

HERZ·ECHO



**Kompetenz trifft
Einsatzstärke.
Im Notfall schnell
und sicher versorgt.**

Wenn es um die Notfallversorgung bei Herz- und Kreislauferkrankungen geht, ist das MEDICLIN Herzzentrum in Lahr die richtige Adresse.



Leistungsstarke medizinische Versorgung fürs Herz rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr. Das MEDICLIN Herzzentrum Lahr ist immer erreichbar. Notfälle werden sofort aufgenommen und die Übernahme per Luft oder Boden organisiert.

Sonntag, kurz nach ein Uhr nachts: Beim diensthabenden Stationsarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie kündigt der Notarzt einen Patienten mit Verdacht auf schweren Herzinfarkt an. Er muss zur Abklärung sofort ins Herzkatheter-Labor. Dort kann die nötige wichtige Diagnostik durchgeführt werden. Bei einem Herzinfarkt zählt jede Sekunde. Sofort wird am Herzzentrum Lahr alles Nötige vorbereitet. Der Oberarzt und das Herzkatheter-Team stehen bereit, als der Patient um 1.35 Uhr im Krankenwagen eintrifft. Der 57-jährige Patient klagt über brennende Schmerzen im

Brustkorb, die in den linken Arm ausstrahlen. Das EKG zeigt die Zeichen eines großen akuten Vorderwandinfarkts. In der Ultraschalluntersuchung sind deutliche Störungen der Muskelkontraktion des linken Herzens zu sehen. Das Herz des Patienten wird nicht ausreichend mit Blut versorgt. Der Patient schwebt in Lebensgefahr! Jederzeit kann es zum Kreislaufstillstand kommen.

Die richtige Notfalldiagnostik und die medizinische Ausstattung sind entscheidend

Im Herzkatheter-Labor steht das Team bereit für den rettenden Eingriff. Dr. Grunebaum, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie, schiebt einen Katheter über das rechte Handgelenk bis zu den Herzkranzarterien. Kontrastmittel

wird gespritzt. Live-Röntgenbilder offenbaren einen verengten Gefäßast, verschlossen durch ein Blutgerinnsel. Grunebaum führt einen Draht durch den Gefäßverschluss. Durch eine Ballonerweiterung wird das Gefäß geöffnet und ein Stent implantiert. Die Blutversorgung des Herzens ist wiederhergestellt, der Patient innerhalb weniger Minuten beschwerdefrei. Die Anspannung im Team der Herzspezialisten weicht. Verdacht auf Herzinfarkt – einer der typischen Notfälle, die ins Herzzentrum eingeliefert werden. Die Spezialisten dort sind sieben Tage die Woche 24 Stunden erreichbar. Notärzte und andere Krankenhäuser weisen ein; Menschen mit Beschwerden rufen an oder kommen vorbei. Indikationen, die das Herz- und Kreislaufsystem betreffen, sind hier bestens aufgehoben. „Herzinfarkt, Herzmuskelentzündungen, Infektionen der Herzklappen, Zerreißen der Hauptschlagader oder ein kardiogener Schock sind die häufigsten schweren Notfälle, die bei uns vorgestellt werden“, erklärt Grunebaum. Herzkatheterlabor, neueste Computertomographie, Intensivstation und ein Hybrid-OP stellen die umfassende und schnellstmögliche medizinische Versorgung sicher. In Hochrisikosituationen ein unschätzbare, wenn nicht entscheidender Vorteil für den betroffenen Patienten.

Auf Abruf einsatzbereit

Innerhalb der Klinik gibt es rund um die Uhr das Reanimationsteam, bestehend aus zwei Intensivpflegekräften und einem Arzt, das im Notfall abrufbereit ist. Stefan Rakow, Gesundheits- und Kranken-

pfleger mit Fachweiterbildung Anästhesie und Intensivmedizin, und Anästhesie-Oberarzt Dr. Claudius Fischer gehören dazu. Klingelt das Notfalltelefon auf der Intensivstation, sprinten sie ausgestattet mit dem roten Notfallsack und den wichtigsten Medikamenten los, um auf der anfragenden Station zu helfen. „Bei einem Notfall übernehmen wir den Patienten und

stabilisieren ihn. Danach kommt dieser je nach Befund zur Behandlung auf die Intensivstation, ins Herzkatheterlabor oder in den OP“, erklärt Rakow. Als zertifizierter Mega Code Trainer ist er auch für interne und externe Reanimationsschulungen zuständig. Eine verantwortungsvolle Aufgabe, schließlich geht es darum Menschenleben zu retten.



**KLINIK-TEAM DER SPITZENKLASSE:
HIER SCHLÄGT DAS HERZ FÜR BESTLEISTUNG.**



Die Kliniken für Herzchirurgie und Kardiologie des MEDICLIN Herzzentrums Lahr gehören zu den besten Kliniken in Deutschland. Zum fünften Mal wurden sie 2018 in die Focus Bestenliste aufgenommen.

**24 h-Bereitschaft
an 365 Tagen im Jahr**

Kardiologie:
Tel. +49 7821 925 2222
Herzchirurgie:
Tel. +49 7821 925 2221

Leben retten will trainiert sein

Etwa 50.000 Menschen erleiden in Deutschland jedes Jahr einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Gut zu wissen, worauf es im Notfall ankommt.



Stefan Rakow (links) und Oberarzt Dr. Claudius Fischer gehören zum Reanimationsteam am Herzzentrum Lahr.

Notfalltraining. Da steigt der Adrenalinspiegel. Durch das regelmäßige Trainieren ist man vertrauter mit der Situation und bleibt im Ernstfall ruhiger. Und das ist eine Voraussetzung, um sicher zu handeln und Menschen zu helfen.

Wie gehen Sie selbst mit schwierigen Erlebnissen um?

Rakow: Im Lauf der Zeit prägt sich da natürlich ein professioneller Umgang aus. Gefühle bleiben beim Einsatz erstmal außen vor. Wir müssen schnell agieren und konzentriert Hilfeleistung geben. Gut ist, zu wissen, man kann sich absolut auf die Kollegen verlassen. Jeder Handgriff sitzt und die Abläufe sind eingespielt. Nachbesprechungen sind ganz wichtig, um später die Erlebnisse emotional verarbeiten zu können. Und um das Handeln nochmal zu reflektieren.

Welche Standards haben Sie für die Klinik erarbeitet?

Rakow: Einmal im Jahr besuchen wir eine Reanimationsschulung, bei der die aktuellen ERC-Leitlinien, Richtlinien des European Resuscitation Councils, vorgestellt und praktische Übungen durchgeführt werden. Neue Mitarbeiter am Herzzentrum werden langsam eingearbeitet und von einer erfahrenen Person begleitet. Auch medienpädagogische Gesprächstechniken gehören zu den Schulungen. Schließlich ist es wichtig, den Patienten und Personen, die beim Notfall anwesend waren, so zu befragen, dass man schnell die entscheidenden Fakten kennt. Alle fünf Jahre werden neue Leitlinien veröffentlicht. Auch wir als Mega Code Trainer unterliegen der Pflicht auf aktuellstem Wissensstand zu agieren und Schulungen durchzuführen.

Rakow: Wir Mega Code Trainer sind für die Schulungen aller Mitarbeiter im Haus zuständig. Dafür gibt es Leitlinien, die eingehalten werden müssen. Das Training folgt einem bestimmten Algorithmus, der an einer Puppe geübt wird. Unser Reanimationsteam präsentiert aber auch Wiederbelebungsmaßnahmen für Laien, zum Beispiel für Unternehmen oder an Aktionstagen. Wir unterstützen bei Reanimationsübungen und stehen für Fragen zur Verfügung.

Einmal im Monat führen Sie ein Training in der Klinik durch. Warum ist das sinnvoll?

Rakow: Das regelmäßige Training erfolgt mit allen Angestellten, also auch der Verwaltung, der Technik,



Etwa 50.000 Menschen erleiden in Deutschland jedes Jahr einen Herz-Kreislauf-Stillstand außerhalb des Krankenhauses. Nach Alarmierung des Rettungsdienstes trifft dieser im Durchschnitt nach acht Minuten ein. Doch das Gehirn wird bereits nach drei bis fünf Minuten ohne Blutfluss unwiederbringlich geschädigt.

Ein sehr knappes Zeitfenster also, in dem eine Reanimation die Überlebenschancen des Betroffenen verdoppeln bis verdreifachen kann. Stefan Rakow gehört zum Reanimationsteam, das der Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin am Herzzentrum Lahr unter Leitung von Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Jan N. Hilberath angehört. Rakow besitzt die Fachweiterbildung Anästhesie und Intensivmedizin und ist Mega Code Trainer. Was sich für den Laien kryptisch anhört, bedeutet nichts anderes als eine hohe Kompetenz in der Notfallversorgung, die auch Schulungen mit einschließt.

Herr Rakow, was bedeutet Mega Code Training?

Stefan Rakow: Unter Mega Code Training versteht man die Herz-Lungen-Wiederbelebung, die nach einem bestimmten Algorithmus erfolgen muss. Der Mega Code ist Standard für Rettungsdienstfachpersonal, muss regelmäßig trainiert und durch eine Zertifizierung abgesichert werden. Dadurch soll die Notfallkompetenz gewährleistet werden, die die Einsatzkräfte befähigt bis zum Eintreffen des Arztes entsprechende Maßnahmen durchführen zu können.

Was gehört zu Ihren Aufgaben als Mega Code Trainer?

dem Empfang oder der Kantine. Zu wissen, wie man in einer Notfallsituation angemessen reagiert, ist absolut wichtig, um eine professionelle Routine zu entwickeln. Und wir trainieren regelmäßig die Zusammenarbeit und Abläufe zwischen Ärzten und Pflege. Wiederholung und Übung prägen sich ein.

Hilft Üben in einer Notssituation kühlen Kopf zu bewahren?

Rakow: Ja, unbedingt. Wir versuchen Anspannung zu simulieren. Mitarbeiter werden unangekündigt von der Arbeit abgerufen für das



ERKLÄR MIR

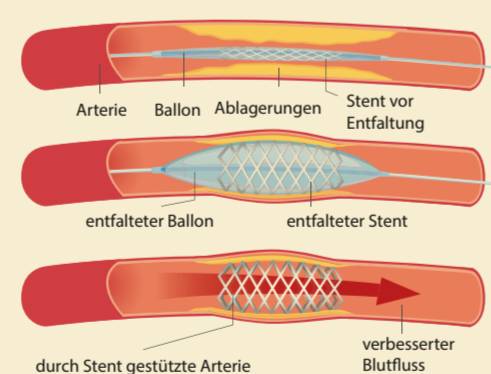


HERZKATHETER-UNTERSUCHUNG

Ob bei Verdacht auf Herzinfarkt oder einem anderen Notfall, der auf eine Beeinträchtigung des Herz- und Kreislaufsystems hindeutet – das Herzkatheter-Labor kann Antworten auf wichtige Fragen liefern: Wie ist die Pumpkraft des Herzens? Wie die Durchblutung des Herzmuskels? Gibt es Verengungen oder Undichtigkeiten der Herzklappen? Eine Untersuchung im Herzkatheter-Labor bringt schnell Klarheit. Es ist nicht nur für die Diagnose wichtig, sondern auch für die Behandlung vieler Herzerkrankungen.

SCHONENDE DIAGNOSE, GEZIELTE BEHANDLUNG

Die Untersuchung erfolgt minimalinvasiv über einen Katheter, der über eine Arterie bis zum Herzen eingeführt wird. Die Bewegung des Katheters ist völlig schmerzfrei, da in den Gefäßen und im Herzen keine entsprechenden Gefühlsnerven vorhanden sind. Über die Gabe von Kontrastmittel und die Röntgenaufnahmezeichnung können die Ärzte am Bildschirm erkennen, wo Gefäße geschädigt sind oder eine Verengung vorliegt. Die Zugänge erfolgen unterschiedlich, je nachdem welcher Herzbereich angesteuert werden soll. Die Untersuchung via Linkskatheter ist die häufigste, sie dient vor allem dazu die Herzkranzgefäße unter die Lupe zu nehmen und bei einer Verengung das Gefäß mittels eines Ballons zu dehnen, damit das Blut wieder fließen kann. Um eine erneute Verengung zu verhindern, wird häufig eine Gefäßstütze, ein sogenannter Stent, eingesetzt.



„Zu trainieren, wie man in einer Notfallsituation angemessen reagiert, ist absolut wichtig, um eine professionelle Routine zu entwickeln.“

Stefan Rakow, Gesundheits- und Krankenpfleger der Klinik für Intensivmedizin und Mega Code Trainer



Vorbereitung für das CT: Innovative Technologie ermöglicht detaillierte Darstellungen bei recht geringer Strahlendosis.

Neu im Herzzentrum Lahr – das modernste CT der Region

Computertomographie ist eines der wichtigsten bildgebenden Verfahren, insbesondere bei kardiologischen Erkrankungen. Das Herzzentrum Lahr verfügt jetzt über eines der leistungsstärksten Systeme in der Region.



Die medizinische Leitung des Herzzentrums Lahr Priv.-Doz. Dr. Jan N. Hilberath, Prof. Dr. Ralf Sodian und Prof. Dr. Eberhard von Hodenberg mit Priv.-Doz. Dr. Tobias Baumann und Prof. Dr. Harald Brodoefel (v.l.n.r.).

Für eine CT-Untersuchung führt der Weg für Patienten nun bequem per Aufzug ins Untergeschoss des Herzzentrums Lahr. Das neue hochmoderne CT wird in Kooperation mit dem Institut für Radiologie am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim unter der Leitung von Prof. Dr. Harald Brodoefel sowie der Praxis Radiologie Team Ortenau gemeinsam betrieben. „Wir schätzen die kollegiale Atmosphäre und freuen uns, dass wir mit diesen kompetenten Partnern das wohl modernste CT der Region betreiben“, so die Kaufmännische

Direktorin des MEDICLIN Herzzentrums Lahr Kathrin Heuing.

CT der neuesten Generation

Als präzises bildgebendes Verfahren ist die Computertomographie heute von großer Bedeutung. Die am Herzzentrum in Lahr eingesetzte innovative hochauflösende Technologie zeigt feinste Strukturen wie Herzkranzgefäße und das bei geringer Strahlungsbelastung für den Patienten. „Neueste iterative Bildrekonstruktion ermöglicht Aufnahmen mit

einer räumlichen Auflösung von bis zu 0,3 Millimetern“, erläutert Prof. Dr. Harald Brodoefel. Auch in der Notfallmedizin leisten CT-Aufnahmen wichtige Hilfestellungen, denn sie liefern sekundenschnell relevante Informationen für die Therapieentscheidung. „Dies ist vor allem bei Schlaganfällen und inneren Verletzungen von größtem Vorteil. Die Darstellung von Gefäßveränderungen gelingt bis ins kleinste Detail“, bestätigt Priv.-Doz. Dr. Tobias Baumann vom Radiologie Team Ortenau. Bei der Computertomographie liegt der Patient in einem abgetrennten Raum auf einem fahrbaren Tisch. Dieser wird durch einen Ringtunnel, die Gantry, geführt. Sie rotiert um den Körper und sendet fächerförmig Röntgenstrahlung aus. Diese wird von einem Detektorenkranz aufgenommen, die Daten per Computer ausgewertet. Aus unterschiedlichen Perspektiven können detaillierte Ansichten erzeugt werden. Bei Arterien, weichem Gewebe, wie inneren Organen und Muskulatur, geben CT-Aufnahmen weit bessere Aufschlüsse als herkömmliche Röntgenaufnahmen. Von dieser wertvollen bildgebenden Diagnostik können jetzt die behandelnden Herzspezialisten und die Patienten des Herzzentrums profitieren.

„Das CT ist eine wesentliche Voraussetzung für eine effiziente und gute Notfallversorgung.“

Prof. Dr. Ralf Sodian, Chefarzt der Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie am MEDICLIN Herzzentrum Lahr



Prof. Dr. Ralf Sodian, Chefarzt der Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie, über die Vorteile des CT.

Herr Prof. Sodian, seit September 2018 verfügt das MEDICLIN Herzzentrum Lahr über neueste Computertomographie. Warum ist dies so wichtig?

Durch modernste Technologie können wir unsere Patienten auf neuestem Wissensstand mit den entsprechenden, auch schonenderen Verfahren behandeln.

Prof. Dr. Sodian: Computertomographie ist ein modernes bildgebendes Verfahren. Insbesondere für die Behandlung komplexer Fälle ist es von größter Wichtigkeit, um ein medizinisch klares Bild der Situation zu gewinnen. In der Herzchirurgie nutzen wir CT-Aufnahmen für die Aorten-chirurgie, Transkatheterchirurgie, interventionelle Verfahren oder um Fehlbildungen zu erkennen.

Gilt das in erster Linie für minimalinvasive Verfahren?

Sodian: Grundsätzlich ja, aber nicht nur. Ein CT ermöglicht überlagerungsfreie und sehr präzise Einblicke. Das hilft uns sehr für die Entscheidungsfindung. Je genauer wir uns ein Bild der Situation des Patienten machen können, desto eindeutiger lässt sich bestimmen, welche Therapie die individuell beste Lösung ist.

Für welche Verfahren wird diese Diagnostik gebraucht?

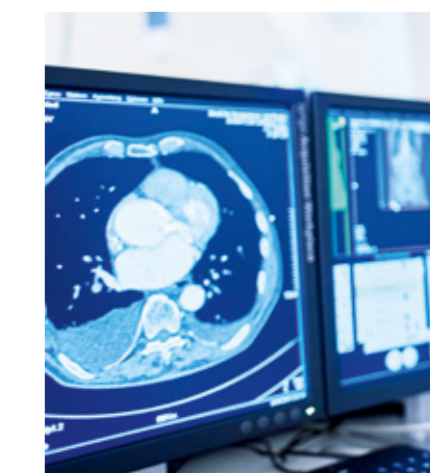
Sodian: Die Herzchirurgie differenziert sich zunehmend. Wir können immer komplexere Fälle mit unterschiedlichen Methoden behandeln. Viele Eingriffe werden heute minimalinvasiv oder mit Hybrid-Techniken, das heißt unter Einsatz eines Herzkatheters und mit Blick auf den Monitor, behandelt. Um dies auf hohem Niveau durchführen zu können, bedarf es einer detailgenauen Diagnostik.

Wie profitieren Patienten?

Sodian: Wir möchten Patienten die optimale Behandlung ermöglichen. Das CT ist ein Gewinn an Sicherheit. Und mit dieser hochdifferenzierten Technik ist es auch möglich Koronarerkrankungen zu erkennen. So können wir dem ein oder anderen Patienten eine unter Umständen unnötige Herzkatheter-Untersuchung ersparen.

Wie unterstützt ein CT bei der Notfallversorgung?

Sodian: Das CT ist eine Voraussetzung für eine effiziente und gute Notfallversorgung. Schließlich zählt hier jede Sekunde. Mit dem CT sind wir in der Lage, Notfallpatienten noch besser und schneller zu helfen. Auch für die Menschen der Region ist es ein Gewinn, wenn sie maximal kompetent versorgt werden. In Zusammenarbeit mit den Kollegen des Ortenau Klinikums gelingt uns das schon sehr gut. Wir wollen aber stetig noch besser werden.





„Dass ich heute wieder so fit bin, grenzt an ein Wunder!“

lebensgefährlich reduziert. Wir mussten schnellstmöglich handeln“, so Bauer, der dem Patienten unter Narkose mit dem Herzkatheter eine mechanische Kreislaufunterstützung implantierte. Mithilfe dieses Systems konnten wir das Herz des Patienten komplett entlasten. Das war entscheidend, damit sich der geschädigte Herzmuskel erholen und der Infarkt ‚abkühlen‘ konnte.“ Die notwendige Arterien-Bypass-Operation zur grundsätzlichen Behandlung erfolgte dann einige Tage später. Bei einem schweren Herzinfarkt, wie ihn Jochen Sülflow erlebte, ist die Blutversorgung des Herzens nicht mehr gewährleistet. Ursache sind Einengungen an den Herzkranzgefäßen.

Achtsamer Leben mit Bypass

Nach der erfolgreichen Bypass-OP und drei Wochen in der Klinik schloss sich für den Patienten eine dreiwöchige Reha an. Heute, rund fünf Monate später, schätzt sich Sülflow glücklich wieder seiner grünen Passion nachgehen zu können. „Ich kann eigentlich fast wieder all das tun, was mir Spaß macht. Natürlich muss ich noch lernen, mich etwas zu bremsen. Aber da passt Petra schon auf“, lacht Sülflow. Blutverdünnende Medikamente muss er ebenfalls regelmäßig nehmen. Das Rauchen hat er nach dem einschneidenden Ereignis eingestellt. Abends geht es eine halbe Stunde auf den Fitnesstrainer für

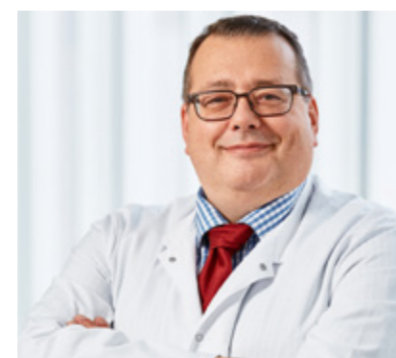


Etwas achtsamer als vor dem Herzinfarkt – das Werkeln im Garten kann Jochen Sülflow heute wieder genießen.

Bypass – Herzversorgung via Umleitung

Die Durchblutungsstörung, die bei einem Herzinfarkt die Blutversorgung des Herzens drastisch reduziert, wird über eine Bypass-Operation behoben. Ein Bypass ist eine Art Umleitung: Der Herzchirurg überbrückt die verengte Stelle des betroffenen Herzkranzgefäßes, indem er ein intaktes Gefäß – im Fall von Jochen Sülflow die Brustwandarterie – anschließt. „Die Bypass-OP am Herzen zählt zu den heute wohl häufigsten Herzoperationen“, so Bauer. „Zur Vorbereitung auf die Operation werden Lage und Schweregrad der Gefäßverengung mithilfe einer Herzkatheteruntersuchung bestimmt.“ Nach der erfolgreichen OP wurde Sülflow auf der Intensivstation des MEDICLIN Herzzentrums Lahr überwacht. Er und seine Ehefrau Petra sind immer noch beeindruckt über die Herzlichkeit und die umsorgende Betreuung des Teams unter Leitung von Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Jan N. Hilberath. „Ich habe in meiner beruflichen Laufbahn in verschiedenen Kliniken gearbeitet, daher ist mir der Alltag vertraut. Eine so hervorragende Behandlung ist mir nie begegnet. Jeder Schritt der Therapie wurde meinem Mann und mir genau erklärt mit viel Geduld und Freundlichkeit.“ Jochen Sülflow bestätigt das lächelnd. „Das tat einfach unglaublich gut, wie sich die Ärzte und Pflege um mich gekümmert haben. Das gab mir soviel Sicherheit und Zuversicht. Ich glaube, das war nicht unwesentlich für meine Genesung. Tolle Ärzte und ein klasse Team! Dem Herzzentrum Lahr verdanke ich mein Leben!“

ein sanftes Kardiotraining. Und er geht regelmäßig zur medizinischen Nachsorge. Bei den Kontrolluntersuchungen wird überprüft, ob der Bypass noch gut durchblutet wird und ob andere Arterien von der koronaren Herzerkrankung, die die Verengungen in den Herzkranzgefäßen verursacht, betroffen sind. „Viele Patienten sind noch Jahre nach der OP beschwerdefrei. Sie können ein fast normales Leben führen“, weiß Prof. Stefan Bauer. Wichtig ist es Risikofaktoren wie Stress zu vermeiden. Und mit Bewegung und gesunder Ernährung lässt sich viel für die Gesundheit tun.“



„Inzwischen hat sich die Herzfunktion des Patienten auf Normalwerte erholt.“

Prof. Dr. Stefan Bauer, leitender Oberarzt der Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie

Ein strahlender Herbsttag im Oktober – ideal, um den Garten winterfest zu machen. Jochen Sülflow sammelt das Laub des Walnussbaums vom Rasen und schafft es auf den Kompost. Schaut man dem 63-jährigen bei der Arbeit zu, glaubt man nicht, dass er vor einem knappen halben Jahr einen schweren Herzinfarkt hatte.



Jochen Sülflow ist Gärtner aus Passion.

Der Hobbygärtner lebt mit seiner Ehefrau Petra im eigenen Haus in Schutterzell bei Offenburg. Seine Leidenschaft gehört dem riesigen Garten, der direkt beim Haus mit rund 1.000 Quadratmetern viel Raum für Pflanzen und Pflegen bietet.

Der Gemüsegarten, in dem im Sommer Möhren, Erbsen, Tomaten, Salate und Beeren wachsen, ist nun weitestgehend abgeräumt. Äpfel und Walnüsse, die es dieses Jahr in Hülle und Fülle gab, sind geerntet. Sülflow stützt sich auf den Rechen, reckt das Gesicht in die Sonne und genießt es die frische Herbstluft in sich aufzusaugen. Für ihn grenzt es an ein Wunder, dass er heute hier steht. Im Mai traf ihn ein schwerer

Herzinfarkt. Wie aus dem Nichts! Anzeichen gab es keine, weder Herzbeschwerden noch Schwächegefühle, wie sie manchmal als Symptome im Vorfeld eines Infarktes auftreten. „Nachts wachte ich plötzlich mit Atemnot auf, die immer schlimmer wurde“, so Sülflow. Ehefrau Petra entschied sofort den Notarzt zu rufen. Ihr Mann wurde schließlich mit dem Krankenwagen ins Herzzentrum Lahr gebracht. Hier konnte ihm in buchstäblich letzter Sekunde geholfen werden. Modernste Gerätemedizin und das beherrzte Eingreifen von Prof. Dr. Stefan Bauer retteten ihm das Leben. „Wir nahmen den Patienten von den Kollegen aus dem Krankenwagen direkt in den Hybrid-OP-Saal. Seine Herzfunktionen waren



Das schönste Geschenk zum Fest der Liebe? Entschleunigung!

Wer hätte gedacht, dass vor und an den Festtagen die Herzinfarktquote steigt?!

Doch statt gemeinsam eine glückliche Zeit im wohligen Ambiente zu genießen – scheinen viele sich vor allem im Vorfeld der Festtage vom Druck der Perfektion antreiben zu lassen.

Damit verbunden sind Stress und Anspannung. Und die können tatsächlich krank machen. Zu Weihnachten herrscht an den Kliniken Hochkonjunktur für Notfälle. Laut Ärztezeitung werden an den Weihnachtstagen ein Drittel mehr Menschen wegen eines Herzinfarkts ins Krankenhaus eingeliefert als im Jahresdurchschnitt. Vor allem Männer sind betroffen, wie Datenerhebungen belegen. Stress steigert das Herzinfarkt-Risiko. Deshalb rät Prof. Stefan Bauer sich bewusster aufs Fest vorzubereiten. Sich selbst und die Bedürfnisse ernst zu nehmen. Einfach mal einen Gang zurückschalten, hohe Erwartungen herunterzuschrauben; rechtzeitig mit dem Besorgen der Geschenke beginnen oder besprechen, dass jeder etwas mitbringt. All das kann helfen Stress in Grenzen zu halten. Gemeinsam gemütlich zu kochen, kann schon Teil des Genießens sein. Und vielleicht braucht es ja gar nicht das opulente 5-Gänge-Menü mit im Ofen stundenlang brutzelnder Gans, sondern bietet eine leichte Menü-Variante ebenfalls kulinarische Glücksgefühle im Bauch? Am besten ausprobieren!

REZEPT

FRUCHTIGE SCHOKO-HAFER-COOKIES

- Zutaten:**
 125 g Butter
 125 g brauner Zucker
 1 Ei
 100 g zarte Haferflocken
 1 EL Milch
 Vanillemark
 125 g Dinkelvollkornmehl
 1 EL Kakao
 ½ TL Backpulver
 100 g gehackte Zartbitterschokolade
 eine Handvoll gehackte Cranberries
 1 Prise Salz

Haferflocken, Dinkelmehl, Vanillemark, Backpulver, Cranberries, Schokolade, Zucker und Kakao locker mischen. Die Butter in Stücke schneiden und mit Milch und Ei dazugeben. Mit kühlen Händen einen glatten Mürbeteig kneten, zu einer gleichmäßigen Rolle mit ca. 3 cm Durchmesser formen und 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Backblech mit Backpapier auslegen. Aus der Rolle ca. 30 Scheiben schneiden und mit genügend Abstand auf das Backblech legen.

Bei 200° C Ober- und Unterhitze oder 180° C Umluft 10 bis 20 min backen.

Aus dem Ofen nehmen, auf einem Gitter abkühlen lassen. Anschließend in einer Dose aufbewahren.



Besinnlichkeit

Stressfrei durch die Weihnachtszeit
 6 Tipps, die dabei helfen

TIPPS FÜR WEIHNACHTEN

Vier Kerzen auf einem Tablett umgeben von Weihnachtskugeln oder geschmückte Tannenzweige in einer Vase zaubern auch **ohne Weihnachtsbaum eine stimmungsvolle Atmosphäre.**

Sich im Advent auf die Weihnachtszeit einlassen – gemütliche Teerunden, ausgiebige Spaziergänge oder Wellnessseinheiten laden die Akkus auf.

Weniger ist mehr: Statt 20 unterschiedlichen Plätzchensorten besser eine Auswahl backen. Gemeinsam Rezepte ausprobieren macht besonders viel Spaß.

Das Weihnachtsmenü frühzeitig planen. Stress durch Zeitdruck vermeiden. Bei einem leichten Menü findet sich dann auch noch Platz für Plätzchen.

Aufgaben und Freude teilen: Ob beim Kochen, Dekorieren, Tisch decken und anreichen – **gemeinsam geht es leichter.**

Stressfrei schenken: Statt Powershopping schon während des Jahres Ideen sammeln, was Freude bereiten könnte, und Geschenke ganz einfach frühzeitig besorgen.



Festtagsstimmung



Wenn das Herz aus dem Rhythmus gerät

Das Herz eines gesunden Menschen schlägt in der Regel 60 bis 80 Mal pro Minute. Bei Herzrhythmusstörungen gerät es aus dem Takt. Mit moderner Schrittmachertechnologie lässt sich das heute sehr gut behandeln.



Ob zu langsam oder zu schnell, beide Arten von Herzrhythmusstörungen sind gefährlich. Erstere können Ohnmachtsanfälle, Schwindel, Schwächegefühle und sogar ein Aussetzen des Herzschlags verursachen. Letztere bewirken, dass der Puls dauerhaft zu hoch ist und der Körper kontinuierlich unter Stress steht.

„Die Ursachen für Rhythmusstörungen sind unterschiedlich“, so Prof. Eberhard von Hodenberg, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie. „Oft sind Herzklappenfehler, Bluthochdruck, ein früherer Herzinfarkt oder ein schwaches Herz dafür verantwortlich.“ Die Schrittmachertherapie ist die häufigste Form der Behandlung bei verlangsamtem Herzschlag, der Bradykardie. Bei zu schnellem Herzschlag, der Tachykardie, gibt es medikamentöse Behandlungsmethoden. Komplexe Störungen können mithilfe der Ablationstherapie beseitigt werden. Bei Patienten mit drohenden lebensgefährlichen Rhythmusstörungen kann ein Defibrillator implantiert

werden, der das Herz überwacht und im Ernstfall durch Schockabgabe lebensrettend eingreifen kann.

Herzschrittmacher bei zu langsamem Herzschlag

Herzschrittmacher regulieren einen verlangsamten Rhythmus, indem ein elektrischer Impuls ans Herz ausgesendet wird, der es anregt regelmäßig zu schlagen. Die Energie kommt von einer integrierten Batterie. Ist sie erschöpft, muss der Herzschrittmacher getauscht werden. Es gibt unterschiedliche Varianten von Schrittmachern. Wann welche Form eingesetzt wird, entscheidet der behandelnde Kardiologe. Die Herzschrittmacher-Implantation ist eines der heute sehr gut erforschten Verfahren. Über eine Million Herzschrittmacher werden weltweit pro Jahr implantiert. Die Geräte sind nicht nur sehr klein, sondern mit einer Funktionsdauer von bis zu zehn Jahren sehr leistungsfähig.

Micra – der kleinste Herzschrittmacher der Welt

Als eine der führenden Kliniken fürs Herz verfügt das MEDICLIN Herzzentrum Lahr über die Kompetenz ausgewiesener Herzspezialisten. Zu ihnen zählt Prof. Dr. Juraj Melicherčík, der über 25 Jahre Expertise in der Elektrophysiologie besitzt. Er implantiert am Herzzentrum seit 2018 den weltweit kleinsten Herzschrittmacher. Der kabellose Ein-

kammer-Miniatur-Schrittmacher Micra der Firma Medtronic ist eine echte Innovation, nur etwa ein Zehntel so groß wie ein herkömmlicher Schrittmacher hat er die Form einer Kapsel. „Der Eingriff erfolgt schonend minimalinvasiv über die Leiste zum Herzen. Dort wird die Kapsel zwischen der Herzscheide wand und der rechten Herzkammer befestigt“, erläutert Melicherčík. „Der Micra hat für Patienten gleich mehrere Vorteile: Keine Narbe, keine Elektroden und kein unter der Haut tast- und sichtbares Aggregat.“ Die Batterielaufzeit mit 10 bis 12 Jahren wiederum ist beachtlich.



„Der Micra bietet modernste Technologie und ist unsichtbar.“

Prof. Dr. Juraj Melicherčík, leitender Oberarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie



Individuell gut eingestellt

Moderne Herzschrittmacher sind intelligente Minicomputer, die sich ihrem Träger anpassen.

Nach der Implantation wird der Herzschrittmacher optimal für den Patienten eingestellt. Die erste Kontrolle findet einen Monat nach dem Eingriff, die zweite drei Monate später statt. Danach sollte sie bei einem Herzschrittmacher einmal im Jahr, bei einem implantierten Defibrillator zweimal im Jahr erfolgen. Dafür zuständig ist am Herzzentrum die Schrittmacher- und ICD-Ambulanz unter Leitung von Johannes Härtig, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie. „Bei der Kontrolle werden die Funktionsfähigkeit des Herzschrittmachers und der Zustand der Batterie überprüft“, erklärt Härtig.

Schmerzfreie Untersuchung

Nach einer Kurzanamnese erfolgt die Untersuchung der Schrittmachertasche. Dann wird der Patient mit dem Schrittmacherprogrammiergerät und einem EKG verkabelt. Über einen Programmierkopf, der auf die Haut über dem Schrittmachergerät gelegt wird, können die Daten abgefragt, der Batteriezustand sowie die Intaktheit der Elektroden überprüft werden. „In den modernen Geräten werden viele Daten gespeichert. So können wir sehen, wie oft der Herzschrittmacher einsetzte und ob seit der letzten Nachsorge Herzrhythmusstörungen aufgetreten sind.“ Ist die Batterie erschöpft, muss das Gerät operativ ausgetauscht werden. Die Elektroden, die zum Herzen führen, werden nicht erneuert, sondern mit dem neuen Gerät verbunden.



„Mit der Behandlung am Herzzentrum bin ich hochzufrieden. Meine Lebensqualität hat sich verbessert.“

Meine Lebensqualität hat sich verbessert.“

Tony Marshall, Schlagersänger, 80, wurde im Juni 2017 am MEDICLIN Herzzentrum Lahr ein 2-Kammer-Herzschrittmacher implantiert. Nur acht Tage nach dem Eingriff stand er wieder auf der Bühne.



Kardiologen – Spezialisten mit vielseitiger Kompetenz

„Der schönste Beruf, den es gibt!“

Assistenzarzt Christian Schnell, seit fünf Jahren im Team der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie am Herzzentrum Lahr, wird bald seine Facharztprüfung als Kardiologe ablegen. Vom Medizinstudium bis dahin ist es ein langer Weg, der medizinisch vielseitig und anspruchsvoll ist.

„Die Kardiologie ist stark interdisziplinär geprägt. Viele Erkrankungen hängen mit dem Herz-Kreislauf-System zusammen. Dafür benötigt man fundierte internistische Kenntnisse. Für die Diagnostik und Therapie kommen Elektrophysiologie, alles, was die Strömungsmechanik des Blutes und der Blutgefäße betrifft, Notfallmedizin und Langzeittherapie hinzu“, erläutert Christian Schnell, den wir bei seinem Dienst begleiten durften.

8.00 Uhr Frühbesprechung, Fahrplan für den Tag: Chefarzt, Oberärzte und Assistenzärzte tauschen sich zum Verlauf der Nacht aus. Therapien und Operationen werden besprochen.

8.25 Uhr Visite, Kernstück der Stationsarbeit. „Hier machen wir uns ein Bild des Patienten. Dazu gehört auch Feingefühl, um den Gesundheitszustand richtig beurteilen zu können.“

9.15 Uhr Schnell wird in den OP gerufen. Schrittmacherwechsel für einen Patienten. Der Eingriff dauert etwa 45 Minuten.

10.15 Uhr Zurück auf Station warten drei Patienten auf ihre Entlassung. Büroarbeit. Abschlussgespräche werden geführt.

12.30 Uhr Einsatz im OP! Eine undichte Mitralklappenklappe, die minimalinvasiv durch das Mitra Clip-Verfahren behandelt wird. Schnell überwacht die bildgebende Führung mit Schluck-Echokardiographie.

16.30 Uhr Schnell ist nun bis zum nächsten Morgen diensthabender Stationsarzt.

17.24 Uhr Notruf: Ein Patient mit Verdacht auf Herzinfarkt wird eingeliefert. Schnell informiert das Herzkatheter-Team und den diensthabenden Oberarzt, der Bereitschaft hat. Alles ist vorbereitet, noch bevor der Patient eintrifft.

21.30 Uhr Zwei weitere Notfälle: Eine junge Frau mit Herzrasen sowie eine ältere Dame mit schwerer Atemnot. Beide können optimal medikamentös versorgt und auf die Weiterbehandlung vorbereitet werden.

Die Zeit zwischen den Notfällen nutzt Christian Schnell, um Patientenberichte zu schreiben, die Dokumentation zu vervollständigen und Entlassungen für den nächsten Tag vorzubereiten.

23.56 Uhr Kurze Pause, um sich im Dienstzimmer etwas auszuruhen. Noch zweimal wird Schnell in der Nacht auf die Intensivstation gerufen. An Schlaf ist nicht zu denken.

Ob das sein Traumberuf sei, fragen wir ihn. „Der Berufsalltag kann ganz schön anstrengend sein. Aber die Gewissheit mit den medizinischen Möglichkeiten, die uns zur Verfügung stehen, Menschen helfen zu können – also mich macht das sehr zufrieden. Für mich ist Kardiologie auf jeden Fall der interessanteste Beruf, den es gibt!“



„Am Herzzentrum steht Assistenzärzten ein breites Einsatzspektrum mit Verantwortung offen.“

Christian Schnell, Assistenzarzt an der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie

ERKLÄR MIR

Wie funktioniert ein Herzschrittmacher?

Die heutigen Herzschrittmacher sind sehr klein, etwa so groß wie eine Zwei-Euro-Münze. Spezielle Drähte, Elektroden, führen vom Herzschrittmacher



Herzschrittmacher und Micra.

in das Herz, wo sie den Rhythmus registrieren. Bei langsamem Herzschlag oder bei Aussetzern werden elektrische Impulse ausgesendet, die das Herz zum Schlagen anregen. Herzschrittmacher sind intelligente Minicomputer. Sie nehmen Informationen auf, speichern diese und passen sich den Beanspruchungen ihres Trägers flexibel an. Die gespeicherten Daten können vom Arzt ausgelesen werden und helfen so den Gesundheitszustand genau im Blick zu haben. Die Lebensdauer des Herzschrittmachers hängt davon ab, wie oft die Batterie als Taktgeber beansprucht wurde. Ist die Batterie erschöpft, muss der Schrittmacher getauscht werden.

Arten von Schrittmachern

Nach Anzahl der Elektroden unterscheidet man Ein-, Zwei- und Dreikammerschrittmacher. Die Implantation erfolgt meist mit örtlicher Betäubung minimalinvasiv. Dabei werden die Elektroden über eine Vene unter dem Schlüsselbein zum Herz geschoben, dort fixiert und mit dem Schrittmachergerät, das im Hautfettgewebe eingesetzt wurde, verbunden. Die Geräte zeichnen wichtige Daten auf und zeigen die Lebensdauer der Batterie an. Je nach Frequenz des Patienten und Programmierung geben sie bei Bedarf elektrische Impulse ab, die am Herzen eine Aktion auslösen können.



Christina
Kazazaki –
Fachärztin am
MVZ.

Optimale Behandlung: Alles an einem Ort

Das Medizinische Versorgungszentrum am MEDICLIN Herzzentrum Lahr

Der Verdacht auf eine Herz- oder Gefäßerkrankung löst bei Betroffenen oft Verunsicherung aus. Welcher Arzt und welche Behandlung sind die richtigen? Das Medizinische Versorgungszentrum kann hier wichtige Hilfestellung geben.

Das MVZ ist eine kardiologische Praxis mit Direktanschluss zum Herzzentrum.

In guten Händen – das MVZ Team.



„Wir kooperieren eng – praktisch Tür an Tür – mit den Spezialisten der unterschiedlichen medizinischen Bereiche“, erklärt Christina Kazazaki, Fachärztin für Innere Medizin und Kardiologie am MVZ. Neben der ambulanten Behandlung werden bei Bedarf auch die stationären Therapiemöglichkeiten einbezogen. „Damit können wir Patienten schnell und optimal versorgen.“ Zum Praxis-Team unter Leitung von Priv.-Doz. Dr. Thomas Scheffold gehören neben Kazazaki acht Medizinische Fachangestellte sowie das Sekretariat. Von der Blutabnahme für Laboruntersuchungen, über alle Formen des EKGs, der EKG-Aufzeichnung und telefonischen Übermittlung mit Event-Recorder, 24-Stunden-Blutdruckmessung, Ultraschall, Doppler-Untersuchung und Echokardiographie werden hier alle wichtigen Untersuchungen durchgeführt.

Ohne Umweg zur individuell passenden Behandlung

Statt einer langwierigen und für Betroffene sowie deren Angehörige anstrengenden Suche nach einem passenden Arzt bietet das Medizinische Versorgungszentrum am Herzzentrum in Lahr die gebündelte interdisziplinäre Kompetenz von Internisten, Kardiologen und Herz-Gefäßchirurgen. Dadurch kann die Behandlung nahtlos koordiniert werden. „Der Patient findet bei uns kurze Wege ohne zeitaufwändige Besuche bei verschiedenen Ärzten“, so Priv.-Doz. Dr. Thomas Scheffold. Das bedeutet auch kürzere Wartezeiten. Der unmittelbare Austausch zwischen dem Medizinischen Versorgungszentrum für Innere Medizin und Kardiologie und dem Herzzentrum gewährleistet eine schnelle Abstimmung bei Fragen der stationären Therapie oder der ambulanten Vor- und Nachbehandlung. Davon können Patienten auf dem Weg der Gesundheit direkt profitieren.



Weitere Informationen und Sprechzeiten

Terminvereinbarungen
Montag bis Freitag von 8 – 12 Uhr

Tel. +49 7821 92 54 58 00
www.lahr-mvz.de

BÜRGERVORLESUNGEN

Gesundheit im Blick

Genetische Ursachen von Herz- und Kreislaufkrankungen

5. Dezember 2018, 17 Uhr Herzzentrum Lahr
Priv.-Doz. Dr. Thomas Scheffold

Ursache für Herzerkrankungen kann auch eine familiäre Veranlagung sein. Der Ärztliche Leiter des MVZ erklärt, wann eine mögliche Vererbung berücksichtigt werden sollte.

„In den letzten Jahren sind für zahlreiche Herz-Kreislauf-Erkrankungen genetische Ursachen und Risikofaktoren entdeckt worden. Das wird auch für die klinische Praxis in Zukunft Auswirkungen haben“, so Scheffold.



Bürgervorlesungen – Wissen wirkt!

Experten des Herzzentrums informieren regelmäßig in öffentlichen Bürgervorlesungen zu Ursachen von Herzerkrankungen, vorbeugenden Maßnahmen und Therapiemöglichkeiten.

Termine und Themen

www.herzzentrum-lahr.de/buergervorlesung

Einzelne Vorträge können auch online abgerufen werden. So der Vortrag

„Vorhofflimmern – häufige Herzrhythmusstörung im Alter und Behandlungsmethoden“

Prof. Eberhard von Hodenberg
www.herzzentrum-lahr.de/vorhofflimmern

Willkommen im Spitzenteam!

Ausbildung Anästhesietechnische Assistenz (m/w)

Das MEDICLIN Herzzentrum Lahr ist eine der modernsten Spezialkliniken in Deutschland. Eine teamorientierte Arbeitsatmosphäre und tolle Karrierechancen zeichnen uns aus.

Wir bieten zum 1. April 2019 Ausbildung Anästhesietechnische/r Assistent/in (ATA)

Patienten im Anästhesiebereich betreuen, Medikamente richten, venöse Zugänge legen oder die Vitalfunktionen des Patienten vor, während und nach dem Eingriff überwachen. Die Arbeit als Anästhesietechnische Assistenz ist faszinierend. Neben technischem Verständnis und Einfühlungsvermögen gehören fundierte Kenntnisse im Bereich Anatomie, Physiologie, Krankheitslehre und Pharmakologie zum Berufsprofil. In der dreijährigen Ausbildung wird neben der spezifischen Qualifikation in der Anästhesiepflege auch die Ausbildung in der Krankenpflegehilfe erworben. Die Ausbildung beinhaltet



neben der Praxis in der Klinik auch Blockunterricht in der Berufsschule. Übrigens: Die Übernahmekancen am MEDICLIN Herzzentrum in Lahr sind sehr gut!

Lust Teil dieses dynamischen Teams zu werden? Dann bewirb dich bis zum 31. Januar 2019 bei

Julia Rakow, Personalentwicklung,
Tel. +49 7821 925 2052

✉ julia.rakow@mediclin.de

Impressum

Herausgeber
Herzzentrum Lahr/Baden
GmbH & Co. KG
Hohbergweg 2, 77933 Lahr

Vi.S.d.P.
Kathrin Heuing

Redaktion
Helena Haas, Esther Weiler

Konzeption und Gestaltung
qu-int.gmbh
marken | medien | kommunikation

Fotos
Jörg Wilhelm, MEDICLIN,
iStock, Helena Haas

Druck
Freiburger Druck GmbH & Co.



Ihre Herzspezialisten

Das MEDICLIN Herzzentrum Lahr vereint unter einem Dach die Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie, die Klinik für Innere Medizin und Kardiologie und die Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin. Das 1994 eröffnete Herzzentrum verfügt über 75 Betten. Das MEDICLIN Herzzentrum in Lahr gehört zu den modernsten Fachkliniken in Deutschland. Mehr als 3.500 Herzpatienten im Jahr werden von den rund 310 qualifizierten und engagierten Klinikmitarbeitern behandelt.



**24 h-Bereitschaft
an 365 Tagen im Jahr**

Kardiologie: Tel. +49 7821 925 2222
Herzchirurgie: Tel. +49 7821 925 2221

www.herzzentrum-lahr.de