oberster Stelle. Er strich heraus: „Die optimale pflegerische Versorgung unserer Patienten spielt in kirchlichen Krankenhäusern eine besondere Rolle. Hier möchte ich bei den Barmherzigen Brüdern qualitative Akzente setzen und auf eine konsequente Werteorientierung bauen.“

Svenja Uihlein

# Ralf Busse im Interview

Svenja Uihlein von der Stabsstelle für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit sprach am 22. Januar mit dem neuen Pflegedirektor Ralf Busse über seine neue Tätigkeit.

**Redaktion:** Herr Busse, Sie waren beim Wuppertaler Klinikverbund St. Antonius und St. Josef für drei Jahre als Geschäftsführer tätig. Davor haben Sie jedoch weit über zwanzig Jahre im Pflegebereich gearbeitet – viele Jahre davon als Pflegedirektor. Was hat Sie dazu bewegt, hier in Regensburg wieder zurück in die Pflegedirektion zu gehen? Was begeistert Sie an der Pflege?

**Busse:** Für mich bietet die Pflege die Möglichkeit, die eigenen sozialen Fähigkeiten mit einer professionellen Ausrichtung zu verbinden. Und auch die Möglichkeit, sich weiter zu entwickeln. Die Pflege bietet allein durch die Akademisierung eine große Vielfalt an Perspektiven. In welchem anderen Beruf kann man das alles kombinieren? Dass ich in meiner letzten Tätigkeit als Geschäftsführer unterwegs war, das hat natürlich auch ein bisschen mit meiner Ausbildung zu tun. Ich habe ja ein Master-Studium mit Schwerpunkt BWL ab-



solviert. Das ist natürlich hilfreich, um das System Krankenhaus aus verschiedenen Blickwinkeln zu verstehen. Aber wie schon gesagt, meine Leidenschaft und Neigung ist eben immer die Pflege gewesen.

**Redaktion:** Sie sagen, dass es so viele Möglichkeiten in der Pflege gibt, sich weiterzuentwickeln. Wollen Sie das

*auch bei Ihren Mitarbeitern fördern und ein besonderes Augenmerk darauf richten?*

**Busse:** Ich habe hier am Krankenhaus natürlich auch eine sehr gute Basis gefunden, auf der ich aufsetzen kann. Wenn man andere Krankenhäuser ansieht, sind dort die Voraussetzungen in der Aus-, Fort- und Weiterbildung, so wie die Barmherzigen Brüder sie haben, nicht gegeben. Wir haben ja neben der normalen Ausbildung auch alle Möglichkeiten, nebenher eine Qualifizierung zu machen oder auch die akademische Richtung einzuschlagen. Natürlich werden wir uns auch zukünftig mit der Frage befassen, wie wir in der Pflege mit den Hochschulen zusammenarbeiten. Mittelfristige Themen sind auf der einen Seite der Managementbereich in der Pflege und auf der anderen Seite das Expertentum, was im Prinzip mit dem Dualen Studium schon auf den Weg gebracht ist. Insgesamt geht es mir natürlich auch darum, vorhandene Führungskräfte weiterzuentwickeln, zu überlegen, wo eine Einrichtung im Bereich der Pflege in fünf Jahren sein sollte und was eine Führungskraft an Handwerkszeug bekommen muss, um die vor ihr liegenden Aufgaben zu bewältigen.

Die Pflege lebt von ihren Mitarbeitern. Die Arbeit wird nicht von meinem Schreibtisch aus geleistet, sondern von jedem einzelnen, der darin verankert ist.

**Redaktion:** Welche Ziele haben Sie sich in Ihrer neuen Tätigkeit langfristig gesetzt?

**Busse:** Im Kerngeschäft haben wir natürlich eine ständige Entwicklung. Mein erstes Ziel ist, diese gute Entwicklung weiter voranzutreiben. Das Ganze ist bereits auf einem guten Sockel aufgebaut. Aber es gibt auch Themen, die einem gesellschaftlichen Wandel unterliegen. Der älter werdende Mensch wäre so ein Thema. Gerade in unserem Haus beschäftigen wir uns bereits intensiv damit, wie man zukünftig mit Alterserkrankungen umgeht.



Einführungsveranstaltung: Provinzial Frater Emerich Steigerwald (l.) und Krankenhausgeschäftsführer Dr. Andreas Kestler (r) heißen den neuen Pflegedirektor Ralf Busse (Mitte) in der Dienstgemeinschaft der Barmherzigen Brüder willkommen.

Ein anderer Themenkomplex, der auch wichtig ist und bei dem es im Haus Nachholbedarf gibt, ist zum Beispiel „Freizeit – Beruf – Familie“. Wie schaffen wir Arbeitsplätze mit zeitgerechten Arbeitszeitmodellen? In der Pflege arbeiten im Durchschnitt 80 Prozent Frauen. Da muss man sich einfach mit Themen wie Schwangerschaft, Kinder, Elternzeit und Einschränkungen in den Arbeitsmöglichkeiten auseinandersetzen. Wir als Arbeitgeber müssen sehen, inwieweit wir Modelle entwickeln können, die den persönlichen Bedürfnissen entsprechen, aber auch mit betrieblichen Belangen in Einklang zu bringen sind.

Gerade haben wir über den immer älter werdenden Menschen gesprochen. In diesem Zusammenhang sind auch das Ehrenamt und der weitere Ausbau von Netzwerken wichtig. Immer weniger ältere Menschen haben Sozialkontakte nach außen. An dieser Stelle kann das Ehrenamt ansetzen.



*Wie geht man zukünftig in der Pflege mit Alterserkrankungen um? - Der älter werdende Mensch ist laut Busse eines der wichtigen Zukunftsthemen der Pflege.*

**Redaktion:** *Auf der Pressekonferenz haben Sie den Journalisten berichtet, dass Sie in den ersten Wochen erstmal ein Pflegerhemd anziehen und selbst auf den Stationen mitarbeiten. Wie können wir uns das vorstellen?*

**Busse:** Insgesamt habe ich in den nächsten acht bis zehn Wochen 16 Einsätze unterschiedlichster Art. Aber natürlich werde ich es nicht schaffen, in alle Bereiche reinzugehen. Morgen um 6 Uhr habe ich einen Einsatz in Weiß und ich werde einen kompletten Frühdienst mitarbeiten. Da steht auf meinem Namensschild „Hospitant“, damit die Patienten wertfrei mit mir umgehen.

Ich glaube, es ist egal auf welchem Stuhl man sitzt, man sollte immer mitarbeiternah sein. Gerade wenn man in einem Krankenhaus neu anfängt, muss man das Krankenhaus fühlen und spüren. Während der Einarbeitung hat man natürlich auch die Schnittstellenproblematik im Kopf. Man weiß genau wo man hingucken muss - dafür ist man ja schon so lange in dem Beruf. Trotzdem

ist es wichtig, auch gerade über so eine Schiene Vertrauen zu schaffen. Es geht ja letztendlich auch darum, authentisch zu sein, zu sagen, ich verstehe euch, ich weiß wo die Problematik ist. Und das geht nur mit einer gewissen Offenheit und Nähe.

Meine ersten Erfahrungen habe ich in der Notaufnahme gemacht und ich war völlig begeistert. Das ist räumlich und strukturell ein absolutes Vorzeigeprojekt. Die Mitarbeiter, die Pflege und das ärztliche Team sind aufgeschlossen und mir äußerst zuvorkommend und wertschätzend entgegengekommen. Ich habe auch gesehen, was es da an Arbeitsaufkommen gibt und was dort an Arbeit geleistet wird, insbesondere zu Spitzenzeiten. Aber ich habe natürlich auch die Probleme und Schnittstellenproblematiken gesehen. Ich will ja nicht nur das sehen, was super läuft, sondern die Mitarbeiter haben natürlich auch die Möglichkeit, mir zu sagen, wo der Schuh drückt. Erst nach der Wahrnehmung über einen längeren Zeitraum kann man sich ein gutes Bild machen.

**Redaktion:** *Gibt es Besonderheiten bei der Pflege in einem christlichen Krankenhaus?*

**Busse:** Ich habe mich ganz bewusst entschieden, in ein konfessionelles Haus zu gehen. Meine ganze berufliche Laufbahn ist von christlichen Häusern geprägt. Ich war immer in Häusern tätig, in denen eine Ordensgemeinschaft der Ursprung des Tuns war. Und das hat mich natürlich auch hier bei den Barmherzigen Brüdern sehr angesprochen. Insbesondere, dass hier die Philosophie letztendlich aus der Pflege heraus gewachsen ist. Was ich sehr gut finde - und ich glaube da unterscheiden wir uns von anderen Häusern - ist, dass hier die Werteorientierung und die Ausrichtung für den Mitarbeiter viel greifbarer sind. Ich glaube auch, dass Häuser, die von dieser Werteorientierung geprägt sind, einen ganz anderen Blick auf Themen wie beispielsweise „Tod und Sterben“ haben. Ein weiterer

wesentlicher Punkt ist, dass nicht die Krankheit vordergründig ist, sondern der Mensch, mit all seinen Nöten und Sorgen. Und natürlich auch die Wertschätzung jedes Mitarbeiters.

**Redaktion:** *Ralf Busse als Privatmann – wie können sich unsere Leser diesen vorstellen?*

**Busse:** Ich bin 48 Jahre alt und nicht verheiratet, habe aber seit vielen Jahren eine Lebenspartnerin. Ich bin ein sportlicher Mensch. Ich laufe und tauche gerne und freue mich, dass man in dieser Gegend Gleitschirmfliegen kann und ich somit ein altes Hobby wieder aufleben lassen kann. Wenn die Zeit es erlaubt, reise ich gerne, vor allem zum Tauchen. Vom Typ her bin ich sehr ausgeglichen und ruhig, kein Hektiker und auch recht bodenständig. Ansonsten offen, neugierig und direkt in meiner Art.

**Redaktion:** *Herzlichen Dank für das Gespräch!*

# 24.000 Euro für Krebspatienten

Leukämiehilfe ermöglicht die Einrichtung von Atemtherapie und stationärem Reha-Sport

Mit einer Summe von 24.000 Euro unterstützt die Leukämiehilfe Ostbayern e.V. das Onkologische Zentrum. Am 16. Dezember übergab Professor Dr. Reinhard Andreesen, 1. Vorsitzender der Leukämiehilfe, einen Scheck an Prior Frater Benedikt Hau und Professor Dr. Jan Braess, Leiter des Onkologischen Zentrums und Chefarzt der Klinik für Onkologie und Hämatologie. Frater Benedikt Hau bedankte sich herzlich im Namen des Krankenhauses. Gleichzeitig dankte er auch den vielen hilfsbereiten Menschen, deren Spenden an die Leukämiehilfe nun ein Jahr lang unterstützende Therapieangebote für onkologische Patienten ermöglichen.

## Atmung und Bewegung

„Wir wollen damit Angebote realisieren, die unmittelbar den Patienten zugute kommen“, erklärte Professor Braess, „deswegen haben wir uns für die Einrichtung einer Atemtherapie und einer stationären Reha-Sport-Gruppe entschieden“. Diese Therapieangebote sind bisher nicht Teil der Routineversorgung, da sie nicht von den Krankenkassen finanziert werden. „Somit erweitern wir unser Angebot an therapeutischen Maßnahmen, die über die reguläre medizinische Betreuung hinausgehen“, ergänzte Braess. Das Onkologische Zentrum versteht sich als fachübergreifendes Netzwerk von Spezialisten, das einen ganzheitlichen Therapie-Ansatz verfolgt und bietet schon jetzt Zusatzangebote wie Musiktherapie und Wohlfühlnachmittage an.

„Bewegung und Aktivierung der Patienten beeinflussen die Therapie positiv, steigern das Wohlbefinden und die Lebensqualität während der Krankheit. Deswegen finanziert die Leukämiehilfe Ostbayern gerne ein Jahr lang die Angebote für die onkologischen Patienten im Krankenhaus Barmherzige Brüder“, so Prof. Andreesen. „Denn bei aller medizinischen Versorgung, die den Patienten zugutekommt, bedarf es im Therapieverlauf auch dieser begleitenden Maß-



(v.l.n.r.) Die Rehasporttherapeuten Stefanie Ludwig, Markus Artner und Franziska Fechtner; Prior Frater Benedikt Hau; Prof. Dr. Reinhard Andreesen, 1. Vorsitzender der Leukämiehilfe Ostbayern; Prof. Dr. Jan Braess, Leiter des Onkologischen Zentrums, sowie die Atemtherapeutinnen Anna-Maria Probst-Ebner und Petra Füßl.

nahmen, die von unserem Gesundheitssystem nicht finanziert werden.“

## Unterschiedliche Gesundheitszustände

Die Therapie-Angebote, die mit Beginn des neuen Jahres bei den Barmherzigen Brüdern etabliert werden, erreichen verschiedene Patientengruppen in unterschiedlichen Gesundheitszuständen. Während sich die Atemtherapie auch an Patienten richtet, die über einen längeren Zeitraum stationär behandelt werden, zum Teil auch bettlägerig sind, können sich die etwas fitteren Patienten der Reha-Sport-Gruppe anschließen.

Unter der Leitung von Markus Artner und seinem Team werden zweimal pro Woche 90-minütige Sitzungen angeboten. Artner ist Rehasporttherapeut, spezialisiert auf internistische Patienten. Schon seit etwa fünf Jahren arbeitet das Onkologische Zentrum mit Artners Reha-Sport-Gruppen im ambulanten Bereich zusammen. Nun kommt dieses Angebot auch stationären Patienten zugute. Gezieltes, regelmäßiges Training trägt nachweislich zur Verbes-

serung der Lebensqualität bei, da es Beschwerden, wie dem Erschöpfungssyndrom, ungewolltem Gewichtsverlust und Lymphabflussstörungen entgegenwirkt. Mit körperlichen Übungen für Kraft, Ausdauer und Koordination und mentalem Training können die Patienten auch die Therapie maßgeblich unterstützen. Denn wenn der Zustand der Patienten stabil bleibt, kann die Behandlung zügig und ohne größere Ausfälle erfolgen. „Je früher die Patienten mit dem Reha-Sport beginnen, umso besser“, meinte Artner. Ihm ist es auch wichtig, den Teilnehmern ein grundlegendes Verständnis für Bewegung und Sport zu vermitteln, so gehört zu jeder Sitzung auch ein theoretischer Teil. Damit die Patienten das Gelernte auch nach dem stationären Aufenthalt weiterführen können, erhält jeder Teilnehmer einen individuell auf ihn und sein Krankheitsbild abgestimmten Trainingsplan.

## Gefühl für den eigenen Körper

Bisher ist die ganzheitliche Atemtherapie im Raum Regensburg kaum verbreitet. Zu Beginn des neuen Jahres

startet die Therapie bei den Barmherzigen Brüdern mit acht dreißigminütigen Behandlungen pro Woche. Die Atemtherapeutinnen Petra Füßl und Anna-Maria Probst-Ebner haben die positive Wirkung der Atemtherapie auf schwerkranke Menschen bereits durch ihre Arbeit als Krankenschwestern kennengelernt und daraufhin eine dreijährige Ausbildung zu Atemtherapeutinnen absolviert. „Ziel der Atemtherapie ist es,

wieder ein Gefühl für den eigenen Körper zu bekommen und Gefühle zuzulassen“ so Probst-Ebner und Füßl. Denn Gefühle und Atmung sind direkt miteinander verbunden. Oftmals wird durch eine Krebserkrankung und auch durch den damit einhergehenden psychischen Stress der natürliche Rhythmus des Atmens gestört. Durch Berührungen, leichte Massagen oder geführte Bewegungen soll sich der Patient entspannen

können. So hilft die Behandlung Ängste und depressive Verstimmungen zu verringern und unterstützt bei Atemnot. „Die Ermutigung zum Loslassen ist ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit“, verdeutlichte Anna-Maria Probst-Ebner. Die Atemtherapie arbeitet ganzheitlich und geht individuell auf den Patienten und seinen körperlichen sowie geistigen Zustand ein.

*Franziska Zilch*

## Dankeschön für 90 Lebensjahre

Karl Ruscheinski durfte vor Kurzem seinen 90. Geburtstag feiern. In diesem langen Leben hat er sehr viel Einschneidendes erlebt. Die Erkrankung und die notwendige Behandlung seiner Urenkelin in der ehemaligen onkologischen Station in St. Hedwig hat in tief berührt. Nach erfolgreicher Genesung der Urenkelin konnte sie mit ihm den Jubeltag begehen.

Aus Dankbarkeit aber auch weil er die ihm zugehenden Geburtstagsgeschenke einem gutem Zweck zuführen wollte, hat er sich entschieden, die Spende über 1000 Euro der Kinderklinik zukommen zu lassen. Als Verwendung für den Betrag wünscht er sich, dass für die Kinder Spielgeräte angeschafft werden. Bei der Spendenübergabe betonte seine Tochter Ulrike Riedhammer dies nochmals und Pflegedirektor Gerhard Harrer, der die Spende entgegennahm, sagte dies für die Klinik auch zu. Wir bedanken uns bei Herrn Ruscheinski und wünschen ihm noch viele gesunde und glückliche Jahre!



*Anlässlich seines 90. Geburtstags spendete Karl Ruscheinski mit seiner Frau Ida für die Kinderklinik.*

*Gerhard Harrer*

## Tanzen für die Frühchen

Benefizkonzert für die Frühgeborenenabteilung der Klinik St Hedwig

Am 9. November war der Nubersaal in Hohenschambach der äußere Rahmen für die Umsetzung des Versprechens von Reinhold Hammer, für die Klinik St. Hedwig eine Spendenaktion



*(v.l.) Oppermann (Die Bürgerzeit), Harrer, Hammer, Bürgermeister Pollinger*

auszurichten. Er organisierte zu diesem Anlass einen Tanzabend mit Programmeinlagen. Der Hemauer Bürgermeister Hans Pollinger war von diesem Bürgerengagement so begeistert, dass er kurz entschlossen die Schirmherrschaft für die Veranstaltung übernahm. Die Tanzgruppe Alexandria aus Regensburg mit orientalischen Tänzen, die Auer Buam mit Schuhplattl'n und Gstanzlgesängen und die Tanzband Donnaweda wirkten unentgeltlich mit. So konnte Reinhold Hammer den Erlös für die Eintrittsgeldern in Höhe von 1700 Euro als Spende zur Verfügung stellen. Die Zeitung „Die Bürgerzeit“ spendete ihren Erlös aus der Weihnachtsanzeigenaktion in Höhe von 500 Euro für diese gute Idee. So übergab Hammer noch am selben Abend den stolzen Betrag von 2200 Euro an Gerhard Harrer, den Pflegedirektor der Klinik St. Hedwig. Die Spende wird zur Einrichtung eines Mutter-Kind-Zimmers der Intensivstation verwendet.

*Gerhard Harrer*

# 14 Babys zum Jahreswechsel!

**Denise ist das Neujahrsbaby und Luis das Silvesterbaby. Erstmals kamen in der Hedwigsklinik 2600 Neugeborene innerhalb eines Jahres zur Welt.**

„Ein schöner Start ins neue Jahr“, freuten sich Petra und Christian Fischer über die Geburt ihres kleinen Luis. Um 22.17 Uhr des Silvesterabends konnten sie ihren Erstgeborenen in die Arme schließen. Der 3590 Gramm leichte und 54 Zentimeter große Bub ist das Silvesterbaby und gleichzeitig das 2600. Baby des Jahres 2013 in der Klinik St. Hedwig. „Eigentlich sollte der kleine Mann ja noch vor Weihnachten auf die Welt kommen, aber er hat sich eben dieses besondere Geburtsdatum ausgesucht“, so die glücklichen Eltern aus Friesheim bei Barbing.

## Sieben Babys an Silvester, sieben an Neujahr

Insgesamt wurden am Silvestertag sieben Babys in der Klinik St. Hedwig geboren, zwei Mädchen und fünf Jungen. Und wie es der Zufall so will, erblickten auch am Neujahrstag sieben neue Erdenbürger das Licht der Welt, diesmal zwei Jungen und fünf Mädchen. Am schnell-



Dr. Sara Fill Malfertheiner, Hebamme Christina Manstetten und Stationsleiterin Karin Grunwald-Bauer beglückwünschen Petra und Christian Fischer zu ihrem Silvesterbaby Luis.

ten war die kleine Denise. Noch keine zwei Stunden war das neue Jahr alt, als Denise um 01.44 Uhr zur Welt kam. Das 3680 Gramm leichte und 52 Zentimeter große Mädchen ist nach ihrer siebenjährigen Schwester Katharina das zweite Kind der Familie Knauber aus der Nähe von Regensburg. Die Eltern Rowena

und Hans-Nico haben eigentlich mit einem „Weihnachtsbaby“ gerechnet, aber Denise hatte es nicht eilig und kam so als erstes Kind der Hedwigsklinik im Jahr 2014 zur Welt. Dass der Geburtstag nun der 1. Januar ist, sei schon etwas Besonderes, natürlich vor allem für die Tochter, erklärten die stolzen Eltern.



Hebamme Christina Manstetten und Stationsleiterin Karin Grunwald-Bauer überbrachten Geschenke und Glückwünsche an Neujahrsbaby Denise und ihre Eltern Rowena und Hans-Nico Knauber sowie Schwester Katharina.

## Geschenke und Glückwünsche

Vor ihrer Entlassung nach Hause gab es für Luis, Denise und ihre Eltern neben Neujahrswünschen und Glückwünschen zur Geburt, auch jeweils einen großen Blumenstrauß, ein Wiegenliederbuch und ein buntes Babymützchen. Die betreuende Ärztin Dr. Sara Fill Malfertheiner, Stationsleiterin Karin Grunwald-Bauer und Hebamme Christina Manstetten überbrachten die Geschenke und gratulierten herzlich.

Im Jahr 2013 kamen erstmals 2600 Babys in der Klinik St. Hedwig zur Welt, was gleichzeitig die höchste Zahl an Neugeborenen innerhalb eines Jahres in einer ostbayerischen Klinik ist.

Franziska Zilch



# Wenn jede Sekunde zählt

**Mit dem neu gegründeten Herzinfarktnetzwerk Regensburg optimieren 18 Klinika und Rettungsdienste im Rettungsdienstbereich Regensburg die regionale Versorgung von Herzinfarktpatienten.**

Unter der Federführung der beiden großen Krankenhäuser Regensburgs, des Universitätsklinikums Regensburg (UKR) und des Krankenhauses Barmherzige Brüder, werden gemeinsame Qualitätsstandards für die Notfallversorgung umgesetzt. Erleidet ein Mensch einen Herzinfarkt, muss schnell gehandelt werden. Es zählt jede Sekunde, denn infolge von Durchblutungsstörungen stirbt ein Teil des Herzmuskels ab und kann zum plötzlichen Herztod führen. Werden die Symptome eines Herzinfarktes nicht rechtzeitig erkannt, verliert die notärztliche Versorgung wertvolle Zeit, und die Überlebenschancen des Patienten sinken.

## Ein Herzinfarktnetzwerk für den Rettungsdienstbereich Regensburg

Um Notfallpatienten mit Herzinfarkt

im Rettungsdienstbereich Regensburg künftig noch schneller und besser behandeln zu können, gründeten Krankenhäuser und Rettungsdienste der Region auf Initiative der Ärztlichen Leiter Rettungsdienst das „Herzinfarktnetzwerk Regensburg“. Hierdurch werden rettungsdienst- und klinikübergreifend einheitliche Qualitätsstandards und Abläufe bei der Notfallversorgung umgesetzt – unabhängig von Ort, Tageszeit und räumlichen Gegebenheiten. Grundlage sind die aktuellen Leitlinien zur Versorgung von Herzinfarktpatienten verschiedener Fachgesellschaften Deutschlands und auf europäischer Ebene. Diese empfehlen bestimmte Maßnahmen für die medizinisch jeweils beste Versorgung des betroffenen Patienten.

## Einheitliche Qualitätsstandards für optimale Notfallversorgung

Federführer des Netzwerkes sind das Universitätsklinikum Regensburg und das Krankenhaus Barmherzige Brüder. Hier werden die Herzinfarktpatienten nach der Notfallversorgung stationär aufgenommen. „Je besser die Vernetzung und Anmeldung vor der Aufnahme

des Patienten in die Klinik funktioniert, desto schneller und besser können wir den Patienten stationär weiterbehandeln. Das Herzinfarktnetzwerk hilft uns dabei, weil klar geregelt ist, wer zu welchem Zeitpunkt welche Behandlung durchführt“, so Professor Dr. Dierk Endemann, Oberarzt der Klinik und Poliklinik für Innere Medizin II des UKR und Sprecher des Herzinfarktnetzwerkes Regensburg. Neben den Behandlungsstrategien setzt das Herzinfarktnetzwerk auch Qualitätsstandards zum Zeitmanagement. So ist zum Beispiel genau geregelt, wann der Patient je nach individuellem Zustand in welchem Krankenhaus anzumelden ist. „Dadurch kann die stationäre Weiterbehandlung schon bestmöglich vorbereitet werden, während der Patient noch auf dem Weg zur Klinik ist. Dies spart wertvolle Zeit“, erläutert Privatdozent Dr. Peter Sick, Chefarzt der Klinik für Kardiologie der Barmherzigen Brüder. Eine Herausforderung ist das Netzwerk in logistischer Hinsicht, denn alle einbezogenen Rettungsdienste und Notärzte müssen die Vorgaben des Netzwerkes kennen und anwenden sowie die erforderlichen Notfallrettungsmittel verfügbar haben. Dies koordinieren im Herzinfarktnetzwerk Regensburg der Zweckverband für Rettungsdienst und Feuerwehralarmierung Regensburg (ZRF), die Integrierte Leitstelle Regensburg sowie die Rettungsdienste und Notärzte. Die Regionalkrankenhäuser organisieren den Weitertransport des Herzinfarktpatienten in eines der Interventionszentren und übernehmen ihn nach der dortigen Versorgung wieder zurück. Die beiden Interventionszentren – das Universitätsklinikum Regensburg und das Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg – haben sich im Rahmen des Herzinfarktnetzwerkes gemeinschaftlich verpflichtet, die bereits vorhandene Rund-um-die-Uhr-Versorgung von Herzinfarktpatienten durch das Netzwerk weiter zu optimieren. Das von den Barmherzigen Brüdern geführte Krankenhaus St. Barbara in Schwandorf übernimmt zusätzlich



Bei einem Herzinfarkt muss schnell gehandelt werden.

tagsüber Kathetereingriffe am Herzen inklusive der Notfallversorgung.

## Netz im Netzwerk

Das Herzinfarktnetzwerk Regensburg schließt räumlich Stadt und Landkreis Regensburg sowie Stadt und Landkreis Cham ein, ist Mitglied der Arbeitsgemeinschaft der bayerischen Herzinfarkt-Netzwerke und wurde vor kurzem auf der Jahresversammlung akkreditiert. Alle Netzwerke arbeiten nach denselben Standards und stellen ihre Qualitätsdaten für eine gemeinsame Optimierung und Weiterentwicklung der Behandlungsstrategien zur Verfügung.

UKR

### Am Herzinfarktnetzwerk Regensburg beteiligt sind folgende Klinika und Rettungsdienste:

- Zweckverband für Rettungsdienst und Feuerwehralarmierung Regensburg (ZRF)
- Integrierte Leitstelle Regensburg
- Universitätsklinikum Regensburg (UKR)
- Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg
- Goldbergklinik Kelheim
- Kreisklinik Wörth an der Donau
- Sanakliniken des Landkreises Cham
- Klinik Mallersdorf
- Asklepiosklinik Burglengenfeld
- Krankenhaus St. Barbara Schwandorf
- Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Regensburg
- Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Cham
- Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Regionalverband Ostbayern
- Malteser Hilfsdienst, Diözesanverband Regensburg
- Deutsche Rettungsflugwacht e.V., HDM Luftrettung Nürnberg
- RKT Matt und Wiesenbauer OHG Regensburg
- Obleute der Notarztstandorte im RDB Regensburg
- Ärztliche Leiter Rettungsdienst, RDB Regensburg

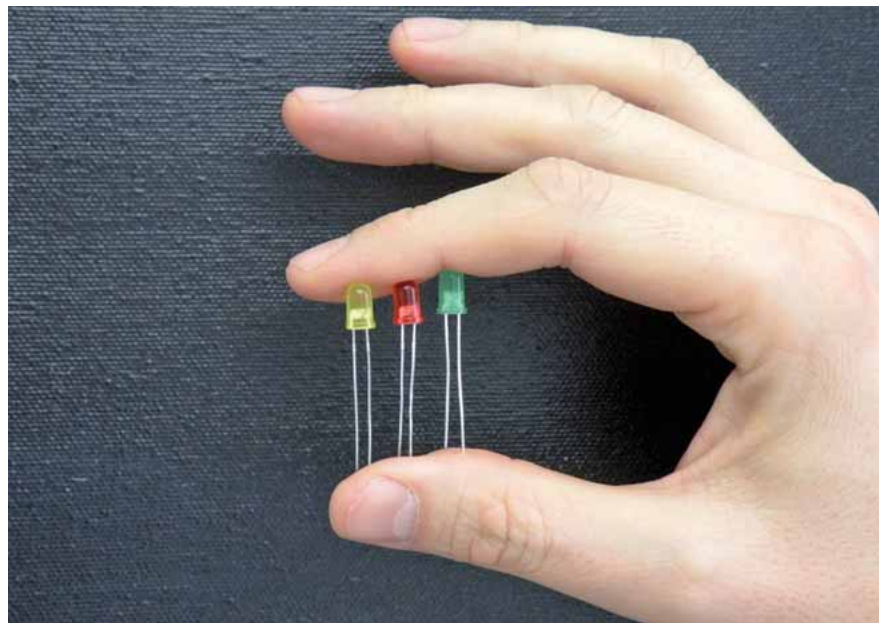
# Notfall-Einsatz vor Weihnachten

**Ein kleiner Junge verschluckt beim vorweihnachtlichen Basteln ein LED-Lämpchen. Die Ärzte der Hedwigsklinik können den Fremdkörper entfernen bevor sich die scharfen Drähte in die Lunge bohren. Ein unglaubliches Glück, wie Prof. Michael Kabesch berichtet.**

Am letzten Adventswochenende sind die Weihnachtsvorbereitungen im Bayerischen Wald in vollem Gange. Der achtjährige Ludwig aus Bad Kötzing bastelt mit seinem Vater eine Weihnachtsbeleuchtung und dabei passiert es: Der Junge steckt ein LED-Lämpchen in den Mund und atmet versehentlich tief ein. Die Leuchtdiode ist weg und Ludwig muss husten. Sofort bringt der Vater den Jungen ins Kreiskrankenhaus Viechtach, wo schnell klar wird wo das Lämpchen steckt: Im rechten Lungenflügel. Eine besondere Gefahr ist, dass vom Lämpchen zwei scharfkantige, spitze Drähte von jeweils drei Zentimetern Länge abstehen. Diese drohen, sich in die Lunge zu bohren. Die LED muss deswegen schnellstmöglich entfernt werden.

## „Weihnachtswunder“

Für den Eingriff kommt Ludwig in die Klinik St. Hedwig. Hier steht ein inter-



*Eines dieser Lämpchen hat Ludwig eingeatmet. Die spitzen Drähte hatten sich wie durch ein Wunder nicht in die Lunge gebohrt.*

disziplinäres Team von Ärzten aus der Kinderanästhesie, der Kinderintensivmedizin und der Kinder-Lungenheilkunde bereit, um den Fremdkörper noch in der Nacht aus der Lunge zu bergen. „Immer wieder geraten Dinge in die Lunge von Kindern, aber Ludwig hatte einen unglaublich großen Schutzengel“, erklärt Professor Dr. Michael Kabesch, Leiter der Klinik für Pädiatrische Pneumologie und Allergologie nach der erfolgreichen Entfernung der LED und

ergänzt: „Dass die Drähte sich nicht in das Lungengewebe gebohrt haben und die Lunge schwer verletzt wurde, ist ein Weihnachtswunder. Aber auch der Papa von Ludwig hat großartig geholfen. Er hatte ein weiteres LED-Lämpchen mitgebracht, sodass wir den Eingriff genau planen und vorbereiten konnten.“ Der kleine Ludwig konnte noch vor den Feiertagen nach Hause entlassen werden, um nach dem großen Schreck mit seiner Familie Weihnachten zu feiern. fz



# Volkskrankheit Sodbrennen

© psdesign1/Fotolia.com

**Warum gibt es kein Foto von der Patienten-Veranstaltung zur Refluxkrankheit am 26. November, wie es sonst gemacht wird? Dazu bestand gar keine Zeit, denn der große Hörsaal der Barmherzigen Brüder war mehr als gefüllt. Bei über 250 interessierten Patienten, Angehörigen, und Betroffenen waren die Veranstalter damit beschäftigt, zusätzliche Sitzgelegenheiten zu beschaffen, Patienten auf die Empore zu begleiten oder diese in den Gängen zu positionieren, damit nicht noch mehr Interessierte bei überfülltem Saal die Veranstaltung wieder verlassen mussten.**

Privatdozent Dr. Oliver Pech, seit einem Jahr neuer Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie und interventionelle Endoskopie, sprach über eines seiner



Blick in eine Speiseröhre mit Polyp.

Lieblingsthemen: die Speiseröhre. Jeder sechste Erwachsene kennt Sodbrennen, jeder zehnte leidet darunter. Somit zählt Sodbrennen, das zur Refluxkrankheit führen kann, zu den häufigen Erkrankungen Erwachsener. Unter bestimmten Bedingungen läuft der saure Magensaft in die Speiseröhre zurück und kann dort die empfindlichen Speiseröhrenschleimhaut angreifen. Dies wird als brennender Schmerz hinter dem Brustbein empfunden. Wenn die Vermeidung auslösender und begünstigender Faktoren nicht beseitigt werden können - zum Beispiel Weglassen von Alkohol, Nikotin, Süßem, Süßfrüchten, großen abendlichen Mahlzeiten, Übergewicht - helfen gut verträgliche Medikamente.

Langanhaltendes Sodbrennen kann zu einer Umwandlung der Speiseröhrenschleimhaut führen, die sich wiederum bösartig entarten kann. Erfreulicherweise passiert dies nur selten. Die Krebserkrankung der Speiseröhre das sogenannte Barrett-Karzinom hat jedoch in den vergangenen 20 Jahren kontinuierlich zugenommen wohingegen andere Tumore, wie das Magenkarzinom, abgenommen haben. Bei Sodbrennen sollte der Hausarzt aufgesucht werden. Wenn einfache Behandlungsmaßnahmen nicht helfen ist eine Spiegelung der Speise-

röhre erforderlich. Veränderungen wie die Schleimhautumbildung in einen sogenannten Barrett-Ösophagus bedürfen intensiverer Beobachtung. Haben sich bereits Karzinominseln gebildet, besteht die Möglichkeit diese im Rahmen einer Magenspiegelung von innen zu entfernen und damit eine größere Operation zu vermeiden. Hierauf ist Dr. Oliver Pech spezialisiert. Durch eine große von ihm initiierte Studie konnte bewiesen werden, dass mehr als 90 Prozent dieser Patienten langfristig geheilt werden können. In der Oberpfalz steht jetzt für solche Erkrankungen ein Spezialist zur Verfügung.

Aus dem Auditorium kamen viele Fragen zur Einschätzung der Beschwerden, der Risiken und der Behandlungsmöglichkeiten, die der neue Chefarzt in der zweistündigen Veranstaltung umfangreich beantwortete. Ein Punkt war am Ende festzuhalten. Nicht nur Sodbrennen ist ein Volksthema, sondern offensichtlich auch das Interesse an optimaler Behandlung durch Spezialisten wie Dr. Oliver Pech.

*Dr. Klaus Muehlenberg,  
Oberarzt der Klinik für  
Gastroenterologie und  
interventionellen Endoskopie*

# Besuch der Sternsinger im Krankenhaus

**Am Sonntagnachmittag, den 5. Januar kamen 15 Ministranten der katholischen Pfarrei Herz Marien als Sternsinger in unser Krankenhaus an der Prüfeninger Straße. Der Besuch der Jugendlichen, die als Heilige Drei Könige - Kaspar, Melchior und Balthasar - gekleidet waren, ist inzwischen zur Tradition geworden.**

Krankenhauseelsorgerin Luitgard Biederer-Wutsios führte in der Aussendungsfeier in der Kirche St. Pius mit dem Evangelium vom Besuch der Sterndeuter beim Jesuskind zum Fest der „Erscheinung des Herrn – Hl. Dreikönig“ hin und sandte die Sternsinger anschließend auf die einzelnen Stationen, wo sie von Seelsorgern begleitet wurden. Dort sollten sie „Segen bringen, Segen sein“, so das Motto der Sternsingeraktion 2014.

Die Sternsinger besuchten in vier Gruppen die Patienten und ihre Angehörigen und wünschten ihnen musikalisch ein fröhliches Jahr. Gleichzeitig waren die



*Die Ministranten der Pfarrei Herz Marien als Sternsinger.*

jugendlichen Sternsinger dankbar für Geldgaben, welche dieses Jahr Flüchtlingskindern aus Malawi und weltweit zu Gute kommen. Natürlich gab es hier und da auch Süßigkeiten für die eifrigen Kinder und Jugendlichen selbst. Nachdem die Sternsinger schon drei Tage in der Pfarrei von Haus zu Haus gegangen waren und zum Abschluss die Patienten unseres Krankenhauses besucht hatten,

konnten sie sich als Dank für ihren Einsatz Würstchen und Getränke schmecken lassen.

In der Klinik St. Hedwig besuchten Sternsinger den Gottesdienst am Dreikönigsfest und brachten auch hier den Gläubigen Gottes Segen mit.

*Frater Magnus Morhardt*

# Ausbilderpreis 2013 gewonnen

Seit sechs Jahren verleiht die Stadt Regensburg unter dem Motto „Qualität sichert Zukunft“ den Ausbilderpreis an Unternehmen und Einrichtungen, die zum einen eine hohe Ausbildungsquote haben und zum anderen sich im überdurchschnittlichen Maße der Ausbildung verdient gemacht haben.

Ende des Jahres 2013 zeichnete Bürgermeister Gerhard Weber im Runtingersaal vier Regensburger Ausbilder mit dem Preis aus. Das Krankenhaus Barmherzige Brüder wurde für seine Ausbildung von Medizinischen Fachangestellten geehrt. Die beiden Ausbildungsverantwortlichen Josef Hochmuth (im Bild rechts) und Dr. Klaus Hanshans (im Bild links) nahmen den Preis entgegen. Zu den weiteren Preisträgern gehörten die Mittelbayerische Treuhandgesellschaft, die Steuerbeurteilungskanzlei



*Freudig nahm die Abordnung der Barmherzigen Brüder den Preis entgegen.*

Düsterlho und die Starkstrom Gerätebau GmbH. Die vier Preisträger wurden von einer Jury aus 1593 Firmen herausgefiltert. Als Kriterien galten Punkte wie: Ausbildungsquote, Übernahmekquote, Zusammenarbeit mit der Berufsschule

oder persönliche Betreuung. Alle nominierten Betriebe stellten sich in einer Ausstellung zum Ausbilderpreis 2013 im Foyer der VHS am Haidplatz mit großflächigen Präsentationen vor.

*sui*

# Adventskonzert in Krankenhauskirche

**Am 14. Dezember lud der Förderverein des Krankenhauses zu vorweihnachtlichen Klängen in die Kirche St. Pius ein.**

Eine schöne Einstimmung auf Weihnachten war auch in diesem Jahr das vorweihnachtliche Benefizkonzert, das am 14. Dezember unter dem Titel „Musik im Advent aus Renaissance und Gegenwart“ in der Piuskirche stattfand. Damit setzte der Förderverein die gelungene Zusammenarbeit mit der Hochschule für Katholische Kirchenmusik und Musikpädagogik Regensburg (HfKM) fort. Zum ersten Mal richtete sich Prof. Ernst-Dietrich Kreuser, der Vorsitzende des Fördervereins, in seiner Begrüßungsrede auch an die Patienten in den Krankenzimmern, denn das Konzert wurde sozusagen als Premiere live in die Patientenzimmer übertragen.

## Feine Auswahl vorweihnachtlicher Klänge

Die Studentinnen und Studenten des Seminars „Vokale Kammermusik“ unter der Leitung des ehemaligen Domspatzes Klaus Wenk, präsentierten eine feine Auswahl an vorweihnachtlichen Gesängen und Liedern, die von feierlichen Marien-Motetten der Renaissance bis zu zeitgenössischen Advent-Chorsätzen reichten. So waren unter anderem Orlando di Lassos „Regina coeli laetare“, „Es kommt ein Schiff geladen“ von Marcus Gerrarius und Christnacht von Florian Mayr, Teil des Programms.



*Die Geschwister Anna Maria und Michael Wehrmeyer sorgten mit ihrem Geigen- und Cellospiel für Zwischenapplaus.*

Die zahlreichen Gäste lauschten auch dem bekannten kirchlichen Weihnachtslied „Es ist ein Ros' entsprungen“ von Michael Praetorius, das vom Vokalensemble der Hochschule vorgetragen wurde und für eine ganz besondere Stimmung in der Kirche sorgte. Zwischen den Auftritten des Vokalensembles und den Studenten des Seminars „Vokale Kammermusik“ beeindruckte der junge Organist Ikeda Fukutaro aus Japan mit seinen außergewöhnlichen Darbietungen einiger Orgelstücke Johann Sebastian Bachs und eigener Improvisationen.

## Begabte Geschwister

Mit ihrem virtuosens Geigen- und Cellospiel begeisterten auch die Geschwister

Anna Maria und Michael Wehrmeyer. Die Jungstudenten trugen eine Pasticaglia, ursprünglich ein spanischer Volkstanz, über ein Thema von Georg Friedrich Händel vor und sorgten für Zwischenapplaus in der sonst so andächtigen und stillen Atmosphäre.

Prior Frater Benedikt Hau betonte in seinen abschließenden Worten, welche schöne Möglichkeit Musik sei, sich auf Weihnachten einzustimmen, zur Ruhe zu kommen und nachzudenken. Für die Darbietung der adventlichen Stücke bedankte er sich herzlich bei den Künstlern des Abends, den Mitgliedern des Fördervereins galt sein Dank für die Organisation des Konzerts.

*Franziska Zilch*



*Das Vokalensemble der Musikhochschule zusammen mit den Studenten des Seminars „Vokale Kammermusik“.*

# Selbstfürsorge als Burnout-Prophylaxe

**Auch im vergangenen Jahr fand wieder ein Workshop für Mitglieder von Selbsthilfegruppen im Raum Regensburg statt.**

Unter der Leitung der Diplom-Psychologinnen Astrid Hubmann und Karin Nusko konnten die sieben Teilnehmer am 8. und 9. November 2013 theoretische und praktische Erfahrungen zum Thema „Burnout und Selbstfürsorge als Burnout-Prophylaxe“ sammeln. Das Thema wurde zunächst mit einer Symbolgeschichte eingeführt. Die Teilnehmer sollten die Geschichte und deren Charaktere in Bezug auf verschiedene Formen von Arbeits- und Erholungsverhalten analysieren und ergründen, wie viel von welchen Charakteren sie in ihrer eigenen Person wiederfinden. Danach erfolgte eine theoretische Einführung ins Thema Burnout und Burnout-Gefährdung, die von verschiedenen ressourcenstärkenden Übungen wie der „Übung zum guten Stand“ umrahmt wurden.

Am Folgetag wurden Messinstrumente zum Burnout vorgestellt, durchgeführt und ausgewertet. Außerdem wurden Übungen und Methoden zur Burnout-Prophylaxe vorgestellt, um wieder Kraft zu schöpfen, um Abstand von beruflichen



Karin Nusko



Astrid Hubmann

Inhalten zu bekommen und um ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Arbeit und Erholung zu schaffen. Von den Teilnehmern gewünscht war wie in jedem Jahr auch ein Forum für den fachlichen Austausch und Fallvorstellungen zum Thema Überlastung in der Arbeit, mangelnde Abgrenzung und fehlender Ausgleich in der Freizeit. Hier wurde nochmals rege diskutiert und nach möglichen Lösungsansätzen gesucht. Die Veranstaltung erhielt positive Rückmeldung, eine Folgeveranstaltung zum Thema Selbstvertrauen und Selbstsicherheit ist für Herbst 2014 geplant.

## Was ist Burnout und wie kann man vorbeugen?

### Die häufigsten Anzeichen für einen Burnout sind:

- Lustlosigkeit, Übellaunigkeit, Geiztheit
- Versagensängste, Gefühle der Sinnlosigkeit
- Angst, den Anforderungen nicht mehr gewachsen zu sein
- mangelndes Interesse am Beruf oder Aufgabenbereich
- permanente Müdigkeit, Mattigkeit, Kraftlosigkeit und Erschöpfung
- Schlafstörungen
- Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen
- Verzweiflung bis hin zu Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit
- Depressionen
- chronische Motivationslosigkeit
- Stimmungsschwankungen
- körperliche Symptome wie Kopf- und Rückenschmerzen, Magen-, Darm-Beschwerden, Schwindel, Herz-Kreislaufprobleme, häufige Infekte, Hörstörungen wie Hörsturz und Tinnitus

Nach harter geistiger oder körperlicher Arbeit erschöpft zu sein, ist ganz normal. Entspannung am Abend oder Urlaub schaffen hier Abhilfe. Wer ausgebrannt ist, dem hilft ein Urlaub nicht, der kann keinen Gang zurückschalten. Die Symptome eines Burnout sind denen einer Depression zum Verwechseln ähnlich. Deshalb sagen manche Experten, beim Ausgebranntsein handle es sich um eine Depression.

Das Burnout-Syndrom schleicht sich langsam ein. Zunächst haben wir den Eindruck, zu wenig Zeit für uns zu haben und immer am Ball bleiben zu müssen. Man läßt sich eine Arbeit und Verpflichtung nach der anderen auf, hat zwar Erfolge, ist aber trotzdem mehr und mehr mit seinem Leben und seiner Arbeitssituation unzufrieden. Zum Burnout kommt es, wenn man das Gefühl hat, in einem Hamsterrad zu sein, nur noch zu funktionieren und zu wenig für den Einsatz zurück zu bekommen. Dann kommen chronische Müdigkeit, Erschöpfung, Stimmungsschwankungen, Ärger, Angstgefühle bis hin zu Schlafstörungen und depressiver Verstimmung. Das Engagement lässt nach,

Reizbarkeit bis hin zu Aggression kommen auf, man hat das Gefühl, ausgeliefert zu sein und nichts mehr auf die Reihe zu bekommen. Man fühlt sich innerlich leer, stellt die Frage nach dem Sinn der Tätigkeit und des Lebens, leidet und fühlt sich ausgebrannt. Wir fühlen uns unverstanden von Freunden, dem Partner und den Kollegen und ziehen uns von diesen mehr und mehr zurück. Selbstzweifel tauchen auf, sowie körperliche Beschwerden. Hobbys werden aufgegeben und oft kommt Alkohol ins Spiel, um abschalten zu können. Oder es werden Aufputschmittel genommen, um trotz der Erschöpfung geistig und körperlich den beruflichen Anforderungen gewachsen zu sein.

## Ursachen

Burnout entsteht, wenn Betroffene nicht mit dem Termin- und Leistungsdruck zurechtkommen, sei es, weil sie sich selbst für ihre Tätigkeiten und Termine zu enge zeitliche Rahmen setzen, weil von „oben“

Druck gemacht wird oder Kunden und Klienten sie ständig fordern. Sie fühlen sich von anderen gehetzt und gestresst und tun sich schwer, den Anforderungen gerecht zu werden. Dadurch haben Betroffene mehr und mehr den Eindruck, in ihrer Arbeit fremdbestimmt zu sein, das heißt sie haben das Gefühl, keine Kontrolle mehr über das zu haben, was sie tun und wann sie es tun. Unzufriedenheit macht sich breit, gleichzeitig aber sehen die Betroffenen keine Möglichkeit, etwas an ihrer Situation zu ändern. Sie fühlen sich anderen und den vermeintlichen oder tatsächlichen Zwängen ausgeliefert. Die Entwicklung des Burnout wird durch Persönlichkeitsfaktoren begünstigt und verstärkt. Die fünf häufigsten sind Perfektionismus, Ehrgeiz, Helfersyndrom, Nicht nein sagen können und fehlende Stressverarbeitungsstrategien.

### Tipps für die Burnout-Prävention

1. Kosten-Nutzen-Analyse: Was mache ich gerne und was befriedigt mich? Welche Beschäftigungen mache ich nicht gerne und für welche bekomme ich nichts zurück?
2. Finden Sie einen sinnvollen Ausgleich zur Arbeit in Form von positiven Aktivitäten, die Ihnen Freude machen. Stellen Sie eine Liste auf.
3. Sport hält fit, reduziert Stress und wirkt auf Körper und Geist ausgleichend!
4. Nehmen Sie sich bewusst Zeit für Ruhepause im Tagesverlauf, gern auch inhaltlich gefüllt mit Meditationsübungen, Progressiver Muskelentspannung, Yoga etc...
5. Wo stehen Sie sich selbst im Wege, wo machen Sie sich selbst mehr Druck, als es sein müsste? Welche inneren Kritiker können Sie bei sich

entlarven? Wenn Sie solche Sabotagemechanismen aufgedeckt haben so wählen Sie einen anderen Umgang mit diesen Stressoren, lassen Sie sich gegebenenfalls hier professionell coachen.

6. Prüfen Sie, ob Sie unrealistische Erwartungen an sich haben und wenn ja, so versuchen Sie, dies zu ändern.

Sie können die anderen nicht ändern, aber Sie können durchaus bei sich anfangen und die Dinge ändern, die veränderbar sind: Sie können es nicht jedem Recht machen und sind auch nicht für alles und jeden verantwortlich. Sie werden ab und zu Fehler machen. Und vor allem: kein Mensch ist perfekt, auch Sie nicht und das müssen Sie auch nicht sein. In diesem Sinne Ihnen allen gute Gesundheit und einen achtsamen Blick für Ihren Körper und Ihre Seele!

*Astrid Hubmann, Psychologische Psychotherapeutin, Onkologie und Palliativbereich*

## Die Harl.e.kin-Nachsorge Regensburg sagt DANKE!

Spenden in Höhe von über 8.800 Euro unterstützten in 2013 das wertvolle Angebot für Familien mit einem frühgeborenen Kind



Im Januar 2014 feiert die Harl.e.kin-Nachsorge fünften Geburtstag. Das so wichtige Angebot für Eltern mit einem früh- oder risikogeborenen Kind wird vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen unterstützt, ist jedoch auf Spenden angewiesen, um den Eigenanteil an den Gesamtkosten stemmen zu können. Fast am Ende des Jahres 2013 angekommen möchte sich das Harl.e.kin-Team

bei allen Unterstützern bedanken, die mit ihrer Spende so viel Gutes ermöglichen.

Einer, der die Arbeit der Harl.e.kin-Nachsorge wie kein anderer kennt und um die Bedeutung des Angebots für Eltern weiß, ist Professor Dr. Hugo Segerer, seines Zeichens Chefarzt der Neonatologie in der Klinik St. Hedwig. Er leitet verantwortlich die Intensivstation für früh- und risikogeborene Kinder

in der Klinik, einem Perinatalzentrum Level 1. Das heißt, hier ist die höchste Versorgungsstufe gegeben. Zu seinem 60sten Geburtstag hat Prof. Dr. Segerer auf Geschenke verzichtet und seine Gäste, Verwandte, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gebeten die Harl.e.kin-Nachsorge zu unterstützen. Großartige 2.715 Euro sind zusammengekommen. Dafür ein herzliches Vergelt's Gott!

*Christine Allgeyer*

# Veranstaltungshinweise des Bildungszentrums Fort- und Weiterbildung

Als Vorschau für die Monate Februar 2014 bis März 2014 möchten wir über folgende Veranstaltungen informieren:

## Februar 2014

### Briefe und E-mails – zeitgemäß und treffend formuliert

Termin: 04.02.2014 und 18.02.2014  
Uhrzeit: 9.00 - 16.30 Uhr  
Veranstaltungsort: W1, Haus St. Wolfgang  
Referent: Sabine Schüttloher, M.A. Germanistin  
Zielgruppe: Mitarbeiter aus Verwaltung und Sekretariat im Krankenhausverbund sowie externe Teilnehmer, die häufig E-Mails und Briefe schreiben

### Basale Stimulation - Basiskurs

Termin: 18.- 19.02.2014 und 09.04.2014  
Uhrzeit: 9.00 – 16.15 Uhr  
Veranstaltungsort: WP 2, Wohnheim St. Pius  
Referent: Uwe Detter, Trainer für Basale Stimulation  
Zielgruppe: Pflegefachkräfte und Therapeuten im Krankenhausverbund und externe Teilnehmer im Umgang mit schwerstpflegebedürftigen Patienten im Krankenhaus

## März 2014

### Comskil

Termin: 12.03.2014 und 21.05.2014  
Uhrzeit: 12.45 – 17.15 Uhr  
Zielgruppe: Mediziner, Psychologen, Pflegefachkräfte und Therapeuten der Onkologie im Krankenhausverbund  
Referent: Dipl. Psych. Astrid Hubmann  
Anmeldung: erforderlich!

### Kinästhetik Infant Handling

Termin: 24.03.2014, 25.03.2014 und 22.05.2014, 23.05.2014  
Uhrzeit: 9.00 – 16.15 Uhr  
Zielgruppe: Pflegefachkräfte und Therapeuten im Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern  
Referent: Dipl. Psych. Astrid Hubmann  
Anmeldung: erforderlich!

### Arbeitsrecht für Führungskräfte

Termin: 26.03.2014  
Uhrzeit: 9.00 – 16.15 Uhr  
Zielgruppe: Führungskräfte aus der Medizin, Pflege, Verwaltung des Krankenhauses  
Referent: Melanie Guth, Justiziarin  
Anmeldung: erforderlich!

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung. Ausführliche Informationen finden Sie in unserem Fort- und Weiterbildungsprogramm 2014, das Ihnen in Kürze in gedruckter Form wieder zur Verfügung steht.

Gerne möchten wir auch auf die Veranstaltungen des Fortbildungsreferats Kostenz aufmerksam machen.

Wir laden Sie herzlich ein und wünschen Ihnen eine erfolgreiche Fortbildung!

Mit besten Grüßen

Jutta Brose  
Leitung Fort- und Weiterbildung





## Lilo Sillner überrascht ihr „Patenkind“

Nicht mehr lange, dann feiert die Harl.e.kin-Nachsorge ihren 5ten Geburtstag. Die Patin des Projekts Lilo Sillner, Geschäftsführerin der Labertaler Heil- und Mineralquellen, mag dies zum Anlass genommen haben, um mit einer großartigen Spende in Höhe von 2.000 Euro ihr Patenkind zu überraschen.

Gerne hat sie 2009 die Patenschaft für das Angebot der KJF, das diese in Kooperation mit der Klinik St. Hedwig der Barmherzigen Brüder in Regensburg bereitstellt, übernommen. Ist sie doch selbst Mutter zweier Kinder und kann die Ängste und Sorgen von Eltern um ihr Kind gut nachfühlen. Auch passt eines der Produkte der Labertaler Heil- und Mineralquellen gut zum Nachsorgeangebot, denn das Mineralwasser aus dem Stephanie Brunnen ist hervorragend zur Zubereitung von Babynahrung geeignet. Lilo Sillner hat Harl.e.kin in den vergangenen fünf Jahren immer wieder gerne unterstützt – ganz so, wie man es sich von einer Patin wünscht.



*Bildunterschrift: Das Harl.e.kin-Team, Prof. Dr. Hugo Segerer (Mitte), Pflegedirektor Gerhard Harrer (1.v.li.) und KJF-Abt.leiter Bertin Abbenhues (1.v.re.) freuen sich über die Spende von Lilo Sillner (2.v.re.).*

Bei Harl.e.kin kümmert sich ein Team intensiv um früh- und risikogeborene Kinder und deren Eltern, wenn diese aus der Klinik St. Hedwig entlassen werden und ihre erste gemeinsame Zeit zu Hause verbringen. Das Nachsorgeangebot

wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen gefördert, zum Teil muss es jedoch aus Spendenmitteln finanziert werden.

## „Junge Frauen“ spendeten 300 Euro für die Harl.e.kin-Nachsorge

Bereits im Jahr 2012 wurden die „Jungen Frauen“ vom Frauenkreis Ettmannsdorf auf die Harl.e.kin-Nachsorge in Regensburg aufmerksam und verzichteten auf Geschenke zum 10jährigen Bestehen, um früh- und risikogeborene Kinder und deren Familien zu unterstützen.

Den „Jungen Frauen“ gefiel das Projekt so gut, konnten Sie sich doch als Mütter sehr gut in die Situation der betroffenen Familien hineinversetzen, und so entstand die Idee, das Nachsorgeangebot auch weiterhin zu fördern. Bei den monatlichen Treffen wurde das eigens dafür aufgestellte Schweinchen gefüllt und zum Jahresende hin hatten sich stattliche 300,00 € angesammelt. Im Rahmen der jährlichen Weihnachtsfeier des Frauenkreis Ettmannsdorf konnte die großzügige Spende dann überreicht werden. Bei der Übergabe durch die Frauenkreis-Vorsitzende Elvira Scharf und die Leiterin der „Jungen Frauen“ Brigitte Handl waren Angelina Ernst und Monika Schäffer vom Harlekin-



Team aus Regensburg sichtlich erfreut und bedankten sich für die großartige Idee und die Einladung zu der besinnlichen Weihnachtsfeier. Beim Abschied freuten sich alle darauf, sich im nächsten Jahr kurz vor Weihnachten wieder zu sehen.