



PALLIATIVSTATION FEIERT 20-JÄHRIGES JUBILÄUM



Die meisten der heutigen 14 Teammitglieder arbeiten schon viele Jahre auf der Station, einige bereits von Beginn an

FOTO: KLINIKUM GÜTERSLOH

Wände in warmen Farbtönen, wohnlich eingerichtete Zimmer mit Buchenholzbetten und wohlthuende Ruhe abseits der normalen Hektik des Krankenhausalltags – die Palliativstation ist ein besonderer Bereich im Klinikum Gütersloh. Hier werden Menschen behandelt, die an einer nicht heilbaren, weit fortgeschrittenen Erkrankung mit begrenzter Lebenserwartung leiden. Seit ihrer Gründung vor inzwischen 20 Jahren war es das Ziel, eine Station mit familiärem Charakter zu schaffen, in der die Bedürfnisse der Patienten den Tagesablauf bestimmen. Wo heute ein breites Kompetenznetzwerk Hand in Hand arbeitet, beschritten die Gütersloher Anfang der 90er Jahre den Pionierweg. Durch die damals neue onkologische Abteilung im Klinikum rückte die Frage, wie angemessen mit schwerkranken und sterbenden Patienten und deren Angehörigen umgegangen werden kann, verstärkt in den Mittelpunkt. Verbindliche Richtlinien für die noch junge Palliativmedizin gab es zu diesem Zeitpunkt nicht. »Jeder konnte seine Ideen und Vorstellungen einbringen«, erinnert sich Dr. Herbert Kaiser, Leiter der Palliativstation, an die Anfangszeit. Besuche in anderen Kliniken und bei ambulanten Hospizdiensten vermittelten den Ärzten und Pflegern einen Eindruck, wie Hospizarbeit und Palliativstationen aussehen können. »Wir haben dann verschiedene Veranstaltungen in Gütersloh durchgeführt, um auf das Thema aufmerksam zu machen.«



19. ISSELHORSTER NACHT INFOABEND ZUM VORBEREITUNGS- PROGRAMM »IN 100 TAGEN FIT«

Am Mittwoch, 15. Februar, findet um 19.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus Isselhorst, Steinhagener Straße 28, der Infoabend zum Vorbereitungsprogramm »In 100 Tagen fit« zur 19. Isselhorster Nacht statt. Das Trainerteam stellt das 100-Tage-Programm für Laufanfänger und Wiedereinsteiger vor. Die Lauftrainer Lloyd Whittaker und Eva Kromminga-Rösler präsentieren Trainingsinhalte und das Konzept für die viermonatige Vorbereitung zur Isselhorster Nacht. Wie schon im letzten Jahr wird es wieder eine vorgezogene Trainingsphase für absolute »Lauf-Newbies« geben. Interessante Gastreferenten informieren diesmal zu Motivation und der richtigen Ernährung in Verbindung mit Laufsport. Das Organisationsteam der Isselhorster Nacht lädt alle Laufinteressierten herzlich ein, an diesem Infoabend in Isselhorst teilzunehmen. Weitere Informationen zum Vorbereitungsprogramm und zur 19. Isselhorster Nacht können auf der Internetseite www.isselhorster-nacht.de sowie ganz aktuell auch bei Facebook abgerufen werden. Die Isselhorster Nacht wird mit viel Engagement seit nunmehr 17 Jahren von den ehrenamtlichen Mitarbeitern Werner Pohlmann (bis 2013), Felix Krull und Jörg Düning organisiert. Ganzjährig laufen die Vor- und Nachbereitungen dieser Veranstaltung. Die Veranstaltergemeinschaft organisiert das Sponsoring, die Aqise von Helfern sowie die aktive Ansprache an Läufer.

Kay Spannhake
Facharzt für Mund-,
Kiefer- und Gesichtschirurgie



»Als Alternative zu herausnehmbarem Zahnersatz verhindern Zahnimplantate Rückbildungen des Kieferknochens und bieten ästhetische und funktionelle Vorteile«



Kay Spannhake
Facharzt für Mund-, Kiefer und Gesichtschirurgie
Carl-Bertelsmann-Straße 71, 33332 Gütersloh
Telefon (05241) 1 69 16, Telefax (05241) 1 69 17
www.implant-center-gt.de



Sanitätshaus Kaske

Medizinische Bandagen
Kompressionsstrümpfe und -hosen
Maß-Leibbinden
Bruchbänder
Einlagen
Chice Bademoden
Brustprothesen
Reha- und Krankenpflegeartikel
Wärmewäsche
Maßanfertigungen
eigene Werkstatt

Kökerstraße 6, 33330 Gütersloh
Telefon (05241) 20249, Telefax 20075
Mo–Fr 8.30–18.30 Uhr, Sa 10–14 Uhr
www.sanitaetshaus-kaske.de

FOTO/QUELLE: MEDICALPRESS.DE, HIGHWAYSTARZ, FOTOLIA

極



SCHULE FÜR
TAI CHI CHUAN

Tai Chi Chuan Gütersloh
Schule Angela Spannhake
Mobil (01 75) 5 96 39 56
E-Mail taichi@taichi-guetersloh.de
www.taichi-guetersloh.de



Arthrose

Kollagen-Peptide in Trinkampullen sind eine neue Therapie bei Arthrose – Gelenkschmerzen effektiv lindern mit Kollagen zum Trinken

Arthrose ist die häufigste Gelenkerkrankung weltweit. Allein in Deutschland leiden rund fünf Millionen Menschen an geschädigten Gelenknorpeln. Stolze sieben Milliarden Euro gehen dadurch hierzulande jedes Jahr auf das Konto der Volkskrankheit, so der Verein Deutsche Arthrose-Hilfe. Neue Hoffnung bei Gelenkschmerzen bieten Kollagen-Peptide in Trinkampullen.

Oft bleibt ein Gelenkverschleiß lange unbemerkt. Denn zunächst ist nur eine kleine Fläche des Knorpels betroffen und verursacht noch keine Beschwerden. In den Gelenken leiden aber bereits die Kollagen-Strukturen und der Knorpelabrieb schreitet stetig voran. Bei vielen Betroffenen machen sich spätestens ab dem 60. Lebensjahr ernste Gelenkprobleme bemerkbar, sodass jede Bewegung schmerzt. »Schreitet die Arthrose-Erkrankung über Jahre fort, so entwickelt sich ein Teufelskreis aus Schmerzen, Bewegungsmangel und Funktionsverlust der Gelenke«, erklärt Dr. med. Werner Lehner, Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin aus München. Denn der Gelenknorpel ist ein natürlicher Stoßdämpfer, der Bewegungen dämpft. Wird er im Laufe der Arthrose dünner und reißt ein, reibt irgendwann Knochen auf Knochen und seine Pufferfunktion geht verloren.

Für Betroffene sind vor allem Aufklärung und Früherkennung entscheidend. »Viele Patienten wissen gar nicht, dass sich hinter einer Arthrose ein degenerativer Verschleiß des Gelenknorpels verbirgt«, so der Experte. Doch gerade bei Arthrose ist es wichtig, rechtzeitig aktiv zu werden, solange noch ausreichend Knorpelsubstanz vorhanden ist.

Aufgrund der großen Relevanz der Krankheit wird schon lange an neuen Therapien gearbeitet. Zwar ist Arthrose noch nicht heilbar, doch inzwischen haben Forscher herausgefunden, wie man den Gelenknorpel regenerieren kann. Gute Erfolge werden mit innovativen Kollagen-Peptiden in Trinkampullen erzielt (zum Beispiel »CH-Alpha PLUS«, rezeptfrei in der Apotheke). Diese Behandlung setzt an der Ursache an, denn die Kollagen-Peptide stimulieren die körpereigene Kollagenproduktion in den Chondrozyten des Gelenknorpels und fördern so dessen Regeneration. Zusätzlich wirkt der enthaltene Hagebutten-Extrakt Entzündungen und Schmerzen entgegen.

Eine aktuelle Studie von Wissenschaftlern des Tufts Medical Center in Boston (USA) zeigt, dass die tägliche Einnahme einer Trinkampulle mit Kollagen-Peptiden den Abbau des Knorpels im Gelenk nicht nur stoppt, sondern auch seine Dichte optimiert. Dadurch nimmt auch die Steifigkeit der Gelenke ab ...