01/2022

ISSN: 1861-2539

hessingpark CONCRET

Auf dem neuesten Stand

HP-C investiert in moderne Sterilisationstechnologie

Schmerz, lass nach!

Beim komplexen Schmerzsyndrom „CRPS“ ist eine interdisziplinäre Behandlung sinnvoll

Arzttermin per Klick

Neuer Online-Service für Clinic-Patienten

Editorial

DR. MED.
ULRICH BOENISCH
Facharzt für Orthopädie

Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic

Liebe Leserin, lieber Leser,

2022 ist für uns ein besonderes Jahr: Unsere Hessingpark-Clinic feiert heuer ihren 20. Geburtstag. Als wir an den Start gingen, war es unser Ziel, eine neue Art von Clinic zu schaffen – ausgestattet mit modernster Medizintechnik und einem hochqualifizierten Team.

Fast 500.000 Patienten und ein hohes Renommee bestätigen uns heute, dass der eingeschlagene Kurs richtig war. Unsere medizinische Qualität ist das Ergebnis konsequenter Spezialisierung und ganzheitlicher Therapiekonzepte. Vor allem aber ist unser Erfolg eine Teamleistung, auf die alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic stolz sein dürfen.

Ausruhen werden wir uns aber getreu unseres Mottos „Stillstand ist Rückschritt“ auch in Zukunft nicht. Im Gegenteil, wir arbeiten stetig an vielen Projekten, um Therapiequalität und Service für unsere Patienten zu verbessern. Eine immer wichtigere Rolle spielt dabei die Digitalisierung. Wie wir mithilfe des Onlineportals Doctolib die Terminbuchung in unserer Clinic optimiert haben, lesen Sie in dieser Ausgabe von *hessingpark-concret*.

Außerdem erfahren Sie wieder aus erster Hand, was uns in den vergangenen Monaten in der HP-C bewegte und welche Fortschritte es in der Therapie orthopädischer Erkrankungen gibt. Anlässlich unseres Jubiläums präsentiert sich unser Magazin in einem frischen Look. Unser Redaktionsteam hat das Layout noch abwechslungsreicher und übersichtlicher gestaltet.

Nehmen Sie sich ein wenig Zeit und lassen Sie sich von uns informieren.

Viel Vergnügen beim Lesen wünscht Ihnen Ihr

22 STERN: Vier Experten als beste Fachärzte Deutschlands empfohlen

16 Patienteninterview: Sportlich unterwegs mit Endoprothese

Titelfoto: Adobe Stock, © goodluz

04 NEWS

04 20 Jahre Hessingpark-Clinic
05 Neuer Online-Service für Patienten
05 Medizinische Hilfe für die Ukraine
23 Unsere Gäste
29 Neuer Termin für das Benefizkonzert

06 KNIE

06 Moderne Knorpeltherapien am Knie
20 Hyperkompressionssyndrom: Den Druck rausnehmen

08 KONSERVATIVE THERAPIE

08 Morbus Sudeck: Schmerz, lass nach!

10 QUALITÄTSMANAGEMENT

10 Neue Sterilisationstechnologie für den OP
22 Vier Ärzte auf STERN-Empfehlungsliste 2022
25 Football Science Institute
26 Fortbildung im OP-Truck
26 HP-C Team drückt die Schulbank
27 Bestnoten für Therapie und Training
30 Doctolib: Arzttermine per Klick
33 Virtueller Anatomie-Workshop

11 WIRBELSÄULE

11 Konservative Therapie statt Operation
12 Bandscheibenvorfälle an der Halswirbelsäule

14 THERAPIE & TRAINING

14 Biofeedback: Die eigenen Körpersignale lesen

16 ENDOPROTHETIK

16 Interview: Sportlich unterwegs mit Endoprothese
19 EndoConcept: Schneller wieder auf den Beinen

24 SCHULTER

24 Was tun, wenn die Schultersehne reißt?

28 HAND

28 Knochenbrüche bei Kindern

32 FUSS UND SPRUNGGELENK

32 Was hilft bei Fußfehlstellungen?

34 SERVICE

19 Schulungstermine Endoconcept
34 Aus unserer Küche
43 Rätsel
43 Babys

36 UNSER TEAM

36 Karitativer Zweck statt Ausflug
36 Süßer Valentinsgruß
37 Neue Teamleitung Ambulanz
42 Stille Stars am Hygienepoint

38 ANÄSTHESIE

38 Angst vor der Narkose muss nicht sein

40 NATURHEILKUNDE & OSTEOPATHIE

40 Die Schätze der Natur

„Wohin eine Reise geht, hängt davon ab, wie man die Segel setzt.“

Zwei Jahrzehnte orthopädische Spitzenmedizin

Vor 20 Jahren wurde die Augsburger Hessingpark-Clinic eröffnet

20 Jahre

Am 11. Oktober 2002 öffnete die Hessingpark-Clinic in Augsburg-Göggingen erstmals ihre Türen. Seit damals hat sich viel getan – ein Meilenstein folgte auf den nächsten: Das medizinische Leistungsspektrum wurde kontinuierlich erweitert. Es wurde um- und angebaut – und seit 2011 gibt es das Zentrum für Rehabilitation, Therapie und medizinisches Training in einem eigenen Gebäude gegenüber der Clinic. Den nötigen Rückenwind für die Investitionen brachte der stetig wachsende Zustrom an Patienten aus dem In- und Ausland.

2002 ging die HP-C mit einem kleinen, aber ambitionierten Team in den Disziplinen Sportorthopädie/arthroskopische Chirurgie, Fuß- und Sprunggelenkschirurgie, Handchirurgie sowie Anästhesie an den Start. Initiator der Clinic ist Dr. Ulrich Boenisch, der sie seit 20 Jahren als Ärztlicher Leiter führt. Von Anfang an verfolgte die HP-C ein klares Konzept: eine hoch spezialisierte konservative und operative orthopädische Versorgung aufzubauen, die höchste Qualitätsansprüche erfüllt.

Heute hat sich die HP-C als eine der führenden medizinischen Adressen für orthopädische Beschwerden und Sportverletzungen etabliert und genießt weit über die Augsburger Region hinaus einen hervorragenden Ruf. Die medizinische Top-Qualität der Hessingpark-Clinic ist das Ergebnis konsequenter Spezialisierung und eines intensiven internationalen Erfahrungsaustausches. Mehr als 500.000 Patienten haben die Augsburger Experten für Eingriffe an Hüfte, Knie, Fuß und Sprunggelenk, Hand und Ellenbogen, Schulter und Wirbelsäule inzwischen behandelt. Auch als Arbeitgeber ist die HP-C ein bedeutsamer Faktor in der Region und bietet mehr als 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einen attraktiven und zukunftsorientierten Arbeitsplatz.

2022 feiert das Zentrum für konservative und operative Orthopädie nun seinen zwanzigsten Geburtstag. Und eines lässt sich ohne jede Einschränkung konstatieren: Die Verantwortlichen der HP-C haben von Beginn an, getreu des Sprichworts des Philosophen Aristoteles, „die Segel richtig gesetzt“.

Foto: Adobe Stock, © chekart

Neuer Online-Service für die Terminvereinbarung

HP-C setzt auf digitales Buchungstool von Doctolib

Die Digitalisierung in der Medizin nimmt weiter Fahrt auf. Bereits seit Beginn nutzt die Hessingpark-Clinic die Potenziale der Digitalisierung, um die Behandlungs- und Servicequalität für Patienten zu erhöhen. Ein weiteres Projekt wurde nun im Mai 2022 im Bereich Terminmanagement in Kooperation mit dem E-Health Unternehmen Doctolib realisiert.

Effizienter Terminvergabeprozess verbessert Patientenzufriedenheit

Digitale Angebote können den Terminvergabeprozess optimieren und die Patientenzufriedenheit erhöhen. Die digitale Terminbuchungslösung von Doctolib bietet Patienten die Möglichkeit, auch außerhalb der regulären Sprechzeiten Termine mit den Spezialisten der HP-C zu vereinbaren. Mit nur wenigen Klicks lassen sich über die sichere und komfortable Buchungsplattform Termine in Echtzeit buchen, verschieben oder absagen.

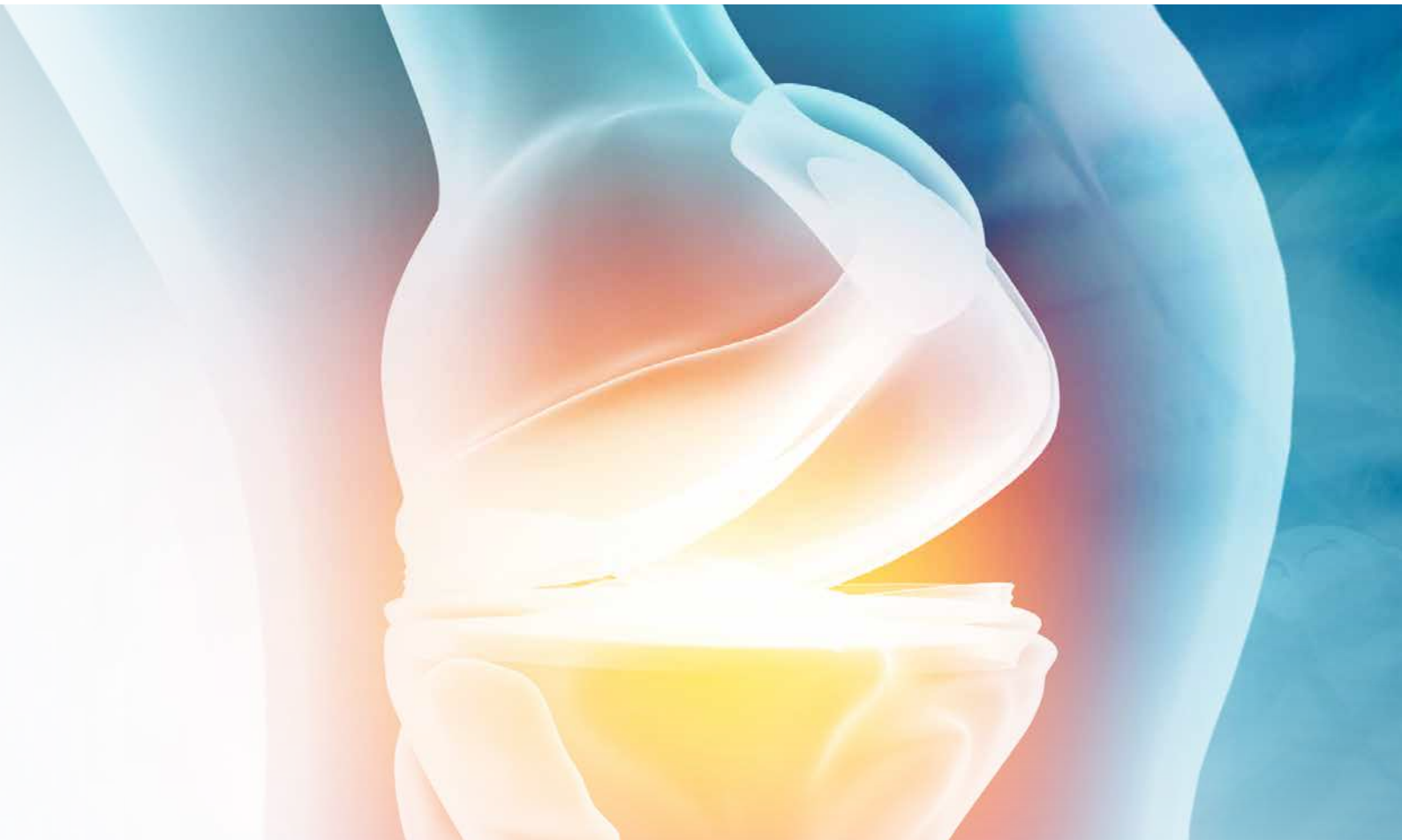
„Unser Anspruch ist es, unseren Patientinnen und Patienten den bestmöglichen Service zu bieten. Eine benutzerfreundliche Online-Terminvergabe durch Doctolib erhöht die Erreichbarkeit der Clinic und verbessert so den Komfort für unsere Patienten. Die Patienten entscheiden selbst, ob sie Termine lieber online oder telefonisch mit uns vereinbaren möchten. Gleichzeitig entlastet die digitale Lösung unser Patientenmanagement, sodass sich unser Team voll und ganz auf die individuellen Anliegen unserer Patienten konzentrieren kann“, erläutert Philipp Einwang, Geschäftsführer der Hessingpark- Clinic.

Mehr zu Doctolib erfahren Sie auf Seite 30.

Medizinische Hilfe für die Ukraine

Der Krieg und das Schicksal der Menschen in der Ukraine bewegt auch das Team der Hessingpark-Clinic. Die massiven militärischen Angriffe in vielen Städten forderten bereits Tausende Tote und Verletzte. Darüber hinaus zerstören sie auch die Gesundheitsversorgung und medizinische Infrastruktur in den betroffenen Gebieten. In einer schnellen und unbürokratischen Hilfsaktion konnten im März 2022 – mit Unterstützung der HP-C – medizinische Sachspenden an die Universitätsklinik in Dnipro in der Ostukraine geliefert werden. Unter den dringend benötigten Gütern waren u.a. Wundauflagen, Verbandsstoffe, Medikamente sowie chirurgische Instrumente.

Mitorganisiert und initiiert wurde die Spendenaktion von Dr. Manfred Thomas. Der Fußexperte der HP-C engagiert sich seit Langem im Vorstand des „Deutsch-Ukrainischen Freundeskreises der Orthopäden und Traumatologen e.V.“. Deren Mitglieder pflegen seit fast 25 Jahren enge fachliche und freundschaftliche Verbindungen und tauschen regelmäßig ihr Wissen in Vortragsreisen, Hospitationen und Lehroperationen aus. 2017 hatte die Universität Dr. Thomas die Ehrendoktorwürde verliehen. „Für uns ist es selbstverständlich, dass wir unseren Kollegen und Freunden in dieser Notlage zur Seite stehen“, so Dr. Thomas.



Moderne Knorpeltherapien am Knie

„AutoCart“ ist ein neues innovatives Verfahren zur Knorpelregeneration. Aktuelle Studien zeigen erfolgversprechende Ergebnisse. Patienten bietet das minimal-invasive OP-Verfahren entscheidende Vorteile.

DR. MED.
ULRICH BOENISCH
Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Knie- und Schulterchirurgie

Zur Therapie von Knorpelschäden an Knie oder Sprunggelenk stehen heute verschiedene knorpelregenerative Verfahren zur Verfügung. Etablierte Methoden wie die Mikrofrakturierung, die Knorpel-Knochen-Zylinderverpflanzung (OATS) oder die zweizeitige Knorpelzelltransplantation für bis zum Knochen reichende Knorpelschäden haben wir in den vergangenen Ausgaben der *hessingpark-concret* ausführlich vorgestellt. Beleuchtet wurden dabei Erfolgsaussichten, Vor- und Nachteile sowie limitierende Faktoren.
Als Mitglied des Qualitätskreises Knorpel-Reparatur und Gelenkerhalt e.V. (QKG) beobachtet das Ärzte-Team der HP-C kontinuierlich die Entwicklung der Forschung. Die Experten sind bestrebt, neuere innovative Verfahren frühzeitig kennenzulernen und in das Therapiespektrum der Clinic zu integrieren.

Innovative AutoCart-Methode bietet Patienten wesentliche Vorteile

Eines dieser modernen Verfahren zur Knorpelregeneration ist die „Minced Cartilage“ (to mince = zerkleinern) oder „AutoCart“ genannte Operation. Diese Methode ist eine Weiterentwicklung der sogenannten Knorpelchips-Technik, die schon 1983 im Tierversuch angewandt und 2011 erstmals in den USA eingeführt wurde. Weltweit intensiv erforscht wird das Verfahren erst seit 2017.

Fotos: Adobe Stock, © Rasi, © Maxchered; © Arthrex GmbH

Die neue AutoCart-Methode bietet zwei wesentliche Vorteile: Knorpeldefekte können in nur einer Operation behandelt werden. Und es kommt ausschließlich körpereigenes Gewebe zum Einsatz:

- AutoCartilage = Eigen-Knorpel
- Eigenblut
- Zentrifugierte Bestandteile des Eigenbluts (Thrombin, Wachstumsfaktoren (PRP))

Wie läuft die Behandlung ab?
Zunächst wird der Knorpelschaden chirurgisch vorbereitet und die Ränder werden stabilisiert. Danach entnimmt der Operateur mit einem speziellen Instrument Knorpelfragmente (Knorpelchips) vom Rand des Knorpeldefekts oder aus einem anderen gesunden Teil des Knorpels. Dieses speziell zerkleinerte und in einem sterilen Filter gesammelte eigene Knorpelgewebe wird dann mit sogenanntem PRP (plättchenreichem Plasma) vermischt. Das PRP wurde zuvor aus dem Blut des Patienten zentrifugiert. Es enthält eine hohe Zahl an Wachstumsfaktoren, die für eine erfolgreiche Gewebebildung notwendig sind.

Anschließend wird dieses Knorpelchips-PRP-Gemisch (Paste) auf den Knorpelschaden aufgetragen. Zur ersten Versiegelung wird die Paste mit einer Thrombinlösung bedeckt, die ebenfalls aus dem Eigenblut des Patienten gewonnen wurde. Thrombin ist das wichtigste Enzym der Blutgerinnung. Durch das Auftragen einer Thrombin-PRP-Mischung erfolgt dann ein zweiter Versiegelungsschritt. Somit stellt der Patient selbst die wichtigen Bestandteile für eine Heilung bereit:

- Knorpelfragmente als Gerüststruktur
- Regenerationskräftige Eigenknorpelzellen
- Thrombin als Bindestoff
- PRP als Wachstumsfaktoren aus körpereigenem Blut.

Patienten und Gesundheitssystem profitieren von neuem Verfahren
Die bisherigen Ergebnisse einer Zweijahresstudie und einer Fünfjahresstudie sind vielversprechend. Es bleibt noch abzuwarten, ob diese einzeitige Operationsmethode auch in Langzeitstudien die gleichen guten klinischen Ergebnisse liefert wie die bewährten Verfahren.

Wünschenswert wäre dies, da der Patient – im Vergleich zur zweizeitigen Knorpelzelltransplantation – nur eine Operation zu bewältigen hätte, da die vorbereitende Operation der Zellgewinnung nicht mehr nötig wäre. Als Nebeneffekt würden dem Gesundheitssystem Kosten für Erstoperation und Zellkultivierung erspart.
Das Experten-Team der HP-C wird dieses Konzept weiterhin beobachten und im Falle einer langfristig positiven Entwicklung auch einsetzen. Derzeit bleibt dieses Verfahren in unserer Clinic Sonder- und Einzelfällen vorbehalten.

„Am-Ball-der-Wissenschaft-Bleiben ist ein Grundpfeiler unserer Behandlungsphilosophie.“

VORTEILE DER AUTOCART-METHODE

- Es handelt sich um ein einzeitiges Verfahren, d.h. es ist nur ein operativer Eingriff erforderlich.
- Es kommt ausschließlich körpereigenes Gewebe zum Einsatz.

Schmerz, lass nach!

„CRPS“: Wenn Muskeln, Nerven und Durchblutung in Hand oder Fuß nicht mehr harmonieren

DR. MED.
RALF STAPELFELDT
Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Konservative und präventive Orthopädie
- Rheumatologie

Viele Namen, eine Krankheit: Beim komplexen regionalen Schmerzsyndrom, auch „CRPS“, „Algodystrophie“ oder „Morbus Sudeck“ genannt, quälen Patienten sich häufig noch Monate nach einer Verletzung oder Operation mit heftigsten Schmerzen. Betroffen sind vor allem die Extremitäten. Im Interview erläutert Dr. Ralf Stapelfeldt, wie die komplexe Erkrankung diagnostiziert und behandelt werden kann.

hp-concret: Herr Dr. Stapelfeldt, manche Menschen leiden nach einer Verletzung oder Operation von Hand oder Fuß unter unerklärlichen und unangemessen starken Schmerzen und Schwellungen. Häufig ist auch die Funktion der betroffenen Gliedmaßen eingeschränkt. Was ist das für eine Krankheit – und wie kann sie behandelt werden?

Dr. Stapelfeldt: Klingen Schmerzen nicht wie erwartet ab, müssen zunächst alle infrage kommenden Ursachen ausgeschlossen werden. Dazu zählen beispielsweise Durchblutungsstörungen, Thrombosen, Infektionen, Erkrankungen aus dem rheumatischen Formenkreis, Nervenkompressionssyndrome oder andere Verletzungen. Liegt keine dieser Ursachen vor, ist das „Complex Regional Pain Syndrome" (CRPS) anzunehmen. Im Deutschen spricht man vom komplexen regionalen Schmerzsyndrom. Andere Namen für dieses schwere Krankheitsbild sind „Algodystrophie“ oder „sympathische Reflexdystrophie“. Früher war die Bezeichnung „Morbus Sudeck“ am geläufigsten. Der Namensgeber Paul Sudeck war ein Hamburger Chirurg und Hochschullehrer (1866–1945), der als erster Mediziner Anfang des 20. Jahrhunderts diese Symptome als „entgleiste Heilentzündung“ und „Dystrophie der Gliedmaßen“ beschrieben hat.

> „Schmerzmedikation und Aufklärung spielen eine wichtige Rolle.“

Fotos: Adobe Stock, © Aleksej; © puhhha

hp-concret: Welche Faktoren sind für die Entstehung von CRPS verantwortlich?
Dr. Stapelfeldt: CRPS zählt zu den neurologisch-orthopädisch-traumatologischen Erkrankungen, deren Stoffwechselabläufe nur zum Teil geklärt sind. Möglicherweise verursacht eine lokal gesteigerte Ausschüttung von Entzündungsstoffen im Bereich der Nerven das Auftreten von CRPS. Eine gestörte Durchblutung der kleinen Gefäße sowie des Lymphabflusses führt zu einem Ödem im Bindegewebe. Dort kommt es lokal zu Veränderungen der Hautfarbe und der Hauttemperatur. Die Muskeln bilden sich zurück, Kraft und Motorik in der Hand oder dem Fuß lassen nach. Die Knochen der Region verlieren Mineralstoffe.

hp-concret: Gibt es Symptome, die Sie besonders häufig beobachten?
Dr. Stapelfeldt: Wie der Name schon sagt: Die Symptome sind komplex. Meist bemerken Patienten zunächst eine Schwellung der betroffenen Hand oder des Fußes. Diese wird begleitet von starken – brennenden oder stechenden – Schmerzen, in Ruhe und bei Bewegung. Selbst eine leichte Berührung kann bei den Patienten heftige Schmerzen auslösen *(Hyperästhesie)*. Wie bereits erwähnt, verändern sich die betroffenen Gliedmaßen auch physisch und optisch: Die Haut kann gerötet und überwärmt sein und schwitzen. Oder aber sich wegen einer Mikro-Zirkulationsstörung der Gefäße bläulich verfärben und kalt anfühlen. Bei einigen Patienten wachsen Haare, Finger- und Fußnägel an den betroffenen Stellen unnormal stark. Gelenke können nur mit Schmerzen bewegt werden, sie steifen ein. Die Sensibilitätsstörung verläuft oft in einem bestimmten Areal eines oder mehrerer Nerven. Die Schmerzwahrnehmung ist gesteigert, später ist auch die gesamte zentrale Schmerzverarbeitung gestört. Daraus resultiert ein Funktionsverlust an der betroffenen Extremität. Sie können sich vorstellen, dass die Beschwerden Patienten auch psychisch stark belasten und zu einer längeren Arbeitsunfähigkeit führen.

hp-concret: Wann tritt die Krankheit auf und wer ist betroffen?
Dr. Stapelfeldt: Am häufigsten tritt das Syndrom nach Verletzungen einer Extremität auf. Die distale Radiusfraktur *(Handgelenksbruch)* ist die bekannteste Verletzung, die im Zusammenhang mit CRPS beobachtet wird. Allerdings können die Auslöser eines CRPS sehr vielfältig sein. In unserer Sprechstunde sehen wir das Krankheitsbild auch nach Bagatellverletzungen wie Verstauchungen oder nach Operationen. Selten beobachten wir das CRPS auch ohne Trauma, z. B. nach einer Venenentzündung, einem Schlaganfall oder einem Herzinfarkt. CRPS kann sogar ohne erkennbare Ursache auftreten. Betroffene Patienten sind meist zwischen 40 und 70 Jahren alt, wobei Frauen häufiger erkranken als Männer.

hp-concret: Wie lässt sich ein CRPS sicher diagnostizieren?
Dr. Stapelfeldt: Zuerst müssen alle anderen Differenzialdiagnosen ausgeschlossen werden. Der behandelnde Arzt muss die aktuellen Diagnosekriterien von CRPS kennen und die Krankheit „auch auf dem Schirm“ haben. Bei der klinischen Untersuchung liefern die typischen Symptome entscheidende Hinweise. So ist etwa die unterschiedliche Hauttemperatur für den Untersucher spürbar oder kann auch mit einer Wärmebildkamera im Seitenvergleich dargestellt werden. Dabei finden sich Unterschiede von ein bis zwei Grad Celsius. Mit der bildgebenden Diagnostik erkennen wir im Kernspin (MRT) und Röntgen die entzündlichen Veränderungen beziehungsweise auffällig fleckige Veränderungen am Knochen. In der Szintigrafie erkennen wir den lokal gesteigerten Stoffwechsel.

hp-concret: Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
Dr. Stapelfeldt: Je früher die Therapie beginnt, desto besser sind die Heilungschancen. Wird ein CRPS zu spät erkannt, können die Beschwerden chronifizieren. Daher sind Kontrollen nach einer Verletzung oder Operation sehr wichtig. Nur dann kann die Erkrankung schnell diagnostiziert und eine symptomorientierte Therapie eingeleitet werden kann. Entzündungen und Schmerzen müssen medikamentös unter Kontrolle gebracht und der Abbau der Knochenmineralien muss verhindert werden.
Meinen Patienten rate ich immer zu einer langfristigen, interdisziplinären Behandlung, begleitet von einem Orthopäden/Unfallchirurgen, einem Neurologen, einem Schmerz- sowie Physio- und Ergotherapeuten. Sinnvoll sind wohldosierte, manuelle und physikalische Therapien, etwa Lymphdrainagen. Auch die Schmerzmedikation und die Aufklärung des Patienten, gegebenenfalls auch eine psychologische Mitbehandlung, spielen eine wichtige Rolle. Ziel ist es, dass der Patient schmerzfrei wird und die Funktion der betroffenen Extremität wieder hergestellt wird. Durch eine kompetente Behandlung und mit ausreichend Geduld kann ein CRPS vollständig zur Ausheilung gebracht werden.

hp-concret: Wir danken für das interessante Gespräch!

„Die quälenden Schmerzen belasten den Patienten auch psychisch stark.“

Neue Sterilisationstechnologie für den OP

Ein Höchstmaß an Sicherheit für die Patienten

JÜRGEN STOLL
Leitung OP-Abteilung

Die HP-C investiert in Dampfsterilisatoren der modernsten Generation. Davon profitieren in erster Linie die Patienten.

Die Aufbereitungseinheit für Medizinprodukte (Zentralsterilisation) – kurz AEMP – spielt eine zentrale Rolle im Hygienemanagement der Hessingpark-Clinic. Vom einfachen Skalpell bis zum komplexen Operationsbesteck werden hier die OP-Instrumente der Clinic gereinigt, desinfiziert und sterilisiert. Anfang 2022 wurde der Bereich mit zwei neuen Dampfsterilisatoren der modernsten Generation ausgestattet. Mit dieser Investition wird die HP-C auch zukünftig höchsten Anforderungen an eine hygienisch einwandfreie Aufbereitung der OP-Instrumente gerecht. „Die bisherigen Geräte haben uns über viele Jahre gute Dienste geleistet. Der Verschleiß von wichtigen Hardwarekomponenten, vor allem aber steigende Operationszahlen und immer spezialisiertere Operationen erforderten nun den Austausch“, erläutert OP-Leiter Jürgen Stoll. Die zwei neuen Sterilisatoren wurden innerhalb von nur zwei Monaten eingebaut und in Betrieb genommen. „Obwohl der Zeitplan ambitioniert war, wurde der Umbau termingerecht umgesetzt“, freut sich Alexander Miller, Technischer Leiter der Clinic über den erfolgreichen Verlauf des Projektes.

Neue Technologie verbessert Arbeitsabläufe

Wichtigste Verbesserung durch die neuen Anlagen ist eine erhöhte Stabilität der Sterilisationsprozesse. Eine ins Gerät integrierte Testeinheit steuert und überprüft täglich nach strengen Vorgaben selbstständig die Dampfqualität“, erklärt Jürgen Stoll. Der Start des Programms kann so vorprogrammiert werden, dass die Geräte bereits mit Dienstbeginn der Mitarbeiter einsatzbereit sind. „Das spart Zeit und verbessert die Arbeitsabläufe bei Operationen, da die Instrumente schneller verfügbar sind“, so Jürgen Stoll. Damit die Mitarbeiter der AEMP die neue Technik „im Griff“ haben, absolvierten sie eine umfassende Schulung durch den Hersteller. „Ein gut qualifiziertes Team und eine zukunftsorientierte Technologie gewährleisten die höchste Sicherheit für unsere Patienten“, betont Pflegedienstleiterin Theresia Rodler.

Fotos: Adobe Stock, © Africa Studio

Erkrankungen der Wirbelsäule

Konservative Therapie vermeidet viele Operationen

Hexenschuss, Bandscheibenvorfall, chronische Kreuzschmerzen: Der Rücken ist die „Problemzone“ Nummer Eins der Deutschen. In der Hessingpark-Clinic werden Patienten mit Wirbelsäulenbeschwerden mit guten Ergebnissen konservativ therapiert.

„Isch hab Rücken“: Diesen Ausspruch des Komikers Hape Kerkeling kennt fast jeder. Und fast jeden trifft es: Rückenschmerzen sind die Volkskrankheit „Nummer Eins“ in Deutschland. Die Ursachen für Erkrankungen der Wirbelsäule sind vielfältig: Fehlhaltungen, einseitige Belastungen, mangelnde Bewegung.

„Rückenbeschwerden sind jedoch meist kein Grund für eine OP“, weiß Dr. Felix Hohmann. Der erfahrene Wirbelsäulenspezialist behandelt Ischias, Hexenschuss und Bandscheibenvorfälle seit Jahrzehnten erfolgreich mit konservativen Methoden. Seine Erfahrung: „Patienten sind nach konservativer Therapie zu 90 Prozent dauerhaft zufrieden.“

Exakte Diagnostik ist entscheidend für optimale Therapie

Für die genaue Diagnostik nimmt sich das Wirbelsäulenteam der HP-C viel Zeit. Eine umfangreiche Anamnese (Befragung des Patienten) gibt Aufschluss über schmerzauslösende Faktoren, Art des Schmerzes, Dauer der Beschwerden. Aber auch berufliche und familiäre Belastungen werden erfragt. Die gezielte körperliche Untersuchung des Bewegungsapparates und der neurologischen Funktionen (Kraft, Gefühl, Koordination, Schmerz) bringen weitere Hinweise auf die Ursache der Beschwerden. Falls erforderlich, werden zusätzlich bildgebende Verfahren eingesetzt. Per Röntgen können Statik sowie Stabilität der Wirbelsäule untersucht und Fehlstellungen, Verschleißveränderungen oder Instabilitäten festgestellt werden. Strahlen die Schmerzen stark in Arm oder Bein aus, wird eine Kernspintomografie des betreffenden Wirbelsäulenabschnittes durchgeführt. Anhand der Bilder des MRT können Nerven, Gelenke, Bänder, Muskeln und Weichteile beurteilt werden.

In den meisten Fällen kann nach der sorgfältigen Diagnose eine konservative Therapie als nicht-operative Schmerzbehandlung erfolgen. Mit bewährten Methoden wie Wärmeanwendungen, krankengymnastischen Übungen sowie schmerzlindernden und entzündungshemmenden Medikamenten können gute Ergebnisse erreicht werden.

Gezielte Infiltrationen zur Linderung akuter Beschwerden

Gerade bei akuten Schmerzen ist eine schnelle Einleitung der erforderlichen heilenden Therapie nötig. Hier lässt sich durch gezielte Spritzen – sogenannten Infiltrationen – im Bereich der Schmerzpunkte in vielen Fällen der Teufelskreis des Schmerzes durchbrechen. Behandelt werden etwa schmerzhafte Wirbelgelenke, Muskulatur und aus der Wirbelsäule austretende Nerven (periradikuläre Therapie). Die Risiken einer solchen Infiltrationsbehandlung sind sehr überschaubar und führen meist dazu, dass eine Operation vermieden werden kann.

Dem Wirbelsäulenteam der Hessingpark-Clinic gelingt in den meisten Fällen, durch konservative Therapiemaßnahmen eine Schmerzlinderung zu erreichen und die Beweglichkeit wieder herzustellen. Dank der Behandlung können Patienten in ihrem Berufs- und Freizeitleben wieder aktiv sein. „Wichtig ist dabei aber die aktive Mitarbeit des Patienten, etwa beim Muskelaufbautraining in der Physiotherapie“, betont Dr. Hohmann. „Bewegung ist bekanntermaßen das beste Mittel gegen Rückenschmerzen“, so der Experte.

DR. MED.
FELIX C. HOHMANN
Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Hals- und Lendenwirbelsäulenchirurgie
- Verengung des Wirbelkanals
- Bandscheibenvorfälle
- Rückenschmerzen
- Ischiasschmerzen
- Bandscheibenverschleiß
- Instabilität der Wirbelsäule
- Künstliche Bandscheiben an der Halswirbelsäule

„Patienten sind nach konservativer Therapie zu 90 % dauerhaft zufrieden.“

Bandscheibenvorfälle an der Halswirbelsäule

Wann eine Operation sinnvoll ist

PROF. DR. MED. MATTHIAS OERTEL
Facharzt für Neurochirurgie

Spezialgebiete:
- Mikrochirurgische Hals- und Lendenwirbelsäulenchirurgie
- Verengung des Wirbelkanals
- Bandscheibenvorfälle
- Rückenschmerzen
- Ischiasschmerzen
- Bandscheibenverschleiß
- Instabilität der Wirbelsäule
- Künstliche Bandscheiben an Hals- und Lendenwirbelsäule
- Tumore der Wirbelsäule

Maren M. wird plötzlich von starken Nackenschmerzen heimgesucht, die bis in die Arme strahlen. Eine beginnende Lähmung erfordert den sofortigen Besuch beim Arzt. Die Diagnose ist eindeutig: akuter Bandscheibenvorfall. In Fällen wie diesem ist fast immer eine operative Therapie indiziert.

Maren M. traf es heftig und ohne jede Vorwarnung. Mitten in der Nacht schoss der Marketing-Managerin plötzlich ein unerträglicher Schmerz in den Nacken. Und ganz gleich, wie die 40-Jährige ihren Kopf auch legte, der Schmerz blieb und brannte bis in die linke Hand. An Schlafen war nicht mehr zu denken. Maren M. stellte sich unter die Dusche. Doch selbst das warme Wasser brachte keine Linderung. Zeigefinger und linker Daumen fühlten sich nun taub an. Als die Managerin gegen acht Uhr ihre Aktentasche anhob, bemerkte sie, dass der linke Arm viel schwächer war als der rechte. Maren M. griff zum Telefon und vereinbarte einen Termin beim Arzt.

„Diese Patientengeschichte steht beispielhaft für den Ablauf eines Bandscheibenvorfalles an der Halswirbelsäule. Die Beschwerden treten plötzlich auf und sind oft kaum zu ertragen. Nur selten berichten Patienten von Symptomen, die über Monate oder Jahre bestehen“, erklärt Wirbelsäulenspezialist Professor Matthias Oertel.

Bei Lähmungserscheinungen klingeln die Alarmglocken

Starke Schmerzen, Muskelschwäche oder Taubheit der Finger sind Alarmsignale und machen eine sofortige Arztkonsultation notwendig. Die frühzeitige Diagnose ist Voraussetzung, um eine optimale Therapie einzuleiten. „In der Hessingpark-Clinic untersuchen wir die Patienten beim Verdacht auf einen Bandscheibenvorfall zunächst eingehend körperlich, um die Symptome auch objektiv nachzuvollziehen“, so Professor Oertel. Anschließend werden sowohl eine Magnetresonanztomografie (MRT) als auch eine Röntgendiagnostik durchgeführt. Das MRT zeigt mit hoher Auflösung die Anatomie der Halswirbelsäule und auch Veränderungen, die die Symptome erklären können. Gerade die genaue Darstellung von Weichteilstrukturen wie Bandscheiben, Rückenmark und Nerven macht das MRT unersetzlich. Die Röntgenaufnahmen sind ebenfalls notwendig, weil damit die Stellung

Fotos: Adobe Stock, © sebra; © CLIPAREA.com

der Wirbel gegeneinander bei Bewegung abgebildet werden kann. Die Strahlenbelastung ist dabei so gering, dass sie zu vernachlässigen ist. Beim MRT kommen gar keine ionisierenden Strahlen – also Röntgenstrahlen – zum Einsatz.

Maren M. aus unserem Beispiel berichtete von einer Muskelschwäche des Armbeugers *(Musculus bizeps brachii)*. Es bestand eine leichte Lähmung und der Eigenreflex des Muskels war ausgefallen. Ziel der Behandlung war in diesem Fall die schnellstmögliche und dauerhafte Wiederherstellung der Funktion des Muskels und damit des Armes. Die Lähmung und die starken Schmerzen waren durch Druck des Bandscheibenvorfalls auf den Rückennerv (Spinalnerv) verursacht worden. Bandscheibengewebe beinhaltet auch eine Reihe von Stoffen, die eine zusätzliche Entzündung des Nervs hervorrufen können.

In Fällen wie bei Maren M. ist eine Operation die einzige Möglichkeit, den Nerven schnell zu entlasten. Alle alternativen Therapien lindern nur die Symptome, können aber die Muskelkraft nicht wiederherstellen. Die Operation erfolgt je nach Lage des Bandscheibenvorfalles von vorne oder von hinten. Bei der häufigeren Operation von vorne wird am Hals rechts der Mitte eingegangen und in wenigen Minuten die Wirbelsäule erreicht. Luft- und Speiseröhre werden zur Seite geschoben. Danach wird unter der Sicht des Mikroskops die gesamte Bandscheibe abgetragen und der Vorfall, der weit hinten auf den Nerven drückt, entfernt. Zur Rekonstruktion der Höhe der Bandscheibe wird ein Platzhalter aus Kunststoff in den Bandscheibenraum eingebracht. In Einzelfällen kann noch eine Platte aufgeschraubt werden.

Operative Therapien werden in der Regel gut vertragen

Bei jungen Patienten unter fünfzig Jahren mit gut erhaltener Beweglichkeit der Halswirbelsäule und gesunden Bandscheiben in anderen Etagen kann auch eine Bandscheibenprothese zur Erhaltung der Bewegung eingebracht werden. Nach dem Eingriff müssen Patienten für wenige Tage mit einem kloßigen Gefühl beim Schlucken rechnen. Nackenschmerzen können in den ersten Wochen auftreten.

Bei der Operation von hinten wird die Muskulatur abgelöst und der Bandscheibenvorfall nach Entfernung des Knochens abgetragen. Missempfindungen am Nacken, über die einige Patienten klagen, können gut therapiert werden. Die Wunden werden geklebt, sodass die Patienten sofort duschen können. Der Kleber fällt über die Zeit ab; Fäden müssen nicht gezogen werden. Nach einem stationären Aufenthalt von drei Tagen wird zwei Wochen später mit der Physiotherapie begonnen. Die Rückbildung der Taubheit und die Wiedererlangung der vollständigen Muskelkraft können bis zu sechs Monate dauern.

Zusammenfassend werden operative Therapien an der Halswirbelsäule generell gut vertragen und haben für fast alle Patienten positive Effekte. Wartet man allerdings zu lange bis zur Operation, können auch Defizite bestehen bleiben. Maren M. kann heute ihren Arm wieder ohne Einschränkungen und Schmerzen bewegen. Bereits vier Wochen nach ihrer Operation saß die Managerin wieder an ihrem Schreibtisch im Büro.

„Durch eine Operation kann die Muskelkraft wiederhergestellt werden.“

DIE „STOSSDÄMPFER“ DER WIRBELSÄULE

Die 23 Bandscheiben liegen wie eine Art Puffer zwischen den Wirbelkörpern und federn Erschütterungen ab. Eine Bandscheibe besteht aus einem elastischen Faserring sowie einem weichen Gallertkern. Kommt es zu einem Vorfall, drücken Teile des Gewebes auf den Spinalnerv.

„Biofeedback ist eine Methode, um unbewusste Körperfunktionen bewusst zu machen.“

Die eigenen Körpersignale lesen

Durch Ultraschall-Biofeedback können physiologische Signale des Körpers, wie z. B. die Muskelaktivität, visuell sichtbar gemacht werden. Die Methode unterstützt sowohl Therapie- als auch Trainingsprozesse bei Rückenschmerz-Patienten.

Etwa 85 Prozent der Deutschen leiden im Laufe ihres Lebens mindestens einmal an Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule. Zu diesem Ergebnis kam die Rückenschmerzstudie des Robert-Koch-Instituts im Jahr 2012. Den Beschwerden können unterschiedliche Ursachen zugrunde liegen. Bei einigen Patienten kann durch eine radiologische Untersuchung eine spezifische Diagnose gestellt werden, wie etwa beim Bandscheibenvorfall. In vielen Fällen jedoch ist keine eindeutige strukturelle Ursache nachweisbar. Oftmals bilden sich diese akuten Schmerzen von allein zurück. 80 Prozent der Betroffenen entwickeln jedoch unbehandelt innerhalb eines Jahres an derselben Stelle die gleichen Symptome. Halten die Beschwerden mehr als drei Monate an, spricht man von chronischen Schmerzen.

Die Lendenwirbelsäule wird von einem „Muskelkorsett“ gestützt

Rückenschmerzen entstehen, wenn ein Ungleichgewicht in der rumpfstabilisierenden Muskulatur vorliegt und dadurch die Wirbelsäule nicht mehr optimal stabilisiert werden kann. Das Muskelgerüst an der Lendenwirbelsäule ist in ein lokales-tief-liegendes und globales-oberflächliches System aufgeteilt. Zu den oberflächlichen Muskeln gehören die gerade und schräge Bauchmuskulatur sowie die globale Rückenmuskulatur. Sie liegen weit von der Wirbelsäule entfernt und ermöglichen, dass wir Bewegungen ausführen und unser Gleichgewicht halten können. Diese Muskelgruppen gewährleisten jedoch keine Stabilität an der Wirbelsäule.

Im Gegensatz dazu liegen die lokalen Muskeln wie der Musculus transversus abdominis (tief liegender Bauchmuskel), die Musculi multifidi (tiefe Rückenmuskulatur), der Beckenboden und das Zwerchfell nah an der Wirbelsäule. Diese Muskelgruppen bilden eine Art Korsett um die Wirbelsäule und verhindern auf diese Weise Scherbewegungen der Wirbelkörper. Bei gesunden Menschen arbeiten die tief liegenden Muskeln mit einer sogenannten Voraktivierung: Findet eine Bewegungsplanung im Gehirn statt, spannt die Tiefenmuskulatur wenige Millisekunden vor der oberflächlich liegenden Muskulatur an und gewährleistet somit eine optimale Stabilität für die Wirbelsäule.

Wie entstehen Rückenschmerzen?

Eine falsche Sitzhaltung am Arbeitsplatz, ein falsches Heben oder Bücken: Die wesentliche Ursache für Rückenprobleme sind Fehlbelastungen im Alltag. Das Muskelsystem an der Wirbelsäule gerät ins Ungleichgewicht; Schmerzen und Verspannungen entstehen. Akute und chronische Schmerzen an der Lendenwirbelsäule führen zu einer Hemmung der Tiefenmuskulatur und dadurch innerhalb kürzester Zeit zu einem strukturellen Umbau. Das hat zur Folge, dass die Vor-

aktivierung der lokalen Muskeln verzögert eintritt. Gleichzeitig versuchen die globalen Muskeln dieses Defizit auszugleichen und geraten in eine Überlastungssituation. Durch diesen gestörten zeitlichen Ablauf entstehen unkontrollierte Scherbewegungen an den Wirbelkörpern, da diese nicht mehr durch die lokale Muskulatur stabilisiert werden können. Daraus können unspezifische Rückenschmerzen und strukturelle Schädigungen im Bereich der Wirbelkörpergelenke und Bandscheiben resultieren.

Individuelle Therapie zur Stärkung der „lokalen" Rumpfmuskulatur

Kommen Patienten mit Rückenschmerzen zu HP-C Therapie und Training, führen die Therapeuten zunächst eine ausführliche Anamnese und Untersuchung durch. Das Beschwerdebild sowie mögliche Ursachen für den aktuellen Schmerzzustand werden detailliert erfasst, analysiert und anschließend ein individueller Therapieplan erstellt. Ziel ist es immer, die Koordination und das "Timing" der lokalen Muskulatur wieder herzustellen.

Mithilfe von Ultraschall wird die Muskelspannung sichtbar gemacht

Die tieferen Schichten der Rücken- und Bauchmuskulatur sowie der Beckenboden sind von außen nur bedingt zu tasten. Die Therapeuten bei Therapie und Training arbeiten deshalb mit der sogenannten Ultraschall-Feedback-Methode. Dabei wird mittels einer Ultraschalluntersuchung die lokale und globale Muskulatur dargestellt. Hochmoderne Ultraschallgeräte übertragen die Bilder in Echtzeit direkt auf ein Tablet. So können die Therapeuten gemeinsam mit dem Patienten genau und objektiv auf dem Bildschirm verfolgen, ob eine Ansteuerung der tief liegenden Muskulatur stattfindet und gegebenenfalls korrigieren.

Beim Beckenboden wird mittels einer Ultraschalluntersuchung über die Bauchdecke festgestellt, ob sich bei Anspannung dieser Muskelgruppe die Blase heben kann. Für das Ultraschall-Feedback wird in den ersten Therapieeinheiten eine neutrale Ausgangsstellung, beispielsweise die Rücken- oder Bauchlage, gewählt. In dieser Position kann die lokale Muskulatur optimal angesteuert werden. Ist eine gute Aktivierung möglich, wird das Ultraschall-Feedback auch in höheren Ausgangsstellungen wie dem Sitz oder Stand angewandt.

Studien belegen, dass durch diese Form des Feedbacks das Bewusstsein des Patienten für die lokale Muskulatur wiederhergestellt und der Lernprozess beim Training deutlich beschleunigt wird. Echtzeit-Ultraschall bietet somit eine gute Möglichkeit, die Therapie bei Rückenschmerzpatienten zu unterstützen. Ein gezieltes Trainingsprogramm trägt dazu bei, das Wiederauftreten der Beschwerden zu verhindern.

„Die Wirksamkeit von Biofeedback bei Rückenschmerzen ist in Studien sehr gut belegt."

ULTRASCHALL-AUFNAHMEN DER BAUCHMUSKULATUR

Die Abbildungen zeigen die Bio-Feedback-Methode anhand eines Beispiels an der Bauchmuskulatur. Hier sind der tief liegende Bauchmuskel M. transversus abdominis (TrA) und die oberflächlich liegende schräge Bauchmuskulatur M. obliquus internus (OI) sowie M. obliquus externus (OE) einmal in entspanntem Zustand (a) und einmal im angespannten Zustand (b) dargestellt. Ziel ist es, eine Aktivierung des M. transversus abdominis bei gleichzeitig entspanntem Zustand der schrägen Bauchmuskulatur zu erreichen.

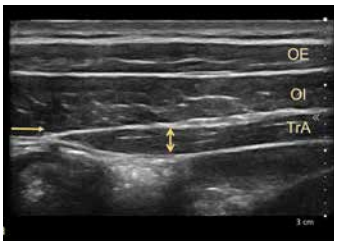


Abb. a: Entspannter Zustand des M. transversus abdominis (TrA)

Abb. b: Aktivierung des M. transversus abdominis (TrA) sichtbar als Verdickung bei entspannter globaler Bauchmuskulatur (M. obliquus internus (OI) und M. obliquus externus (OE))

Verena Meisterling,
Physiotherapeutin

hessingpark CLINIC
THERAPIE UND TRAINING

Hessingpark-Clinic Therapie und Training
Wellenburger Str. 15 | 86199 Augsburg
Telefon: 0821 909 9116
therapie-training@hessingpark-clinic.de

Sportlich unterwegs mit Endoprothese

Ein Interview mit Michael Endres und Dr. Christian Griesmann

Jährlich erhalten allein in Deutschland etwa 200.000 Menschen ein künstliches Hüftgelenk. Einer von ihnen ist Michael Endres, Vorsitzender Richter am Oberlandesgericht München. Der sportliche Jurist ist erst 52, als er die Schmerzen in seiner linken Hüfte nicht mehr aushält. In der Hessingpark-Clinic lässt er sich vor acht Jahren eine Hüftgelenkprothese implantieren. Die Entscheidung fällt ihm nicht leicht, doch heute sagt der 61-Jährige: „Die Hüftoperation hat mir meine Lebensfreude zurückgegeben."

Michael Endres (re) mit seinem behandelnden Orthopäden Dr. Christian Griesmann.

„Die Hüft-OP hat mir meine Lebensfreude zurückgegeben."

hp-concret: Herr Endres, Sport ist ein wichtiger Teil Ihres Lebens. Sie laufen regelmäßig die 10-km Distanz. Aktuell trainieren Sie für einen Halbmarathon im Schweizerischen Davos. Hätten Sie vor acht Jahren daran geglaubt, dass dies mit einer Hüftgelenkprothese möglich sein wird?

M. Endres: Ehrlich gesagt – nein. Und ich bin sehr glücklich, dass ich dank meiner OP wieder Rennen laufen kann.

„Die permanenten Schmerzen waren zermürbend"

hp-concret: Welche Beschwerden hatten Sie vor der Operation?

M. Endres: Über viele Jahre litt ich immer mal wieder an Schmerzen, für ein Hüftleiden eher untypisch, außen am linken Oberschenkel. Im Oktober 2013 bin ich dann – völlig beschwerdefrei – einen Marathon am Lago Maggiore gelaufen. Kurze Zeit danach kamen die Schmerzen zurück. Und sie gingen auch nicht mehr weg, sondern hielten über Tage und Wochen an. Egal ob beim Stehen, Liegen oder Sitzen; Medikamente halfen nichts. Glauben Sie mir, so ein permanenter Schmerz ist zermürbend. Schon in der Früh beim Aufstehen wusste ich, ob es ein guter oder schlechter Tag wird.

hp-concret: Was haben Sie dagegen unternommen?

M. Endres: Als langjähriger Trainingskunde bei HP-C Therapie und Training habe ich mich zunächst an Herrn Rigel gewandt. Mehrere Monate lang haben wir dann mit Physiotherapie gearbeitet. Leider brachte mir dies nicht die erhoffte Besserung. Herr Rigel hat mir dann einen Termin in der Sprechstunde von Dr. Griesmann vermittelt. Das Tolle hier im Haus ist ja, dass alle vernetzt miteinander arbeiten.

Dr. Griesmann: Wir tauschen uns in der HP-C regelmäßig interdisziplinär aus. Die Physiotherapeuten verbringen viel Zeit mit den Patienten und können daher körperliche Veränderungen gut beurteilen. Andreas Rigel, Leiter unserer Physiotherapie, kündigte mir damals einen jungen dynamischen Patienten an, der sich schon lange mit einem Hüftleiden quält. Er sei jetzt an einem Punkt, an dem eine konservative Therapie keine Besserung mehr bringt. Diese Einschätzung wurde durch die klinische und radiologische Untersuchung bestätigt. Beide zeigten eine fortgeschrittene Arthrose, also einen Ge-

Foto: Adobe Stock, © Roman Drits

lenkverschleiß. Aufgrund einer angeborenen Hüftgelenkdysplasie (*Fehlstellung*) hatte sich Herr Endres bereits Jahre zuvor einer Hüftgelenkskorrektur unterzogen.

hp-concret: Wer entscheidet, ob operiert wird?
Dr. Griesmann: Wir beraten und begleiten unsere Patienten und sprechen auch eine Empfehlung aus. Im Falle von Herrn Endres war der konservative Weg aus unserer Sicht abgeschlossen. Den endgültigen Entschluss für eine Operation fasst aber immer der Patient selbst.

hp-concret: Wie sind die Erfolgsaussichten bei einer Hüft-OP?
Dr. Griesmann: Wir können niemandem beim Aufklärungsgespräch versprechen, dass er wieder Marathon laufen kann. Was wir aber sagen können ist, dass das Kunstgelenk mit großer Wahrscheinlichkeit ein Gewinn für den Patienten sein wird. Bei Eingriffen an der Hüfte liegt die Chance, dass alles erfolgreich verläuft, bei 98 Prozent. Auch wenn ein operativer Eingriff immer mit einem Risiko verbunden ist, treten Komplikationen doch äußerst selten auf.

hp-concret: Wann ist aus Ihrer Sicht der richtige Zeitpunkt für ein Kunstgelenk?
Dr. Griesmann: Man sollte nicht zu früh operieren. Ist zwar das Röntgenbild schlecht, der Patient aber noch aktiv, empfehle ich erst einmal Physiotherapie und eine erneute Kontrolle nach sechs Monaten. Andererseits sollte man auch nicht so lange warten, bis die Lebensqualität bereits stark eingeschränkt ist und Patienten nicht mehr arbeiten oder Sport treiben können. Laut einer internationalen Studie leben endoprothetisch versorgte Patienten übrigens länger und gesünder. Grund dafür ist: Sie trainieren und belasten ihr Herz-Kreislauf-System und ihre Muskulatur wesentlich besser. Und das führt zu weniger Bluthochdruck, Herzinfarkten oder Schlaganfällen.

hp-concret: Wie ging es Ihnen, als der OP-Termin dann näher rückte, Herr Endres?
M. Endres: Natürlich war es mir vor der OP mulmig zumute. Ich hatte Angst, nicht mehr aus der Narkose aufzuwachen. Und Angst, dass bei der OP etwas schiefläuft. Aber wer lässt sich schon gern operieren? Aufgrund meiner Schmerzen war für mich die OP alternativlos.

hp-concret: Was hat Ihnen in dieser Situation geholfen?
M. Endres: Ich habe mich beim Team der HP-C einfach in guten Händen gefühlt. Dr. Griesmann hat zu mir gesagt „Ich bekomme das hin, Herr Endres“ und darauf habe ich vertraut. Natürlich hatte ich mich vorher in der Physiotherapie auch bei bereits operierten Patienten nach ihren Erfahrungen erkundigt. Mich hat sehr beruhigt, dass es ihnen nach der OP besser ging als vorher.

„Angst ist kein guter Ratgeber – Information nimmt die Angst“

hp-concret: Herr Dr. Griesmann, wie können Sie Patienten die Angst vor dem Eingriff nehmen?

Dr. Griesmann: Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ein gut informierter Patient viel besser mit allem umgehen kann, was auf ihn zukommt. Deshalb führen wir regelmäßig Infoveranstaltungen für unsere Patienten durch. Dabei stellt sich das gesamte Behandlungsteam vor; wir erklären alle Abläufe und beantworten Fragen der Patienten. Das Feedback unserer Patienten ist sehr positiv.

„Ich habe mich beim Team der HP-C einfach in guten Händen gefühlt.“

hp-concret: Wie genau läuft eine Hüft-Operation ab?
Dr. Griesmann: Bei der Operation wird der Oberschenkelkopf entfernt und ein Titanschaft in den Oberschenkelknochen eingebracht. Darauf kommt der künstliche Gelenkkopf. Dieser ist aus Metall oder Keramik. Das Gegenstück ist die künstliche Hüftpfanne. Sie ist ebenfalls aus Titan und wird in das Becken gesetzt. Im Durchschnitt dauert die Operation circa 40 Minuten. Wir versuchen sie so kurz wie möglich zu halten, da das Infektionsrisiko mit jeder Stunde im Operationssaal ansteigt.

hp-concret: Da muss aber jeder Handgriff sitzen!
Dr. Griesmann: Absolut! Zügiges Operieren ist eine echte Teamleistung. Wir schaffen das dank eines eingespielten Teams und fest definierter Abläufe. Vom Operateur bis zum Anästhesisten, von der Pflegekraft bis zum Steri-Team: Jeder weiß genau, was wann zu tun ist. Dieses Hand-in-Hand-Arbeiten und unsere große Routine machen den Eingriff für den Patienten sicherer.

hp-concret: Wie verliefen die ersten Tage nach Ihrer OP, Herr Endres? Hatten Sie große Schmerzen?
M. Endres: Operationsbedingte Schmerzen habe ich nicht gespürt. Es hieß dann nach der OP auch sehr schnell „Raus aus dem Bett!“. Meine Frau erinnert sich noch daran, dass ich ihr bei ihrem ersten Besuch schon mit dem Gehwagen entgegengekommen bin.
Dr. Griesmann: Es ist unser Bestreben, Patienten – mit sanftem Druck – möglichst rasch wieder zu mobilisieren. Der Gehwagen ist dabei das wichtigste Hilfsinstrument. Darin steht der Patient stabil und kann sich mit den Armen abstützen. Angstauslösende Dinge wie der „Nachttopf“ sind bei uns ein No-Go. Schon am Morgen nach der OP dürfen Patienten selbstständig ins Bad. Und dank wasserfester Pflaster kann auch schnell wieder geduscht werden. Am Anfang und nachts assistieren

unsere Pflegekräfte, um den Patienten zusätzliche Sicherheit zu geben.

„So schnell wie möglich ins normale Leben zurück“

Es ist wichtig, dass Patienten Vertrauen in das künstliche Körperteil bekommen. Wenn sie sehen, „es geht“, dann geht’s um so schneller. Aus medizinischer Sicht werden zudem durch die frühzeitige Mobilisation negative Begleiterscheinungen der Bettlägerigkeit wie Rückenschmerzen, Muskelabbau oder Kreislaufprobleme vermieden.

M. Endres: Man wird ja bei den Mobilisationsübungen nicht allein gelassen. Schon kurz nach der OP kam ein Physiotherapeut und hat mein Bein vorsichtig bewegt. Auch die Pflegekräfte haben sich immer viel Zeit für mich genommen. Überhaupt machen die Menschen die besondere Atmosphäre in der Hessingpark-Clinic aus: vom ersten Kontakt im Patientenmanagement bis zur Rehabilitation. Und das Essen ist auch wichtig! Das habe ich heute noch in guter Erinnerung.

Dr. Griesmann: An dieser Stelle möchte ich noch einmal auf etwas zurückkommen, was Herr Endres eingangs erwähnte. Auch wenn die Trainingstherapie nicht in gewünschtem Umfang helfen konnte, war das Training in jedem Fall sehr sinnvoll. Wir legen heute einen sehr hohen Wert auf die sogenannte Prähabilitation. Das heißt, vor einer geplanten Operation werden Patienten durch Physiotherapie vorbereitet und positiv konditioniert. Das hilft ungemein, wenn die Patienten nach dem operativen Eingriff aus dem Bett aufstehen müssen.

„Ich denke heute eigentlich nicht mehr daran, dass ich eine künstliche Hüfte habe.“

hp-concret: Direkt nach Ihrer Entlassung folgte dann die Reha?

M. Endres: Meine Reha habe ich ambulant bei HP-C Therapie und Training absolviert. Ich war selbst überrascht, wie schnell mir die Reha wieder auf die Beine geholfen hat: Im Dezember wurde ich operiert – und im Februar habe ich schon wieder einen langen Spaziergang in Oberstdorf im Schnee gemacht.

„Je länger das mit der Hüfte gut geht, desto selbstsicherer werde ich beim Sporteln“

hp-concret: Wann haben Sie wieder mit Sport begonnen, Herr Endres?

M. Endres: Angefangen habe mit Fahrradfahren. Zunächst hatte ich ein bissel Sorge, vom Rad zu fallen. Aber das wurde von Tag zu Tag weniger. Nach einem Jahr bin ich wieder unbeschwert an andere Sportarten rangegangen. Auch ans Joggen habe ich mich langsam rangetastet. Je länger das mit der Hüfte gut geht, desto selbstsicherer wurde ich beim „Sporteln“. 2017 lief ich dann erstmals wieder den Halbmarathon. Dieses Ziel hatte ich mir schon vor der Operation gesetzt. 2021 bin ich dann erneut beim Halbmarathon in Davos gestartet. Vorher habe ich den Status meiner Hüfte in der HP-C checken lassen. Dr. Griesmann hat mir „Grünes Licht“ gegeben.

hp-concret: Und Ihre Teilnahme war ein voller Erfolg; Sie kamen in Ihrer Altersklasse als Siebter ins Ziel!

„Wenn Sie ein gutes Gefühl haben, machen Sie es“

hp-concret: Herr Dr. Griesmann, sind mit einem Kunstgelenk alle sportlichen Aktivitäten erlaubt?

Dr. Griesmann: Das ist individuell abhängig von Trainingszustand und der Vorerfahrung. Das Motto muss lauten: Mit Verstand trainieren, das künstliche Gelenk im Blick haben, reflektieren, was man tut. Meinen Patienten rate ich immer: „Wenn Sie ein gutes Gefühl haben, machen Sie es!“. Kontaktsportarten wie Fußball oder Sprung- und Kampfsportarten sollten allerdings vermieden werden.

hp-concret: Herr Endres, welches Fazit ziehen Sie heute, acht Jahre nach Ihrer OP?

M. Endres: Mit meiner neuen Hüfte bin ich rundum glücklich. Aber man muss schon selbst etwas tun für die Beweglichkeit. Ich trainiere mit Gewichten und mache regelmäßig Gymnastik. Je aktiver ich bin, umso besser ist mein Wohlbefinden. Das Laufen in der Natur schenkt mir wahnsinnig viel Lebensfreude. Eigentlich denke ich heute nicht mehr daran, dass ich eine künstliche Hüfte habe.“

hp-concret: Herr Endres, gibt es noch etwas, das Sie anderen Betroffenen raten möchten?

M. Endres: Alles im Leben ist Chance und Risiko. Man braucht immer ein Quäntchen Glück. Plagen Sie sich nicht zu lange mit einer kaputten Hüfte. Wenn Sie unsicher sind, holen Sie eine Zweitmeinung ein. Aber warten Sie nicht zu lange mit einer Operation. Der Gewinn durchs Warten ist marginal, die Chance auf neue Mobilität und Lebensqualität durch eine Kunstgelenk jedoch hoch.

hp-concret: Herr Endres, Herr Dr. Griesmann, vielen Dank für das interessante Gespräch.

EndoConcept: Schneller wieder auf den Beinen

Seit Jahren versorgen die Endoprothetik-Spezialisten der Hessingpark-Clinic Patienten mit modernen Hüft- und Knieimplantaten. Das ganzheitliche Programm EndoConcept unterstützt die Betroffenen dabei, möglichst rasch wieder mobil, selbstständig und schmerzfrei zu werden.

Gemeinsam gesund in Bewegung
Wichtigste Elemente des Therapiekonzepts sind das nahtlose Ineinandergreifen aller Behandlungsschritte sowie die umfassende Begleitung der Patienten von der Diagnose bis zur Reha. Mediziner, Physiotherapeuten, Pflegekräfte und Patientenservice arbeiten als interdisziplinäres Team Hand in Hand.

Minimal-invasive Operationsmethoden, qualitativ hochwertige Implantate, schonende Narkoseverfahren sowie die frühzeitige Mobilisierung ermöglichen ein optimales Behandlungsergebnis. Patienten können nach einem Eingriff deutlich früher als bisher nach Hause oder in die ambulante bzw. stationäre Reha entlassen werden.

Gestalten Sie Ihre Genesung als gut informierter Partner aktiv mit!
In unserer Patientenschulung erfahren die Patienten bereits vor ihrem Clinic-Aufenthalt alle Einzelheiten zu Operation und Ablauf ihrer Therapie. Sie lernen ihr Behandlungsteam kennen und erhalten Tipps, wie sie selbst aktiv zur Genesung beitragen können.

Mehr zum EndoConcept finden Sie auf unserer Homepage.

GEMEINSAM GESUND IN BEWEGUNG
hessingpark CLINIC
ENDOCONCEPT

UNSERE ENDOCONCEPT SCHULUNGSTERMINE

4. Juli
12. September
10. Oktober
7. November
5. Dezember

jeweils von 16:00 bis 17:30 Uhr
in der Hessingpark-Clinic
(vorbehaltlich der Pandemie-entwicklung)

Wir bitten Sie um telefonische Anmeldung unter 0821 909 9000

Den Druck rausnehmen

Wenn die Kniescheibe schmerzt, kann ein Hyperkompressionssyndrom dahinter stecken

DR. MED.
DANIEL WAGNER
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Knie- und Schulterchirurgie
- Patellachirurgie

Schmerzen im Bereich der Kniescheibe (*Patella*) oder im vorderen Kniegelenksbereich können viele Ursachen haben. Kniebeschwerden, die durch eine Störung der Kniescheibenführung bedingt sind, werden als Hyperkompressionssyndrom (Überdrucksyndrom) bezeichnet.

Die Patella (*Kniescheibe*) dient der Oberschenkelmuskulatur über die Patellarsehne als eine Art Umlenkrolle für die Kraftübertragung auf den Unterschenkel. Sie läuft beim Beugen des Knies in einem rinnenförmigen Gleitlager (*Trochlea*). Dieses ist der Form der Kniescheibe optimal angepasst, sodass die Bewegungen flüssig, schmerzfrei und reibungslos erfolgen können. Da das Gelenk zwischen der Kniescheibe und seiner Gleitrinne eine einzigartige und komplexe Biomechanik besitzt, ist es anfällig für Erkrankungen.

Beim Beugen des Knies wird zwischen Kniescheibe und Oberschenkelknochen (*patellafemoral*) Druck erzeugt, der statisch und dynamisch in verschiedenen Beugegraden auf unterschiedliche Flächen im Kniescheibengelenk verteilt wird. Ein zu hoher Anpressdruck zwischen Kniescheibe und Oberschenkelrolle wird als Hyperkompressionssyndrom bezeichnet.

„Ursachen für einen erhöhten Druck sind vielschichtig“

Das Hyperkompressionssyndrom kann verschiedene Ursachen haben. Gefunden wird die Erkrankung beispielsweise bei einem Kniescheibentiefstand, angeborenen Fehlbildungen des Gleitlagers der Kniescheibe, einer veränderten Zugrichtung der Kniescheibensehne, Beinachsabweichungen (X-Bein), Verkürzungen des lateralen (*äußeren*) Patella-Bandapparates und der Muskulatur. Die daraus resultierenden unphysiologischen Bewegungen führen beim Beugen und bei der Belastung des Kniegelenkes zu Schmerzen hinter der Kniescheibe. Längerfristig kann hierdurch auch ein Knorpelschaden entwickelt werden.

Wann ist eine Operation notwendig?

Kommen konservative Therapiemaßnahmen an ihre Grenzen, gibt es verschiedene Ansätze, die Beschwerden durch eine OP zu bessern. Insbesondere ist dies der Fall, wenn klinisch aufgrund von verkürzten lateralen patellaren Bandstrukturen eine ein-

Foto: Adobe Stock, © Dragana Gordic

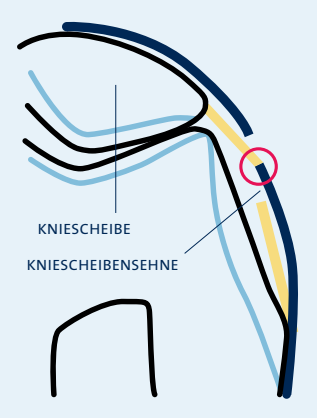
geschränkte Kniescheibenmobilität vorliegt. Durch eine radiologische Bildgebung können der Befund sowie strukturelle Veränderungen bestätigt werden. Optional kann auch eine Testung durch entlastendes Taping oder Bracing erfolgen.

„Operative Maßnahmen werden nach neuesten Erkenntnissen durchgeführt.“

Ziel des operativen Eingriffs ist die Entlastung der äußeren patellafemoralen Kontaktfläche. Dies kann entweder durch eine balancierte Verlängerung des an der Außenseite liegenden Haltebands (laterale Retinakulumverlängerung, kurz: LRV) oder durch die Durchtrennung der äußeren Haltebänder (lateraler Release, kurz: LRR) erreicht werden. Heute wird der LRR-Eingriff jedoch kritisch gesehen. Komplikationen wie Nachblutungen und Hämatome treten nach der LRR häufig auf.

Balancierte LRV mit guten Ergebnissen

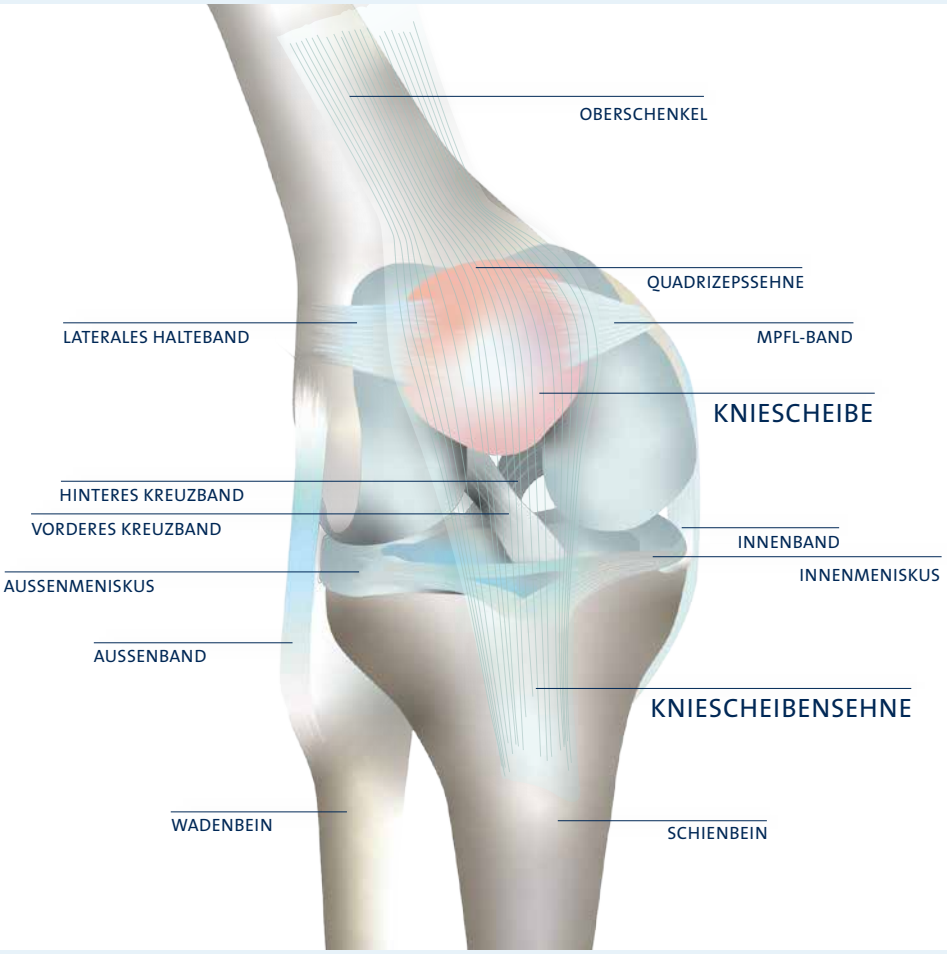
Die Operation führen wir in der HP-C in einer sogenannten „Mini-Open-Technik“ durch. Dabei wird nur ein kleiner Hautschnitt gesetzt. Das äußere Halteband der Kniescheibe wird dabei über einen Kulissenschnitt eröffnet und die oberflächliche von der tiefen Retinakulumschicht getrennt. Die gewünschte Verlängerung wird durch Vernähen der



oberflächlichen mit der tiefen Schicht in circa 70-Grad-Beugung erreicht. Im Gegensatz zum klassischen LRR wird bei dieser Operation die Gelenkkapsel geschont. Das Gelenk wird nicht eröffnet und eine exakte Dosierung des Effektes ist ebenfalls besser möglich. Die klinischen und funktionellen Ergebnisse im Vergleich zum klassischen LRR sind signifikant besser und von weniger Komplikationen begleitet. Die Methode hat mittlerweile vielfach das LRR verdrängt und ist als neuer Standard für Interventionen am lateralen Weichteilkomplex der Kniescheibe anzusehen.

Zusatzeingriffe verbessern den Patella-Lauf

Die knöchernen Eingriffe haben wie die weichteiligen Operationen eine Reduktion des Druckes zum Ziel. Dies wird hier durch eine Verbesserung des Patella-Trackings (Laufs) in der Gleitrinne erreicht. Zum Einsatz kommen hierbei Eingriffe an der Kniescheibe, der Gleitrinne und am Kniescheibensehnenansatz.



GLOSSAR

Patella:
Kniescheibe

Patellafemoral:
zwischen Kniescheibe und Oberschenkelknochen

Retinakulum:
an der Außenseite liegendes Halteband

LRV:
Verlängerung des lateralen Retinakulums

LRR:
Durchtrennung des lateralen Retinakulums

Dr. Ulrich Frank, Dr. Ulrich Boenisch,
Dr. Martin Jordan, Dr. Manfred Thomas (v.l.n.r.)

STERN-Empfehlungsliste 2022:

Vier Experten der Hessingpark-Clinic als beste Fachärzte Deutschlands empfohlen

Mit der Ärzteliste „Gute Ärzte für mich“ zeichnet das Magazin STERN die besten Fachärzte Deutschlands aus. Die Studie wurde erstmals im Rahmen einer Sonderausgabe am 8. März 2022 veröffentlicht. Gleich vier Spezialisten der Hessingpark-Clinic konnten auf Anhieb durch ihre exzellente Expertise im Bereich Sportverletzungen und Gelenkerkrankungen überzeugen:

- Dr. Ulrich Boenisch (Knie und Sportorthopädie)
- Dr. Ulrich Frank (Hand)
- Dr. Manfred Thomas und Dr. Martin Jordan (beide Fuß und Sprunggelenk)

Dr. med. Ulrich Boenisch, Ärztlicher Leiter der HP-C, freut sich über die Auszeichnungen: „Die Empfehlung bestärkt uns in dem von uns eingeschlagenen Weg der konsequenten fachlichen Spezialisierung. Zugleich bestätigt das gute Ergebnis die konstant hohe Qualität unserer Clinic.“ Alle vier Ärzte werden auch wieder bei FOCUS-Gesundheit als Top-Mediziner 2022 (Ausgabe 04/22) gelistet.

HP-C ist auch in anderen Bestenlisten führend

2022 wurde die Hessingpark-Clinic zudem von FOCUS-Gesundheit als „Top-Privatklinik 2022“ mit Schwerpunkt Orthopädie gekürt. In Deutschlands größtem Krankenhaus-Vergleich (Ausgabe 3/2022; erschienen am 05.04.2022) punktete die HP-C in den Fachbereichen Knie- (Meniskus/Kreuzband), Fuß- und Handchirurgie. Mit dem FOCUS-Siegel ausgezeichnet werden Kliniken, die in ihrem Fachgebiet oder in der Behandlung einer speziellen Indikation als Top-Klinik empfohlen werden.

Orientierung bei der Suche nach dem richtigen Spezialisten

Für Patienten, aber auch für zuweisende Ärzte, stellen die Rankings bekannter Magazine wie STERN und FOCUS eine gute Orientierungshilfe bei der Auswahl des richtigen Facharztes oder der optimalen Fachklinik dar.

Um einen Platz in der aktuellen Empfehlungsliste des Magazins STERN zu erhalten, mussten die Mediziner bestimmte Kriterien erfüllen. Dazu zählten u.a. Patienten- und Ärzteempfehlungen (medizinische Reputation), Patientenzahlen sowie die Spezialisierung auf bestimmte Krankheitsbilder. Darüber hinaus wurden Publikationen und Studien ausgewertet. Die Datenerhebung und Analyse erfolgten durch das unabhängige Rechercheinstitut Munich Inquire Media (MINQ). In der STERN-Liste sind über 4000 Empfehlungen für rund 105 Fachbereiche vertreten.

Unsere nationalen und internationalen Gäste

1
Boris Tashchy,
Mittelstürmer und ehemaliger ukrainischer Nationalspieler

2
Xinghan Wu,
Mittelfeldspieler in der Chinese Super League

3
Noah Sarenren-Bazee,
Offensivspieler beim Bundesligisten FC Augsburg

4
Philipp Herkenhoff,
Basketballspieler für die Deutsche Nationalmannschaft, aktuell beim Bundesligaverein Ratiopharm Ulm

5
Joel Abu Hanna,
Innenverteidiger für den polnischen Erstligisten Legia Warschau und für die israelische Nationalmannschaft

Was tun, wenn die Schultersehne reißt?

Schmerzen und Bewegungseinschränkungen in Arm und Schultergelenk deuten auf eine Schädigung der Rotatorenmanschette hin. Am häufigsten betroffen ist die Supraspinatussehne. Ist die Sehne gerissen, wird in der Regel operativ therapiert.

Allroundtalent, aber anfällig: Einerseits gilt die Schulter als beweglichstes Gelenksystem des menschlichen Körpers. Das komplexe Kugelgelenk ermöglicht den Armen einen Bewegungsspielraum von 360 Grad. Andererseits macht diese besondere Anatomie die Schulter anfällig für Instabilität. Gebildet wird das Schultergelenk von einer kleinen flachen Pfanne (*Glenoid*) und einem großen, kugeligen Kopf (*Humeruskopf*). Deswegen verfügt der Schulterbereich als Besonderheit über eine innere Muskel-Sehnen-Manschette, die als Rotatorenmanschette bezeichnet wird. Diese sorgt für eine ständige dynamische Zentrierung des Oberarmkopfes in der Pfanne. Störungen im Bereich der Rotatorenmanschette, wie zum Beispiel Risse, führen zu Dezentrierungen des Oberarmkopfes und damit zu Problemen bei der Bewegung des Arms und in der Folge zu Schmerzen.

Symptome einer Rotatorenmanschettenruptur erkennen

Jede Bewegung des Oberarms im Schultergelenk wird über die Muskeln und Sehnen der Rotatorenmanschette gesteuert. Die Manschette besteht aus vier Muskeln, die vom Schulterblatt kommend zum Oberarmkopf ziehen. Im Bereich des Oberarmkopfes gehen die Muskeln in eine Sehnenplatte über, die wie eine Mütze auf dem Oberarmkopf sitzt. Je nach Lage und Verlauf der unterschiedlichen Anteile der Rotatorenmanschette und der Position des Schultergelenks ermöglichen diese eine Innenrotation, Außenrotation oder Abspreizung des Oberarms.

Wenn einer dieser wichtigen Stabilisatoren ausfällt, kann es Probleme geben. Besonders häufig betroffen ist die sogenannte Supraspinatussehne. Diese hat eine Art Starterfunktion beim Abspreizen des Arms und bildet den obersten Anteil der Manschette. Die Veränderungen reichen von Sehnenleiden (sogenannten Tendinopathien) über Teilrisse bis hin zu kompletten Rissen der Sehne. Typische Zeichen einer geschädigten Supraspinatussehne sind Schmerzen, Kraftminderung und Bewegungseinschränkung.

Tendinopathien entstehen meist durch chronische Quetschungen der Sehne bei einem Engpasssyndrom oder bei Fehlbelastungen. Sie können überwiegend konservativ mit Physiotherapie und reizreduzierenden Maßnahmen therapiert werden. Sobald sich die Schmerzen gebessert

Fotos: Adobe Stock, © contrastwerkstatt; © Football Science Insitute

haben, ist ein physiotherapeutisches Aufbauprogramm zur Stärkung der kopfzentrierenden Muskeln wichtig.

Eine gerissene Supraspinatussehne heilt nicht von selbst
Auch bei Teilrissen ist oft noch eine konservative Therapie möglich. Entscheidend sind hier die Größe und Lage des Risses. Ab einer Rissgröße von über 50 Prozent des Sehnendurchmessers verschlechtern sich allerdings die Ergebnisse der konservativen Therapie. Der stetige Muskelzug im Alltag kann dazu führen, dass sich der Riss vergrößert. Die Wahrscheinlichkeit steigt, dass der Teilriss in einen kompletten Riss übergeht. In diesen Fällen sollten je nach Alter und Aktivität des Patienten operative Maßnahmen diskutiert werden. Bei jungen, aktiven Menschen ist eine OP meist die bessere Lösung.
Komplette Sehnenabrisse werden in der Regel primär operativ therapiert. Zu den Schmerzen kommt hier aufgrund der gestörten Kraftübertragung häufig eine Funktionseinschränkung hinzu. Das heißt, das Heben des Arms ist nur noch erschwert oder im Extremfall gar nicht mehr möglich. Eine spontane Heilung kann nicht stattfinden, da der Muskel die Sehne von ihrem Ansatzpunkt wegzieht. Dieser stetige Muskelzug führt im Alltag auch dazu, dass die Risse mit der Zeit größer werden.

Operiert wird in schonender Schlüssellochtechnik
Die Schulterspezialisten der Hessingpark-Clinic führen die Operation minimal-invasiv in Form einer Gelenkspiegelung (*Arthroskopie*) durch. Dabei mobilisiert der Operateur die gerissene Sehne und frischt den Knochen an, um ein Heilbett zu schaffen. Die Sehne wird mit einem speziell für den Knochen entwickelten Nahtanker im Bereich der ursprünglichen Insertion (*Ansatzstelle*) befestigt. Das minimal-invasive Vorgehen ist sehr risikoarm. Damit nach einer erfolgreichen Rekonstruktion der Rotatorenmanschette die Sehne am Knochen anheilen kann, benötigt sie Schonung. Daher muss der Patient je nach Größe des Risses und der Qualität der genähten Sehne für vier bis sechs Wochen eine Schulterorthese tragen. So wird die Naht bis zur Einheilung der Sehne entlastet. Nach dieser Phase trainiert der Patient in der Physiotherapie, den Arm wieder aktiv zu bewegen. Anschließend sollte ein gezieltes Aufbautraining folgen, bis die optimale Funktion hergestellt ist. Im Schnitt dauert es 3 – 6 Monate, bis die Sehne wieder voll belastbar ist.

„Anwinkeln, strecken, rotieren – das gesunde Schultergelenk ist ein anatomisches Meisterwerk.“

PD DR. MED. FLORIAN ELSER
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Knie- und Schulterchirurgie
- Endoprothetik an der Schulter
- Ellenbogenchirurgie

Dr. Florian Elser in internationales Expertenforum berufen

Sportorthopäde der HP-C „coacht“ Fußball-Professionals

„Achtung: Klappe! Und Action!“ – hieß es im März für PD Dr. Florian Elser. Im Auftrag des Football Science Institute (FSI) zeichnete ein Filmteam zwei Vorträge des Sportorthopäden auf. Dr. Elser wurde als zweiter Deutscher in das internationale Expertenforum des Instituts berufen. Das FSI versteht sich als internationale Plattform für alle, die sich in der medizinischen Betreuung im Profifußball weiterbilden möchten. Das Programm richtet sich vor allem an Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Mannschaftsärzte oder Trainer. In digitalen Vorträgen, Online-Workshops und Seminaren sollen wissenschaftliche Erkenntnisse zugänglich und damit die Entwicklung des Fußballsports gefördert werden. Gegründet wurde das FSI 2018 von Dr. Jesus Olmo, dem ehemaligen Mannschaftsarzt von Real Madrid.

Praxisbeispiele und orthopädisches Know-how
Dr. Elser widmet sich in seinen „Coachings“ zwei wichtigen Themen. Im Vortrag „Behandlung an der Seitenlinie und Notfälle“ geht es u.a. um das richtige Equipment und die Frage, wie die medizinische Erstversorgung im Stadion abläuft. Der Sportorthopäde illustriert diese Inhalte mit zahlreichen Praxisbeispielen aus seiner Erfahrung als Mannschaftsarzt des FC Augsburg. Im zweiten Vortrag „Kreuzbandverletzungen bei Profifußballern“ stehen die optimale Versorgung von Kreuzbandrissen, aber auch die Prävention zur Vermeidung der bei Fußballern gefürchteten Verletzung im Fokus. Die Weiterbildungsangebote von Dr. Elser werden ab Frühsommer auf der Online- Plattform des FSI veröffentlicht.

Ein Operationslabor auf vier Rädern

Außergewöhnliche Fortbildung im Arthrex OP-Truck

Eine besondere Form der Fortbildung erlebten im Oktober 2021 30 Mitarbeitende von Hessingpark-Clinic Therapie und Training: Ein großer OP-Truck der Firma Arthrex fuhr eigens für eine Schulung in der Wellenburger Straße vor. Der hochwertig und mit modernster Kameratechnik ausgestattete Truck hatte alles dabei, was für eine Operation benötigt wird.
Dr. Florian Elser, Experte für Knie- und Schulterchirurgie, stellte anhand eines Schulterpräparats die Anatomie und verschiedene Operationstechniken vor, die für den Arbeitsalltag der Physiotherapeuten und Sportwissenschaftler relevant sind.

Die arthroskopischen Eingriffe begleiteten die Kollegen sowohl in Kleingruppen direkt im OP-Truck als auch live über eine Leinwand im Übungsraum. Einzelne Teilnehmer hatten zudem die Möglichkeit, dem Operateur zu assistieren. Wesentliche Kernelemente der Schulung waren die klinische Anatomie des Schultergelenks am Präparat, interdisziplinäre Diagnose- und Behandlungsansätze sowie ein umfassender Einblick in die moderne Schultergelenkchirurgie. Am Ende des Tages waren sich alle einig: So macht Wissenszuwachs richtig Spaß!

HP-C Team drückt noch einmal die Schulbank

Wenn es um das Wohl der Patienten geht, drückt das Team der HP-C gern freiwillig die Schulbank. In der „Klasse“ von Dr. Oliver Holub frischen Auszubildende, neue Kollegen oder Rückkehrerinnen aus dem Mutterschutz einmal wöchentlich ihre Fachkenntnisse auf. Der Orthopädie-Experte bringt aber auch all jene auf den neuesten Stand, die einfach ihr Wissen erweitern wollen.

Dr. Holub erläutert die Fachinhalte und beantwortet ausführlich die Fragen seiner „Schüler“. Auf dem Stundenplan stehen unterschiedliche orthopädische Themen. Mal dreht sich dabei alles um den Fuß, dessen Anatomie und mögliche Verletzungsformen. Ein anderes Mal erfahren die Kursteilnehmer, wie sie durch gezieltes Nachfragen Beschwerden von Patienten besser einordnen können. „Wenn das Telefon in der Rezeption klingelt, müssen wir schnell einschätzen können: Liegt ein Notfall vor? Muss der Patient sofort einbestellt werden? Welcher Orthopäde kommt infrage?“, berichtet Patricia Fielker, die im Patientenmanagement der HP-C arbeitet. „Um die optimale Versorgung unserer Patienten zu gewährleisten, bilden wir uns an der HP-C ständig weiter. Als Fachärzte teilen wir unser Wissen gerne mit allen Kollegen“, betont Dr. Holub. Für so viel „Lerneifer“ hat das Team glatt eine Eins mit Sternchen verdient!

Bestnoten für Hessingpark-Clinic Therapie und Training

Patientenbefragung 2021 bestätigt hohe Zufriedenheit

Ein großzügiges Ambiente, modernste Ausstattung und erstklassige individuelle Betreuung: Dieses Konzept kommt hervorragend bei den Patienten von Hessingpark-Clinic Therapie und Training (TuT) an. Das bestätigte auch die Auswertung der aktuellen Patientenbefragung 2021.

Regelmäßig bittet das TuT-Team seine Physiotherapie- und Trainingskunden darum, die Behandlungs- und Servicequalität zu beurteilen. Die Umfrageergebnisse helfen den Verantwortlichen, die Leistungen optimal auf die persönlichen Bedürfnisse der Kunden und Patienten zuzuschneiden. 2021 vergaben insgesamt 423 Teilnehmer – online und anonym – Schulnoten für Organisation, Fachkompetenz, Ausstattung und Betreuung. Auch individuelle Anregungen konnten weitergegeben werden.

Ein „Sehr Gut" für das gesamte TuT-Team

Insgesamt bewerteten die Befragten ihren Aufenthalt bei Therapie und Training mit „Sehr Gut" (1,21). Damit wurde das gute Ergebnis von 2018 (1,4) sogar noch übertroffen. Für die individuelle Betreuung in Physiotherapie (1,12) und Sporttherapie (1,18) vergaben die Umfrageteilnehmer ebenfalls die Traumnote „Eins". Sowohl Physio- wie Trainingskunden schätzen es sehr, dass individuell auf ihre persönlichen Ziele und Wünsche eingegangen wird. Großen Anklang fanden zudem die innovativen Trainingsmethoden und der „positive, motivierende Stil" des Therapeuten-Teams.

Mit dem Service der Rezeption sind die Patienten sehr zufrieden (1,21); die zuverlässige Terminierung überzeugt zusätzlich. Auch die Räumlichkeiten insgesamt, die Ausstattung in den Behandlungsräumen und im Bewegungsbad sowie die modernen Trainingsgeräte werden positiv bewertet.

Patienten fühlen sich bei TuT bestens aufgehoben

Adelheid Urbin, Verwaltungsleiterin von Hessingpark-Clinic Therapie und Training, freut sich über das ausgezeichnete Feedback: „Das Top-Ergebnis der Befragung zeigt uns, dass unser stetes Engagement zur Verbesserung der Therapie- und Trainingsqualität erfolgreich ist. Und wir sind froh, dass unsere Trainingskunden uns die pandemiebedingten Einschränkungen nicht verübelt haben." Die hohe Bereitschaft der Patienten, sich an der Umfrage zu beteiligen, ist für Adelheid Urbin nicht selbstverständlich. „Das gesamte TuT-Team bedankt sich herzlich bei allen Patienten. Super, dass diese sich Zeit genommen haben, uns mit ihrem ausführlichen Feedback zu unterstützen", betont die Verwaltungsleiterin.

Qualität spricht sich herum

Angesichts der Top-Zufriedenheitswerte verwundert es nicht, dass nahezu alle Umfrageteilnehmer HP-C Therapie und Training uneingeschränkt weiterempfehlen würden. Hier gab es mit 98 Prozent ein klares „Daumen hoch". Mehr als 40 Prozent der Patienten haben sich übrigens auf Empfehlung von Familie, Freunden oder Bekannten für TuT entschieden. Spitzenqualität und -service sprechen sich eben herum.

TRAUMNOTE EINS

Aufenthalt bei HP-C Therapie und Training:	**1,21**
Individuelle Betreuung Physiotherapie:	**1,12**
Individuelle Betreuung Sporttherapie:	**1,18**
Service an der Rezeption:	**1,21**

Weiterempfehlungsquote: 98 %

Fotos: Adobe Stock, © jd-photodesign; © Yurii

Bei Kindern heilen Knochenbrüche anders

DR. MED. ULRICH FRANK
Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Hand- und Handgelenkschirurgie
- Unterarm- und Ellenbogenchirurgie

Knochenbrüche sind die dritthäufigste Unfallfolge bei Kindern. Häufig sind Arm oder Bein betroffen. Damit die Frakturen optimal heilen, müssen in der Therapie anatomische Besonderheiten und Wachstumsvorgänge berücksichtigt werden.

„Kinder sind keine kleinen Erwachsenen“: Diese Binsenweisheit ist auch in der Beurteilung von Knochenbrüchen zu berücksichtigen. Denn der sich im Wachstum befindende Knochen weist einige anatomische Besonderheiten auf. Der kindliche Knochen ist von einer kräftigen Knochenhaut umgeben, die beim Erwachsenen nur noch als dünne, kaum sichtbare Schicht erhalten bleibt. Diese Knochenhaut, im Fachterminus als Periost bezeichnet, umhüllt den wachsenden Knochen wie einen Strumpf und führt feinste Gefäße und Nervenfasern. Bricht der Knochen, gibt dieser Strumpf immer noch einen Halt und schient ihn bei leichteren Brüchen. Da der Knochen einen äußerlich harten Rand (*Kortikalis*) und einen inneren, relativ weichen Kern (*Spongiosa*) zeigt, bricht beim Kind dank des Periosts häufig nur die streck- oder beugeseitige Kortikalis. Diese besondere Bruchform nennt man Grünholzfraktur. Die zweite Besonderheit ist die offene Wachstumsfuge am Ende des Knochens. Hier wird bis zum Abschluss des Längenwachstums am Ende der Pubertät laufend aus Knorpelgewebe neuer Knochen gebildet und damit ein gleichmäßiges Knochenlängswachstum erreicht.

Bei der Behandlung der kindlichen Fraktur sind diese zwei Besonderheiten zu berücksichtigen. In den meisten Fällen reicht eine Ruhigstellung mit adäquater Schienenbehandlung aus. Besteht eine erhebliche Fehlstellung, muss der Knochen in Narkose korrekt eingerichtet werden.

„Nur in Ausnahmen ist eine operative Maßnahme erforderlich.“

Fotos: Adobe Stock, © U. J. Alexander; © ViktoriiaNovokhatska; © Alexander Yarmak

Nur in Ausnahmefällen ist eine Fixation mit Drähten erforderlich, um eine ausreichende Primärstabilität zu erreichen. Bei operativen Maßnahmen ist allergrößte Vorsicht in Bezug auf die Wachstumsfuge angeraten. Wird sie verletzt, kann an der entsprechenden Stelle ein vorzeitiger Fugenschluss durch Verknöcherung ausgelöst werden. Dies führt dann im Verlauf zu einem Fehlwachstum des Knochens, der eventuell später korrigiert werden muss.

„Frakturen können meist konservativ therapiert werden."

Diagnostik via Röntgenaufnahme oder MRT-Aufnahme

Beim Verdacht auf eine Fraktur – Hinweise sind ein entsprechender Verletzungsmechanismus, eine schmerzhafte Schwellung und die vom Kind eingenommene Schonhaltung – ist in der Primärdiagnostik eine Röntgenaufnahme mit reduzierter Strahlenbelastung indiziert. Manchmal kann trotz eindeutiger klinischer Symptome das Röntgenbild völlig unauffällig sein. Hier leistet dann eine MRT-Untersuchung

wertvolle Dienste. Mithilfe der Kernspintomografie können Einblutungen in den weichen, spongiösen Kern dargestellt werden, ohne dass die harte, sklerosierte Kortikalis betroffen ist. Auch in diesem Fall reicht eine Ruhigstellung bis zur völligen Schmerzfreiheit aus. Allerdings sollte das Kind in der Lage sein, etwa zehn Minuten im Kernspintomografen ruhig liegen zu können.

Zusammenfassend kann festgestellt werden: Bei entsprechendem Unfallmechanismus, Schonhaltung der Hand und deutlichem Schmerz ist beim Kind zum Ausschluss einer Fraktur eine Röntgenuntersuchung dringend empfohlen. Die meisten Brüche können ohne Operation behandelt werden und bedürfen lediglich einer adäquaten Ruhigstellung. Ist eine operative Reposition erforderlich, muss gegebenenfalls zusätzlich eine Stabilisierung mit Drähten erfolgen, um die Wachstumsfuge zu schonen.

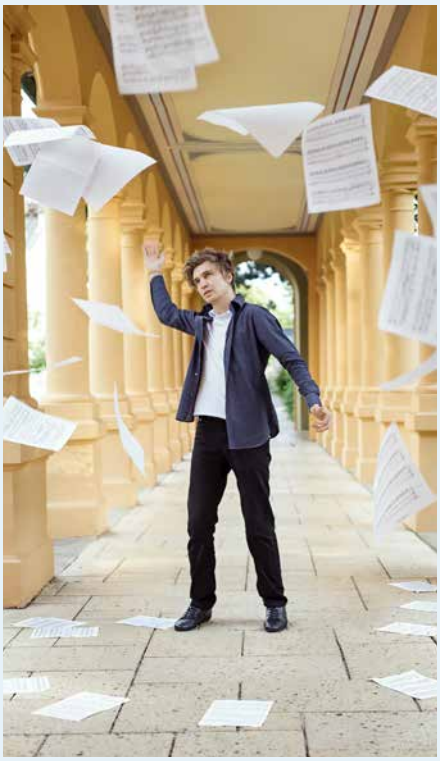
Benefizkonzert der Hessingpark-Clinic wird endlich nachgeholt

Neuer Termin: 26. November 2022

Nach nun vier Jahren Pause findet in diesem Jahr wieder das Benefizkonzert der Hessingpark-Clinic statt. Am Samstag, den 26. November 2022 wird erstmalig das junge Talent Evgeny Konnov der Einladung von Handchirurg Dr. Ulrich Frank folgen und mit ihm zusammen ein exklusives Benefizkonzert im Parktheater Göggingen bestreiten. Der Erlös des Ticketverkaufs kommt in diesem Jahr zu 50 Prozent der Ukrainehilfe zugute. Die andere Hälfte geht an die Augsburger „Kartei der Not", dem Hilfswerk der Augsburger Allgemeinen Zeitung. Das Geheimnis der Programmauswahl wird Dr. Frank traditionell erst während der Aufführung lüften.

Tickets sind ab September 2022 beim Parktheater Göggingen erhältlich. Mehr unter www.parktheater.de

Klangvoller Abend mit Dr. Ulrich Frank: Auch beim festlichen Benefizkonzert 2022 darf sich das Publikum im Parktheater Göggingen auf musikalischen Hochgenuss freuen.



Klaviervirtuose Evgeny Konnov: Der in Usbekistan geborene Pianist absolvierte seine musikalische Ausbildung in Moskau, Düsseldorf und Wien und gewann bereits zahlreiche renommierte Preise.

Neuer digitaler Service für Patienten unserer Clinic

Arzttermine können jetzt einfach per Klick vereinbart werden

Die Hessingpark-Clinic bietet seit Mai 2022 einen neuen Service an: Patienten können jetzt mit wenigen Klicks online ihre Behandlungstermine buchen. Genutzt wird dafür die komfortable und sichere Buchungsplattform Doctolib.

Manchmal kann die Vereinbarung eines dringenden Arzttermins zur Herausforderung werden. Denn das Praxistelefon ist nur zu den klassischen Öffnungszeiten besetzt oder überlastet. Und schon landet man in der Warteschleife oder auf dem Anrufbeantworter. „Doch es geht auch anders“, sagt Projektmanagerin Nadine Schmitz. Sie begleitete die Einführung des neuen digitalen Services in der Hessingpark-Clinic, der Patienten das Terminmanagement deutlich erleichtert. „Das Team im Patientenmanagement nimmt täglich hunderte Patientenanrufe entgegen. Ist der telefonische Ansturm sehr hoch, kann nicht jeder Anruf sofort live beantwortet werden. Um das Optimierungspotenzial zu erkennen, haben wir zunächst analysiert, welche Arten von Anrufen in der Clinic eingehen“, erläutert die Projektmanagerin, die sich um alle Themen im Rahmen der Digitalisierung innerhalb der HP-C kümmert.

„Dank Online-Terminvergabe reduziert sich die Wartezeit auf ein Minimum.“

Nadine Schmitz, Projektmanagerin Digitalisierung

Neuer Prozess verbessert Kommunikationswege
Auf Basis der Analyse wurde ein neuer Kommunikationsprozess aufgesetzt. „Wir nutzen dafür die Buchungsplattform von Doctolib“, so Nadine Schmitz. „Diese funktioniert wie eine Art digitaler Terminkalender. Die Software verteilt effizient freie Kapazitäten. Patienten können ihren Wunschtermin mit wenigen Klicks online buchen, verschieben oder absagen – und das rund um die Uhr, ganz ohne Wartezeiten. Eine integrierte Erinnerungsfunktion sorgt zudem dafür, dass zukünftig kein Termin mehr verpasst wird“, so die Projektleiterin weiter.

Nicht nur die Patienten profitieren von der neuen Digitallösung. Das Team im Patientenmanagement wird auch von reinen Tätigkeiten für Terminreservierung, -verlegung oder auch -stornierung entlastet, die bisher immerhin rund 46 Prozent der Telefonanrufe ausmachten. Die gewonnene Zeit steht für die Beratung von Patienten und für die Beantwortung von individuellen Rückfragen zur Verfügung.

Zunächst werden über das Online-System die Ersttermine vergeben, in der Folge können weitere Termintypen freigeschaltet werden. Auch bei den Rezeptanfragen setzt man in der HP-C auf digitale Unterstützung: Folgerezepte können ab sofort per E-Mail bei rezept@hessingpark-clinic.de anfordert werden. Patienten erhalten dann umgehend die gewünschte Verordnung.

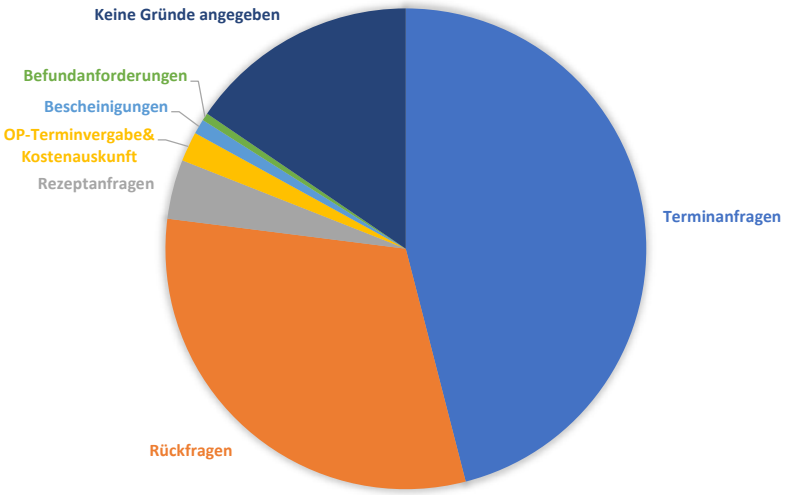


Abbildung 1: Anrufgründe

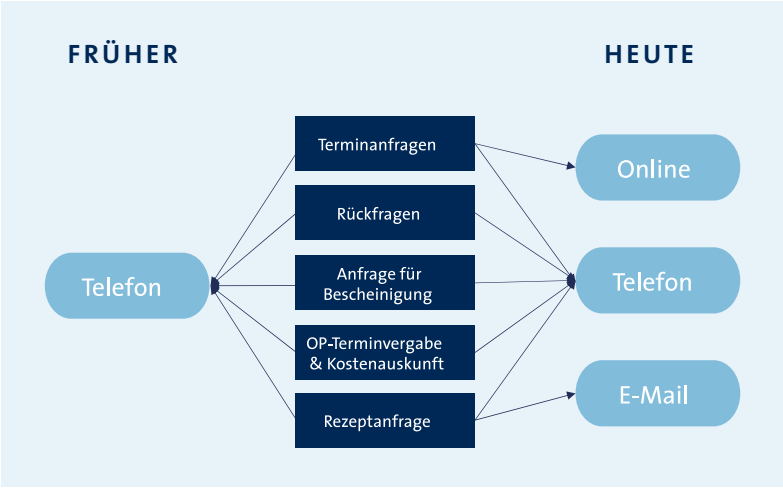


Abbildung 2: Alter und neuer Prozess für Patientenanliegen

MIT DOCTOLIB ARZTTERMINE IN DER HP-C EINFACH ONLINE BUCHEN

Doctolib ist ein digitales Terminbuchungsmodul. Patienten erreichen es ganz einfach über **www.hessingpark-clinic.de**

ÜBER DOCTOLIB

2013 gegründet, gehört Doctolib heute zu den führenden E-Health-Unternehmen in Europa. Seit 2017 ist Doctolib in Deutschland aktiv. Der deutsche Hauptsitz befindet sich in Berlin. Mit seiner innovativen medizinischen Softwarelösung verbessert das Unternehmen den Arbeitsalltag von mehr als 300.000 Gesundheitsfachkräften, 20.000 davon in Deutschland, und sorgt für einen schnellen und gleichberechtigten Zugang zur Gesundheitsversorgung. Mehr als 60 Millionen Europäer, darunter 10 Millionen Deutsche, nutzen Doctolib zur sicheren Terminbuchung und zur Verwaltung ihrer Gesundheit. Insgesamt beschäftigt das Unternehmen hierzulande mehr als 600 Mitarbeitern an elf Standorten, die sich dafür einsetzen, den Gesundheitssektor positiv mitzugestalten.

Quelle: Doctolib GmbH

Was hilft bei Fußfehlstellungen?

Die Knick-Senk-Fuß Deformität bei Kindern und Erwachsenen

DR. MED. DR. H.C. MANFRED THOMAS
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

DR. MED. MARTIN JORDAN
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Operative und konservative Behandlung von Fuß, Sprunggelenk und Achillessehne
- Therapie von typischen Fußerkrankungen im Kindesalter

Wenn Kleinkinder ihre ersten Schritte machen, ist häufig eine Knick-Senk-Fußstellung zu beobachten. Die Fehlstellung ist physiologisch bedingt und Teil der normalen Entwicklung des Fußes. Verursacht wird sie durch ein verdicktes Sohlenfettpolster und eine noch mangelhafte Achseinstellung des Sprunggelenkes. Ab dem Schulkindalter sollte ein bestehender Knick-Senk-Fuß allerdings näher untersucht werden.

Der Knick-Senk-Fuß ist bei Kindern weit verbreitet. Die Befunde sind typisch im Alter von ein bis zweieinhalb Jahren. Danach werden die Fußwölbungen durch die natürliche Reifung und Kräftigung des Fußes zunehmend aufgebaut. Der Fuß beginnt seine typische Form mit einer Längswölbung auf der Innenseite des Fußes und einer Querwölbung im Bereich des Vorfußballens einzunehmen. Durch die rasch fortschreitende Reifung des Fußes normalisiert sich die Fußstellung des Kleinkindes in den meisten Fällen bis zum Alter von acht bis zehn Jahren. Zeigt sich über dieses Alter hinaus eine Knick-Senk-Fußstellung, wird die spontane Normalisierung der Deformität zunehmend unwahrscheinlich. Unterschieden werden muss dabei die flexible von der rigiden Fußfehlstellung.

Vielversprechende Therapieverfahren

In der Fuß- und Sprunggelenkchirurgie verfügt man heute über vertiefte Kenntnisse zu spontaner Fußentwicklung und den Möglichkeiten konservativer und operativer Therapieverfahren. Daher können bereits für Betroffene im Schulkindalter vielversprechende Therapien angeboten werden. Dazu zählen etwa Reizeinlagen mit Anregung von Reflexmechanismen zur Aufrichtung des Fußes. Aber auch spezielle Physiotherapien, welche die Muskulatur des Fußes kräftigen und den Aufbau der Fußwölbungen unterstützen. Führen diese Maßnahmen nicht zum Erfolg, können gerade beim Heranwachsenden bis zum Abschluss des Wachstums minimal-invasive Operationen (*Arthrorise*) eine wesentliche Verbesserung der Fehlstellung bewirken. Auch bei diesen Operationen werden Reflexmechanismen zur Förderung der Fußaufrichtung ausgenutzt. Nur bei sehr ausgeprägten Fehlstellungen oder rigiden Deformitäten sind Achskorrekturen am Fersen-

Foto: Adobe Stock, © WavebreakMediaMicro

bein oder Verlängerungen der Wadenmuskulatur erforderlich.

Richtigen Behandlungszeitpunkt nicht verpassen!
Alle geschilderten Therapien werden von den Spezialisten der Abteilung für Fuß- und Sprunggelenkbehandlungen regelmäßig angewendet. Die Ärzte erzielen damit zumeist gute Behandlungserfolge. Im Zweifelsfall raten die Experten den Eltern dazu, ihr Kind untersuchen zu lassen und den Entwicklungsverlauf der Füße zu beobachten. So wird sichergestellt, dass der richtige Behandlungszeitpunkt nicht verpasst wird.

Bei Erwachsenen treten häufig auch Schmerzen auf
Anders verhält es sich beim Erwachsenen: Natürlich findet sich auch hier eine Gruppe von Patienten, die bereits seit ihrer Kindheit eine zunehmende Fehlstellung der Füße aufweist. Im Erwachsenenalter treten dann neben der Fehlstellung auch Schmerzen bei Belastung oder auch im Alltag auf. Einen relevanten Einfluss auf die fortschreitende Fehlstellung haben auch mechanische Belastungen. Dazu zählen Übergewicht, stehende Berufe, eine vorhandene Bindegewebsschwäche oder entzündliche Erkrankungen, wie beispielsweise eine rheumatoide Arthritis. Bei erwachsenen Patienten versuchen Dr. Jordan und Dr. Thomas zunächst, die Beschwerden durch Einlagenversorgung und Physiotherapie zu verbessern. Sollten konservative Maßnahmen nicht den gewünschten Erfolg bringen, empfehlen die beiden Fußexperten das operative Vorgehen: mit Achskorrekturen des Fersenbeins und der Fußwurzel sowie der Sehnenspannung am Fuß und Unterschenkel. In der Regel ist beim Erwachsenen die volle Belastbarkeit etwa zehn Wochen nach der Operation wieder hergestellt. Bis zur vollständigen Ausheilung vergeht dann meist ein Zeitraum von vier bis sechs Monaten.

> „Ein schöner Fuß ist ein großes Geschenk der Natur.“
>
> J. W. VON GOETHE

Hohe Expertise bei operativen Eingriffen
„Derartige Eingriffe führen wir seit vielen Jahren ein- bis zweimal wöchentlich durch“, bestätigen die beiden Fußchirurgen. In weit fortgeschrittenen Fällen wird die Fehlstellung durch Arthrosen der Fußwurzelgelenke noch weiter verstärkt, sodass dann auch die operative Stilllegung einzelner Gelenke des Fußes erforderlich sein kann. Dr. Jordan und Dr. Thomas sind sich einig, dass Fehlstellungen des Fußes oft mit einfachen Therapien behandelt und auf diese Weise später notwendige Operationen vermieden werden können. „Nicht jeder Knick-Senk-Fuß muss nach dem gleichen Therapieschema behandelt werden, manchmal genügen bereits Einlagen und Physiotherapie“, so die beiden Experten.

Gestochen scharfe Bilder vom OP-Tisch

Fußspezialisten der Hessingpark-Clinic leiteten virtuellen Anatomie-Workshop

Dr. Manfred Thomas und Dr. Martin Jordan gaben in einem Online-Weiterbildungskurs detaillierte digitale Einblicke in moderne Therapiemethoden der Sehnenchirurgie.

Im Januar 2022 öffneten sich für angehende Fuß- und Sprunggelenkorthopäden virtuell die Türen der Anatomie der Uniklinik Augsburg. Unter Leitung von Dr. Manfred Thomas und Dr. Martin Jordan fand dort erstmals ein komplett online durchgeführter Weiterbildungskurs „Sehnenchirurgie“ statt. Interessierte Mediziner aus ganz Deutschland nutzten die Gelegenheit, den Fußspezialisten der Hessingpark-Clinic virtuell über die Schulter zu schauen. Vor der Kamera zeigten die Experten sowie weitere hochkarätige Referenten ihren Kollegen die neuesten Operationstechniken. Der Workshop wurde live aus dem Präparationssaal der Uniklinik übertragen. Alle teilnehmenden Ärzte sowie weitere Referenten waren online zugeschaltet.

Von der hohen Qualität der übertragenen Bilder vom Präparationstisch waren sowohl Teilnehmer wie Referenten begeistert. Die hochauflösende Bildtechnologie erlaubte einen bisher so noch nicht gekannten präzisen Einblick in die verschiedenen Operationsmöglichkeiten. „Die Übertragungsqualität war hervorragend. Die Bilder konnten mit „live“ absolut mithalten“, berichtet Dr. Jordan. Dr. Thomas fügt hinzu: „Weiterbildung hat in der HP-C Tradition. Wir freuen uns, dass uns die Digitalisierung auch in diesen Zeiten den wissenschaftlichen Austausch ermöglichte.“

F(r)isch auf den Tisch!

Lachs, Zander & Co sind schmackhaft und gesund

Gratinierter Lachs, Zanderfilet auf Lauchgemüse, Thunfischsteak: Wem läuft bei diesen Köstlichkeiten nicht das Wasser im Mund zusammen? Zu finden sind die kulinarischen Kreationen auf den Menükarten der Hessingpark-Clinic. Küchenleiter Daniel Mayr serviert den Gästen der Clinic regelmäßig frische Delikatessen aus Fluss und Meer. „Fischgerichte bringen nicht nur Abwechslung auf den Tisch, Fisch ist auch gesund“, erklärt der Ernährungsexperte.

Frische See- und Süßwasserfische versorgen den Körper mit wertvollen Nährstoffen wie Eiweiß (Protein), Vitaminen und Mineralstoffen. Vor allem fetter Seefisch (Salmoniden) wie Lachs oder Makrele enthält viele Omega-3-Fettsäuren, die für Herz, Gehirn und Immunsystem wichtig sind. Sie sollen Arterienverkalkung verhindern und so das Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Demenz senken. Seefische sind zudem reich an Jod. Mithilfe des Spurenelements produziert die Schilddrüse Hormone, die den Energiestoffwechsel und das Zellwachstum ankurbeln. Das enthaltene Eisen benötigt der Körper für viele Aufgaben. Als Teil des roten Blutfarbstoffes (*Hämoglobin*) hilft es, Sauerstoff aufzunehmen und Zellen und Muskulatur damit zu versorgen. Kalium gehört zu den sogenannten Elektrolyten (*Blutsalzen*) und ist daran beteiligt, den Blutdruck und pH-Wert im Körper zu regulieren. Ein- bis zweimal pro Woche sollte eine Portion Fisch auf dem Teller liegen, empfiehlt deshalb auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE).

„Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche.“

SEBASTIAN KNEIPP

Fisch schmeckt in fast jeder Zubereitungsvariante

Für welche Zubereitungsart man sich entscheidet, hängt vom persönlichen Geschmack und auch von der Fischsorte ab. „Beim Einkauf sollte man aber unbedingt auf Nachhaltigkeit achten“, empfiehlt Daniel Mayr und verrät einige Tipps für die heimische „Fischküche“.

Der **Kabeljau**, auch Dorsch genannt, hat seinen Lebensraum im Nordatlantik, im Polarmeer und in der Ostsee. Ob roh, gegart, gebacken oder gegrillt: Der magere, proteinreiche Fisch kann vielfältig zubereitet werden und überzeugt mit seinem milden feinen Aroma.

Der **Zander** ist die größte Barschart in Mitteleuropa und lebt in Flüssen und Seen, vom Stromgebiet des Rheins bis rund um das Kaspische Meer. Sein festes weißes Fleisch ist aromatisch, fett- und grätenarm und auch in der Sterneküche beliebt. Am besten genießt man den edlen Speisefisch knusprig gebraten mit einem Spritzer Zitronensaft.

Der **Lachs** gehört zu den bekanntesten und beliebtesten Speisefischen überhaupt. Der Fettfisch ist in kalten Gewässern beheimatet und wandert zwischen Meeren und Flüssen. Aus der Küche ist das Multitalent nicht wegzudenken: Sein orange-rosa Fleisch schmeckt gebraten, gegrillt, geräuchert, gedünstet oder gedämpft – und ist auch als Sushi eine Delikatesse.

Thunfische sind eine Gattung der Raubfische, die in allen tropischen, subtropischen und gemäßigten Meeren vorkommt. Der wertvolle Speisefisch eignet sich dank seines festen Fleisches sehr gut zum Grillen und Braten, ist aber auch roh im Sushi beliebt. Eine wahre Delikatesse sind Thunfischsteaks vom Holzkohlegrill.

Fotos: Adobe Stock, © cosmicanna; © nadianb

Karitativer Zweck statt Ausflug:

„Kaffeekasse“ des HP-C Teams kommt sozialen Einrichtungen in Augsburg zugute

Insgesamt 3.200 Euro spendeten Mitarbeiter von Hessingpark-Clinic Therapie und Training im Dezember 2021 an die Initiative Lichtblicke e.V. und an das Frère-Roger-Kinderzentrum der KJF Kinder- und Jugendhilfe.

Zufriedene Patienten und Kunden von HP-C Therapie und Training (TuT) hatten sich 2021 wieder einmal sehr spendabel gezeigt. Und so war die gemeinsame „Kaffeekasse“ des TuT-Teams zum Jahresende bis zum Rand gefüllt. Dem traditionellen Teamevent, das aus den Trinkgeldern finanziert wird, hätte eigentlich nichts im Wege gestanden. Doch die Corona-Pandemie machte einen Strich durch alle Planungen – und den gemeinsamen Ausflug unmöglich. Also steckte das Team von Therapie und Training noch einmal die Köpfe zusammen und überlegte, wie man das Geld sinnvoll einsetzen könnte. „Von der Idee, die Kaffeekasse für einen guten Zweck zu spenden, waren alle sofort begeistert. Wir haben uns schnell darauf geeinigt, dass das Geld an zwei lokale Organisationen gehen soll“, berichtet Christian Escher, Sportwissenschaftler bei Therapie und Training.

Thomas Kleist, Geschäftsführer von Lichtblicke e.V., nimmt den symbolischen Spendenscheck von Christian Escher (li), Sportwissenschaftler bei HP-C Therapie und Training, entgegen.

Ute Kolb (Mitte) vom Frère-Roger-Kinderzentrum besuchte persönlich die Clinic, um die Spende entgegenzunehmen und sich herzlich beim HP-C Team zu bedanken.

Süßer Valentinsgruß

„Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft“, so ein altes Sprichwort, an dem wir an der Hessingpark-Clinic gerne festhalten möchten. Und so überraschten die Team- und Abteilungsleitungen am Valentinstag ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem kleinen süßen Gruß.

Zwischen Sprechzimmer, Röntgen und Rezeption verteilte Brigitte Hübner (Ltg. Patientenmanagement) zahlreiche „Herzerl“ an ihre „Mädels“.

Die Valentinsaktion ging vom Keller bis zum Dach: Die fleißigen Damen aus der Hauswirtschaft durften sich ebenso freuen wie ...

Neue Teamleitung Ambulanz

HP-C begrüßt zwei neue Führungskräfte

Brigitte Hübner (li) freut sich über das junge Tandem mit Silke Brudzinski (Mitte) und Marcella Fehres (re).

Seit Anfang April teilen sich Marcella Fehres und Silke Brudzinski die Teamleitung im Ambulanzmanagement. Mit diesem flexiblen Modell möchte die HP-C auch den Nachwuchsführungskräften die Vereinbarkeit von Beruf und Familienleben erleichtern.

„Wir freuen uns, dass sich die beiden jungen Mütter für die Hessingpark-Clinic entschieden haben und zusammen mit einem starken Team die zukünftige Entwicklung der HP-C mitgestalten möchten“, so Geschäftsführer Philipp Einwang.

Dabei profitieren die neuen Führungskräfte von der Erfahrung und dem Fachwissen von Brigitte Hübner, die den gesamten Fachbereich seit Beginn der Hessingpark-Clinic aufgebaut hat und weiterhin im Managementteam verantwortet.

Brigitte Hübner: „Wir richten alle unsere Abläufe an den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten aus. Ich freue mich mit den neuen Kolleginnen daran zu arbeiten, diesem Anspruch im Sinne unserer Philosophie weiterhin jeden Tag gerecht zu werden.“

Zu den Hauptaufgaben im Ambulanzmanagement gehören die Organisation der ambulanten Sprechstunde, die Bettenplanung, die Abrechnung sowie die Begleitung des Patienten auf seiner „Reise“ durch die HP-C – vom Erstkontakt über die wirtschaftliche Aufklärung bis hin zum Entlassmanagement. Sehr anspruchsvolle Aufgaben für Silke Brudzinski wie auch Marcella Fehres, die durch ihre Ausbildungen und praktische Erfahrungen im Gesundheitswesen bestens qualifiziert sind.

... die Pflegekräfte von der Stationären Patientenbetreuung im dritten Stock.

Das Team vom Aufwachraum hatte einen besonderen Boten: Valentin Jakob, der seit 2021 das Team leitet, verschenkte die kleine Aufmerksamkeit höchstpersönlich an seine Mitarbeiter.

Adelheid Urbin sorgte im Bereich Therapie und Training ebenfalls für freudige Momente im Arbeitsalltag.

EBERHADT BINHAMMER
Facharzt für Anästhesie

DR. MED. SEBASTIAN DELKER
Facharzt für Anästhesie

DR. MED. SEBASTIAN SWIERKOT
Facharzt für Anästhesie

DR. MED. CHRISTOPH VÖLKER
Facharzt für Anästhesie,
Facharzt für Allgemeinmedizin

DR. MED. BERNHARD WAGNER
Facharzt für Anästhesie

Sichere und schonende Anästhesieverfahren

Angst vor der Narkose muss nicht sein!

Viele Menschen begegnen der Anästhesie mit großem Respekt. Mancher verbindet mit dem Ausblick auf eine Narkose sogar ein unangenehmes Gefühl. Die Anästhesisten der Hessingpark-Clinic wissen um diese Sorgen der Patienten. Um ihnen die Angst zu nehmen, erklären sie schon im Vorfeld einer Operation, was bei Vollnarkose oder Regionalanästhesie genau passiert.

Der Begriff Anästhesie kommt aus dem Griechischen und setzt sich zusammen aus den Wörtern „nicht“ und „Wahrnehmung“. Eine Narkose sorgt dafür, dass Patienten während eines operativen Eingriffs keine Schmerzen verspüren. In der Hessingpark-Clinic werden alle Narkosen von erfahrenen Anästhesisten vorbereitet, ausgeführt und genau auf die persönlichen und gesundheitlichen Bedürfnisse des jeweiligen Patienten abgestimmt. Schon im Vorfeld einer Operation – im sogenannten Prämedikationsgespräch – stellt der Narkosearzt die verschiedene Anästhesie-Optionen vor und klärt Fragen zu eventuellen Risiken. Gemeinsam mit dem Patienten wird dann das individuell am besten geeignete und sicherste Vorgehen festgelegt.

Für Anliegen der Patienten hat das Narkoseteam stets ein „offenes Ohr“

Bei vielen orthopädischen Eingriffen ist eine Kombination von Voll- oder Rückenmarknarkose mit einer Regionalanästhesie optimal geeignet, um schonend und wirkungsvoll zu behandeln. Sowohl während der Operation wie auch anschließend im Aufwachraum werden kontinuierlich die Vitalfunktionen – wie Herzschlag, Kreislauf und Atmung – überwacht. Dabei sind Anästhesisten und Anästhesiepflegekräfte der HP-C immer unmittelbar in der Nähe des Patienten, um ihn optimal zu versorgen.

Für alle Fragen und Anliegen ihrer Patienten haben Narkosearzt Sebastian Delker und seine Kollegen stets ein offenes Ohr. „Wir wissen, dass eine Narkose für die Betroffenen eine emotional besondere Situation ist. Unser Anspruch ist es, dass Patienten sich bei uns gut aufgehoben fühlen“, so der Anästhesist der Hessingpark-Clinic.

In der Hessingpark-Clinic kommen verschiedene Narkosemethoden zur Anwendung

1

REGIONAL-ANÄSTHESIE

Bei einer regionalen Anästhesie werden einzelne Nerven blockiert, die das OP-Gebiet versorgen. So kann gezielt das Schmerzempfinden reduziert oder ganz ausgeschaltet werden. Soll die Schmerzausschaltung länger anhalten, kann ein kleiner Schmerzkatheter in die Nähe der Nerven gelegt werden und diese über eine längere Zeit betäuben. Diese Narkose kann ganz nach Bedarf gesteuert werden, von einigen Stunden bis zu mehreren Tagen. Sie bietet den großen Vorteil, dass weitere Schmerzmittelgaben deutlich reduziert werden können.

2

VOLLNARKOSE

Die Vollnarkose – oder auch Allgemein-Anästhesie genannt – besteht aus einer Kombination von Schlaf- und Schmerzmitteln. Die Schmerzempfindung am ganzen Körper wird komplett ausgeschaltet. Patienten befinden sich in einem schlafähnlichen Zustand und erwachen, wenn die Operation vorüber ist. Auch das Bewusstsein fällt in „Tiefschlaf“, sodass Betroffene sich nach einer OP an nichts erinnern. Vollnarkosen können heute mit großer Sicherheit durchgeführt werden und sind gut verträglich.

3

RÜCKENMARK-NARKOSE

Im Gegensatz zur Vollnarkose wird bei der Rückenmarknarkose (*Spinalanästhesie*) nur der untere Körperabschnitt für einige Stunden gefühllos und schmerzunempfindlich gemacht. Die Patienten bleiben während der Operation bei Bewusstsein. Für diese Art der Narkose schaltet der Anästhesist die Nervenbahnen im Wirbelsäulenkanal (*Spinalkanal*) medikamentös aus. Die Rückenmarknarkose hält rund zwei bis fünf Stunden an.

„Wissen beruhigt: Wer genau über seine Narkose informiert ist, macht sich weniger Sorgen.“

Die Schätze der Natur:

Heilkräuter aus Wiese oder Garten sind bewährte Hausmittel bei leichten Beschwerden

Kamille, Lavendel oder Salbei: Wer im Frühling mit offenen Sinnen durch die Natur spaziert, kann in Feld und Wald wahre Kräuterschätze entdecken. Die wilden Heilpflanzen eignen sich gut, um leichte Beschwerden zu lindern. Die meisten gedeihen auch im eigenen Garten oder lassen sich in Töpfen auf Balkon oder Fensterbank ziehen. Es ist also gar nicht so schwer, die Kraft der Natur für das eigene Wohlbefinden im Alltag zu nutzen.

Thymian: der Erkältungsprofi

Thymian wurde bereits in der Antike als Heilmittel gegen allerlei „Wehwehchen“ genutzt. Seine positiven Eigenschaften verdankt das Kraut den enthaltenen ätherischen Ölen wie Thymol und Carvacrol. Die Wirkungen des Thymians sind durch Studien mittlerweile gut belegt. Seine antibakteriellen, antibiotischen und antiviralen Eigenschaften werden beispielsweise bei Infekten der oberen Atemwege eingesetzt. Ein Thymiantee kann bei Husten durch seine krampflösende Wirkung Linderung verschaffen. Die ätherischen Öle aktivieren die schleimabtransportierenden Härchen, fördern das Abhusten und entlasten die Bronchien. Für einen Tee zwei Teelöffel Thymiankraut mit einer Tasse kochendem Wasser übergießen, zugedeckt fünf Minuten ziehen lassen und mehrmals täglich trinken. Thymiantee kann auch bei Blähungen und Unterleibsbeschwerden gute Dienste leisten.

> „Die Natur ist die beste Apotheke.“
>
> SEBASTIAN KNEIPP

Kamille: „gelber Tee gegen böses Weh“

In alten Kräuterbüchern und Herbarien ist die Kamille als „Pflanzendoktor“ bekannt. Bereits im frühen Mittelalter bereiteten Klosterärzte eine Mundspülung aus Kamillenöl zu, um entzündetes Zahnfleisch zu behandeln. Kaum ein Arzneikraut ist so vielseitig wie die Kamille mit ihren entzündungshemmenden, krampflösenden, antimikrobiellen und wundheilungsfördernden Eigenschaften. Typische Anwendungsgebiete sind Magen-Darm-Erkrankungen, Erkältungen, Entzündungen oder Hautprobleme. Die wichtigsten Wirkstoffe der Pflanze, ätherische Öle und Flavonoide, stecken vor allem in der Blüte. Entzündungen des Zahnfleischs oder Halsschmerzen kann die Kamille mit einer Gurgellösung mildern. Kamillenblütentee entfaltet auch im Magen-Darmtrakt eine krampflösende und antibakterielle Wirkung. Fast jedes Kind kennt den gelben Tee als Hausmittel bei Bauchschmerzen. Für den Tee zwei Teelöffel Kamillenblüten mit 250 ml heißem, nicht mehr kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und in kleinen Schlucken über den Tag verteilt trinken.

Lavendel: violettes Glück

Lavendel ist für seine beruhigende und entspannende Wirkung auf Nerven und Psyche bekannt. Schon im Mittelalter beschrieb Hildegard von Bingen die Heilkraft der blau-lila blühenden Pflanze. Die enthaltenen ätherischen Öle, Kumarine, Gerbstoffe und Flavonoide beeinflussen die Nervenrezeptoren im Körper und hemmen die Ausschüttung von Stresshormonen wie Noradrenalin. Dadurch wird das Nervensystem vor Reizüberflutung geschützt und vermehrt Serotonin ausgeschüttet – auch bekannt als das Glückshormon. Lavendel wirkt also schon durch seinen Duft „beglückend“. Wissenschaftlich anerkannt ist die innerliche Anwendung von Lavendelblüten bei Befindlichkeitsstörungen, Nervosität und Unruhezuständen. Auch bei funktionellen Oberbauchbeschwerden, Darmbeschwerden und Blähungen entfaltet Lavendel eine heilsame Wirkung. Aus den getrockneten Blüten lässt sich ein Tee zu bereiten, der beruhigt. Zwei Teelöffel Lavendelblüten mit einer Tasse heißem Wasser übergießen, fünf Minuten ziehen lassen und vor dem Schlafengehen trinken.

Salbei: nomen est omen

Die samtig-grünen Blätter des Salbeis gelten seit der Antike als Sinnbild für das ewige Leben. Schon der botanische Name deutet auf die heilende Wirkung der Pflanze hin: „Salvia“ lässt sich von lateinischen „salvare“ (heilen) ableiten. Da in Salbei ätherische Öle, Bitter- und Gerbstoffe stecken, kann er vielseitig angewendet werden. Besonders bei Entzündungen in Mund, Hals-, Rachen- und Kehlkopfbereich wird Salbei für seine wohltuende Wirkung geschätzt. Enthaltene Stoffe wie Thujon und Kampfer wirken entzündungshemmend, antibakteriell und bedingt antiviral. Aus den frischen oder getrockneten Salbei-

Foto: Adobe Stock, © New Africa

blättern lässt sich leicht ein Tee oder eine Lösung zum Gurgeln zubereiten. Nicht nur im Sommer ist Salbei auch für seine schweißhemmende Wirkung beliebt: Hormonell, medikamentös oder psychisch bedingte Hitzewallungen lassen sich mit Salbeiextrakt mildern. Während einer Schwangerschaft sollte Salbei nur in Maßen genossen werden, da die Inhaltsstoffe wehenfördernd wirken.

Pfefferminze: erfrischend gesund

Das frische Aroma der Minze verfeinert Süßspeisen, würzt Salate und gibt Cocktails den richtigen Pep. Aber auch wegen seiner therapeutischen Wirkung wird „Mentha piperita" seit Jahrhunderten geschätzt. Echte Pfefferminze soll bei Kopfschmerzen, Übelkeit und Atemwegsbeschwerden helfen. Pfefferminztee ist ein altbewährtes Hausmittel bei Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Die ätherischen Öle regen die Gallensaftproduktion an, was die Fettverdauung erleichtert. Wer unter Reizdarmsymptomen, Völlegefühl oder Blähungen leidet, kann sich mit zwei Tassen Pfefferminztee am Tag Erleichterung verschaffen. Im eigenen Garten gedeiht die buschige Pflanze gut auf feuchten, nicht zu sonnigen Standorten.

Heike Weiß,
Heilpraktikerin und
Physiotherapeutin

NATURHEILKUNDE & OSTEOPATHIE
PRAXIS AM HESSINGPARK

NATURHEILKUNDE & OSTEOPATHIE PRAXIS AM HESSINGPARK

Anmeldung:
Mo.–Do.: 8.00–18.00 Uhr
Fr.: 8.00–16.00 Uhr
Telefonische Anmeldung unter **0821 909 9074**

www.naturheilkunde-am-hessingpark.de

Andrea Kunzer, Joshua Trogisch und Johanna Nieroba (vlnr) sind Teil des Hygienepoint-Teams.

Stille Stars: Das freundliche Team vom Hygienepoint kennt den Corona-Knigge aus dem Effeff

An ihnen kommt niemand vorbei – im wörtlichen Sinne. Das Team vom Hygienepoint begrüßt Gäste, Patienten und Lieferanten direkt im Eingangsbereich – und sorgt dafür, dass die Corona-Regeln eingehalten werden.

Maskenpflicht, 3G-Regel, Händedesinfektion: An kaum einem anderen Ort ist während der Covid-19-Pandemie die Einhaltung von Hygieneregeln wichtiger als in einer medizinischen Einrichtung. Mit einem umfangreichen Sicherheitspaket, das auf den Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts beruht, soll Gästen und Mitarbeitern der HP-C größtmöglicher Schutz vor dem Virus gewährt werden. Eine zentrale Rolle spielen dabei die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Hygienepoint, der 2020 eingerichtet wurde. Immer engagiert und hilfsbereit ist das Team von Montag bis Freitag in der Clinic und bei Therapie und Training im Einsatz.

Umfangreiches Aufgabenspektrum

Die Aufgaben des Hygienepoint-Teams sind vielfältig: Es wird kontrolliert, ob Besucher der Clinic oder des Trainingsbereiches die jeweils geltenden Zugangsregeln beachten. Für die korrekte Handdesinfektion stehen beispielsweise Spender im Eingangsbereich bereit. Auch die Einhaltung der Maskenpflicht überprüfen die Hygiene-Experten. „Natürlich haben wir Ersatz parat, falls jemand seine Maske vergessen hat“, erklärt Andrea Kunzer, die schon von Beginn an dabei ist. Die meisten Gäste zeigen viel Verständnis für die Regelungen und halten sich auch daran. Fragen von Patienten oder Angehörigen beantworten Andrea Kunzer und ihre Kollegen stets freundlich und mit viel Geduld.

Während der Pandemie einen großartigen Job geleistet

Mögliche Risikofaktoren wie Auslandsaufenthalte, Symptome oder Kontakte werden am Hygienepoint anhand aktueller Vorgaben ermittelt. „Haben Sie Erkältungssymptome?“, „Hatten Sie Kontakt zu einem Infizierten?“: Mit Fragen wie diesen und einem geschärften Blick versuchen die Mitarbeitenden, Corona-Verdachtsfälle zu erkennen und die Pandemie „draußen“ zu halten. Mit Erfolg: In der Clinic fand bis heute keine Übertragung von Patienten zu HP-C Mitarbeitern und umgekehrt statt. Vom Team der HP-C werden die Kolleginnen und Kollegen vom Hygienepoint deshalb als „wahre Stars“ der Corona-Pandemie geschätzt. „Das Team macht wirklich einen großartigen Job! Wir sind unglaublich dankbar, dass die Kollegen uns entlasten. Insbesondere in den Hochphasen der Pandemie wären wir sonst an unsere Grenzen gekommen“, lobt Brigitte Hübner, Leiterin des Patientenmanagements die "stillen Stars" vom Hygienepoint.

3x Funktioneller Rücken-test zu gewinnen!

Wie viele Wörter verstecken sich in unserem Buchstabensalat?

So geht's:
Die Begriffe in unserem „Buchstabensalat" suchen, die mit der Hessingpark-Clinic in (lockerer) Verbindung stehen und die Sie nach der Lektüre von hessingpark-concret bestimmt wissen. Die Anzahl der gefundenen Begriffe ergibt die richtige Lösungszahl.

Wir verlosen an drei Gewinner einen funktionellen Rückentest bei Hessingpark-Clinic Therapie und Training.
Unser spezieller Rücken-Funktionstest gibt Ihnen detailliert Aufschluss über Ihre persönliche Rückenfitness. Der umfangreiche Check basiert auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und der langjährigen Praxiserfahrung unserer Sportwissenschaftler. Im Fokus stehen die Kraft der Rumpfmuskulatur, aber auch die Bewegungsqualität und -intelligenz. Denn diese spielen eine immense Rolle, um Ihre Wirbelsäule bei Belastungen zu schützen.

C	N	O	Y	R	D	I	F	Q	D	V	D	P	I	E
H	A	B	W	B	R	F	I	U	C	O	R	P	K	F
R	R	M	D	W	W	T	W	X	E	O	W	V	O	G
J	K	D	Q	R	Ü	C	K	E	N	L	A	D	X	A
Z	O	T	R	S	R	W	A	V	P	C	E	R	H	H
R	S	S	X	U	L	T	R	A	S	C	H	A	L	L
E	E	C	S	H	A	N	D	G	E	L	E	N	K	H
T	I	E	O	H	C	C	M	P	K	F	F	R	N	H
U	U	E	M	V	R	O	V	P	R	B	S	M	E	Y
Ä	M	T	Y	W	V	H	Y	X	U	V	I	W	G	R
R	J	U	M	B	E	M	G	L	I	U	X	V	T	K
K	O	L	B	R	B	K	N	I	E	M	E	S	N	H
T	K	N	O	C	H	E	N	B	R	U	C	H	Ö	T
T	F	L	F	F	I	S	C	H	T	S	J	K	R	Q
E	S	T	E	R	I	L	I	S	A	T	O	R	E	N

Richtige Lösungszahl:

Die richtige Lösung senden Sie bitte an: Hessingpark-Clinic GmbH, Redaktion hessingpark-concret 1/2022, Hessingstr. 17, 86199 Augsburg oder per Mail: redaktion@hessingpark-clinic.de
Einsendeschluss ist der 31. Oktober 2022

Impressum

hessingpark-concret: Periodikum der Hessingpark-Clinic GmbH im Eigenverlag
Herausgeber: Hessingpark-Clinic GmbH, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg, redaktion@hessingpark-clinic.de
Verantwortlich für den Inhalt (V.I.S.d.P): Dipl.-Kfm. Philipp Einwang
Verlag: Eigenverlag HP-C Augsburg
Redaktion: Dipl.-Betriebsw. Katrin Baur (Leitung); Kathrin Vath-Rees M.A.
Layout & Grafik: Büro Mono, www.buero-mono.de
Druck: deVega Medien GmbH, Anwaltinger Str. 10, 86165 Augsburg; klimaneutral gedruckt, Papier mit FSC Umweltzertifikat ISSN: 1861-2539
Copyright 2005-2022: Hessingpark-Clinic GmbH
Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.
Foto-Hinweis: Diese Ausgabe der hessingpark-concret zeigt Fotos, die vor oder während der Corona-Pandemie erstellt wurden. Daher erscheinen vereinzelt Fotos, die die allgemeinen Corona-Regeln nicht berücksichtigen.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Hessingpark-Clinic GmbH.
Keine Haftung für unaufgefordert eingesandte Manuskripte.

Babys

*01.02.2022
Tochter Anni
Mutter Carina Hördegen (Station)

*28.02.2022
Sohn Tom
Mutter Nicole Geittner (Ambulanz)

*09.03.2022
Tochter Zoe
Mutter Nadine Meissle (Ambulanz)

*11.03.2022
Sohn Leo
Mutter Regina Schedler (Station)

hessingpark CLINIC

ZENTRUM FÜR KONSERVATIVE UND OPERATIVE ORTHOPÄDIE

Fachbereiche:

Fuß und Sprunggelenk
Hand und Ellenbogen
Hüftgelenk
Kniegelenk
Schultergelenk
Wirbelsäule

Anästhesie und Schmerztherapie
Kernspintomographie
Rheumatologie
Therapie und Training

ANSCHRIFT:
Hessingpark-Clinic GmbH
Hessingstraße 17 (Parkplatz Wellenburger Str.)
86199 Augsburg

Telefon: 0821 909 9000
Fax: 0821 909 9001
E-Mail: contact@hessingpark-clinic.de
Internet: www.hessingpark-clinic.de

SPRECHZEITEN:
Montag – Freitag
nach Vereinbarung

Doctolib

Die Informationen in **hessingpark-concret** ersetzen nicht die Betreuung, Beratung und Versorgung durch Ärzte, Krankenhäuser, Apotheker und andere Leistungserbringer. Alle Informationen sind unverbindlich und für Patienten gedacht, die allgemeine medizinische und gesundheitliche Fragen haben. Die Informationen der Experten basieren auf deren aktuellem Wissensstand. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechtzeitigkeit der Antworten und Informationen wird jede Haftung ausgeschlossen.

Die Hessingpark-Clinic GmbH bietet ihre Leistungen außerhalb eines Versorgungsvertrages mit den gesetzlichen Krankenversicherungen an. Diese übernehmen daher in der Regel keine Kosten für eine Behandlung in der Hessingpark-Clinic. Fragen zur Kostenübernahme sollten bereits im Vorfeld einer Behandlung mit der jeweiligen Versicherung geklärt werden.

... EINE CLINIC, DIE IHRE PATIENTEN ALS GÄSTE EMPFÄNGT.