

# Moderne Altersmedizin leistet vieles

Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER mit Gertrudis-Hospital im Pfarrzentrum Herten

VON INA RETKOWITZ

## Wann sind Stürze krankheitsbedingt?

Dr. med. Eberhard Dirks, Chefarzt für Innere Medizin, klärt Sturzursachen auf und stellt Therapiemöglichkeiten vor.

- ◆ **Gravierende Folgen** eines Sturzes sind Gehirnerschütterung, Oberschenkelhalsbruch oder eine Prellung mit heftigen Schmerzen.
- ◆ **Ursachen für Stürze** können vielfältig sein. Ärgerlich: Die Bordsteinkante übersehen oder beim Anziehen das Gleichgewicht verlieren. Es gibt aber auch die situationsbedingte Ohnmacht, die uns kollabieren lässt, aber keine Krankheit ist: Hunger mit Unterzuckerung, durch langes Stehen bei schlechter Luft, beim Hustenanfall oder durch einen Schreck.
- ◆ **Ernst nehmen** muss man dagegen echte Krankheiten, weil das Gehirn nicht mehr genug Blut bekommt und damit zu wenig Sauerstoff: Rhythmusstörungen, längere Pausen beim Herzschlag, hoher oder niedriger Blutdruck, flüchtiges „Schlägelchen“ oder kompletter Schlaganfall sowie auch ein Krampfanfall bei Epilepsie.
- ◆ **Dr. Eberhard Dirks** studierte an der Heinrich-Heine-Uni Düsseldorf, begann im Ev. Krankenhaus Oberhausen und später am Uniklinikum Essen sowie anschließend im Ev. Krankenhaus Bethesda Essen. Seit 2000 leitet er die Klinik für Innere Medizin am Gertrudis-Hospital. Er ist u.a. spezialisiert auf Magen-Darm- und Leberkrankheiten und die therapeutische Endoskopie.

**HERTEN.** Es ist quasi schon ein „alter Hut“: Unsere Gesellschaft wird nicht gerade jünger. Ein fortgeschrittenes Alter von Patientin ist jedoch heutzutage kein Grund, auf notwendige Operationen zu verzichten. Um moderne Altersmedizin dreht sich deshalb alles bei der nächsten Abendsprechstunde vom MEDIENHAUS BAUER.

Am kommenden Montag, 3. Mai, richten die renommierten Ärzte des Westerholter Gertrudis-Hospitals die Abendsprechstunde rund um modernen Altersmedizin aus. Für unsere Leser ist die rund zweistündige Veranstaltung, die wiederholt von Bernd Overwien, stellvertretender Chefredakteur, moderiert wird, wie immer kostenlos. Und noch ein Vorteil wartet auf Interessierte: Nach den drei hochkarätigen Vorträgen können sie individuelle Fragen an das Mediziner-Team stellen.

Die Referenten und ihre Themen:

- ◆ **Der Vortrag von Dr. med. Elisabeth Winkelmann**, Chefarztin der Klinik für Chirurgie am Gertrudis-Hospital, ist „Schonend operieren – schnelle Belastbarkeit sichern“ überschrieben und umfasst das

## Schonende Technik bei Operationen

Spektrum der Chirurgie im Alter. Dafür notwendig ist neben modernen Narkoseverfahren für die allgemeine und lokale Betäubung



Stürze auf Glatteis sind einfach nur ärgerlich. Aber auch ernste Krankheiten können dahinter stecken.

—FOTO: DDP

vor allem eine genaue Diagnostik der akuten Erkrankung, aber auch der vorbestehenden, im Alter häufig vorhandenen Organschwächen. Wichtig sind zudem schonende Operationstechniken, die den Körper wenig belasten, aber so stabil sind, dass der Patient so schnell wie möglich das Bett wieder verlassen kann. Für die Chirurgie bei betagten Patienten ist deshalb die intensive Zu-

sammenarbeit des Operateurs nicht nur mit dem Narkosearzt, sondern auch mit den Internisten und Geriatern zwingend erforderlich.

- ◆ **Winkelmann** dazu: Im Gespräch mit unserer Zeitung: „Bezüglich der schonen Operationstechniken haben wir Chirurgen uns früh auf die so genannte Schlüssellochchirurgie (minimal-invasive Chirurgie) spezialisiert. Mit die-

sem Operationsverfahren können inzwischen nicht nur Gallenblasen und Blinddärme entfernt werden, sondern auch Leistenbrüche versorgt sowie Operationen bei gut- und bösartigen Erkrankungen an Magen, Dünn- und Dickdarm erfolgreich durchgeführt werden. Diese schonende Operationstechnik, die nur kleine Operationswunden hinterlässt, verursacht deutlich weniger

Schmerzen, hat einen geringeren Blutverlust und führt damit zu einer schnelleren Mobilisation des Patienten.“ Das bedeute: Weniger Lungenentzündungen, weniger Thrombosen und ein frühzeitig wieder mehr Lebensqualität. In der Gelenk- und Unfallchirurgie sei laut Winkelmann zusätzlich zu beachten, dass die Knochen meist weicher (Osteoporose) und die Gelenke

steifer und verschlissen sind. Deshalb benötigt der Chirurg oft Prothesen bei komplizierten Gelenkbrüchen und spezielle belastungsstabile Platten- und Nagelsysteme, damit er schnell wieder auf die Beine kommt. So werden auch hier Folgeerkrankungen erheblich reduziert. Nach den Operationen bei Senioren sind neben der ärztlichen und pflegerischen Teamarbeit insbesondere auch Krankengymnasten, Ergotherapeuten und Sozialarbeiter gefordert.

## Bei Stürzen hilft Komplexbehandlung

- ◆ **Dr. med. Karl Ott**, Chefarzt der Klinik für Geriatrie am Gertrudis-Hospital, referiert zum Thema „Je früher, umso besser: Mobilisation“. Sein Hauptaugenmerk liegt dabei auf der geriatrischen Komplexbehandlung nach Stürzen.
- ◆ Ergänzt wird die Vortragsreihe durch **Dr. med. Eberhard Dirks**, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin. Sein Thema: „Stürze: Unaufmerksamkeit oder Krankheit?“ Anschließend bleibt Raum für Ihre individuellen Fragen.

**INFO** Die Abendsprechstunde „Schonend operieren – früh mobilisieren – Verletzungen vorbeugen“ der modernen Altersmedizin“ des Westerholter Gertrudis-Hospitals startet am Montag, 3. Mai, von 18.30 Uhr bis 20.30 Uhr im Pfarrzentrum St. Martinus, Schloßstraße 30 in 45701 Herten. Der Eintritt ist frei. @ [www.chirurgie-im-alter.de](http://www.chirurgie-im-alter.de)



Krankengymnastik hilft auf die Beine. —FOTO: DDP

## Die Rettungsärztin

Dr. med. Elisabeth Winkelmann

**VITA.** Dr. Elisabeth Winkelmann studierte Humanmedizin an der Heinrich-Heine-Universität in Düsseldorf. Erste berufliche Stationen waren das St. Hedwig-Hospital Gelsenkirchen-Resse und die Universitätsklinik Bergmannsheil in Bochum. 1996 wechselte sie zum Gertrudis-

Hospital Herten-Westerholt und übernahm dort 1999 die Funktion als Chefarztin der Klinik für Chirurgie. Die Fachärztin für Chirurgie und Unfallchirurgie ist auch Rettungsärztin. Darüber hinaus besitzt sie die Zusatzqualifikation für Physikalische Therapie.

ANZEIGE

Medizin mit Menschlichkeit

**KKRN**

Gertrudis-Hospital Westerholt

MEDIENHAUS BAUER  
ZEITUNG · RADIO · ONLINE  
IM VEST RECKLINGHAUSEN

## Nach Stürzen im Alter ist schnelle Mobilisation das A und O

Dr. med. Karl Ott (Geriatrie) referiert über Methoden der Komplexbehandlung

**STÜRZE.** Wenn alte Menschen stürzen und sich verletzen, also insbesondere sich Brüche zuziehen, stehen drei Dinge an: Die Sturzursache finden, so schonend operieren, dass der Bruch schnell wieder belastet werden kann, und so früh wie möglich mobilisieren.

Denn, so Dr. med. Karl Ott, Chefarzt für Geriatrie im Westerholter Gertrudis-Hospital, eine lange Liegedauer vermehre den Schaden: Kreislauf und Muskeln lassen nach, die Atmung wird schwieriger, das Gleichgewichtsempfinden schwächt ab. Und die Angst vor dem Aufstehen verstärke diese Schwäche; selbst Reaktionsfähigkeit und Hirnleistung könnten zudem nachlassen. Es gilt also, so früh wie möglich mit dem Training zu beginnen. Das bedeutet: Wo immer möglich, sollte man das Bett verlassen und sich bewegen. Ott dazu: „Wer rastet, der rostet.“

ten Trainings. Das bieten Krankengymnastik, Ergotherapie und aktivierende Pflege.

- ◆ **Aktivierende Pflege** heißt laut Ott, dass ein genesender Kranker das selbst tun soll, was er schon kann und den Rest bei unterstützender Pflege wieder lernt. Insbesondere soll er das Bett verlassen, so schnell dies möglich ist, Körperpflege wieder selbst übernehmen und erste Schritte unter Aufsicht tun.
- ◆ **Krankengymnastik:** Bewegungsmuster werden demonstriert und eingeübt, Kraft trainiert, Aufstehen und Körperbeweglichkeit gefördert. Für viele Krankheiten gibt es dafür beson-



So wird Mobilität frühzeitig trainiert. —FOTO: GERTRUDIS

## Abgestimmtes Training ist wichtig

Wenn aber ein betagter Mensch an mehreren Erkrankungen leidet, wenn er schon vor dem Sturzereignis nicht mehr so ganz fit war, dann reicht es nicht mehr, dass er nur aufstehen will. Er muss es auch können und meist bedarf es dazu eines ganz bestimmten, auf ihn abgestell-

dere Übungen, die Physiotherapeuten weitervermitteln. Hier heißt es laut Ott auch: „Erst erlernen und dann selbst üben.“

- ◆ **Physikalische Therapie** heißt die Anwendung von Massagen, Wärme, Kälte und Strom. Das soll Muskelverspannungen lösen, die Durchblutung fördern, Wassereinlagerungen entfernen und so Schmerzen lindern.
- ◆ **Ergotherapie** setzt die wiedererlernte Beweglichkeit für den Alltag um: Sie schult die Selbstversorgung (Waschen, Anziehen, Toilettengang, Essen und Trinken), zeigt kreative Tätigkeit (Malen, Basteln) und schult dabei die Feinmoto-

rik, vermittelt den Umgang mit Gehhilfen und anderen Hilfsmitteln. Zudem trainiert sie Gedächtnis und Orientierung.

Bei allem gilt stets: Erst ein gemeinsames und auf mehreren Ebenen stattfindendes Training ergibt oft den gewünschten Erfolg. Das Zusammenspiel aller unter Mitarbeit von Patienten zeigt laut Ott Erfahrung die besten Erfolge. Die therapeutischen Übungen werden, falls nötig, mit Medikamenten unterstützt: Schmerzmittel kommen ebenso zum Einsatz wie Mittel, die Traurigkeit und Unruhe vermindern.

**INFO** Dr. Karl Ott studierte Medizin in Wien und Würzburg. Seit 1990 ist er Chefarzt der Klinik für Geriatrie am Gertrudis-Hospital. Zugleich fungiert er dort als Ärztlicher Direktor. Zuvor arbeitete Ott schon einige Jahre als Assistenz- bzw. Oberarzt in der Inneren Abteilung des Westerholter Krankenhauses. Dazwischen lag eine dreijährige Tätigkeit als Chefarzt der Inneren Abteilung im St. Nikolaus-Hospital in Rheinberg. Der Facharzt für Innere Medizin (mit der Zusatzbezeichnung Geriatrie) ist Mitglied im Berufsverband Deutscher Internisten sowie in der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie.

## ABENDSPRECHSTUNDE



Schonend operieren – früh mobilisieren – Verletzungen vorbeugen:

## „Was leistet moderne Altersmedizin?“

### Referenten und Themen



**Dr. med. Elisabeth Winkelmann**  
Chefarztin der Klinik für Chirurgie, Gertrudis-Hospital Westerholt  
„Schonend operieren – schnelle Belastbarkeit sichern: Chirurgie im Alter“



**Dr. med. Karl Ott**  
Chefarzt der Klinik für Geriatrie, Gertrudis-Hospital Westerholt  
„Je früher, umso besser: Mobilisation“



**Dr. med. Eberhard Dirks**  
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Gertrudis-Hospital Westerholt  
„Stürze: Unaufmerksamkeit oder Krankheit?“

Montag, 3. Mai 2010, 18.30 Uhr

Pfarrzentrum St. Martinus Schloßstraße 30 45701 Herten

Moderation: **Bernd Overwien** (stellvertretender Chefredakteur des Medienhauses Bauer)

Eintritt frei!