



amima

Das AMEOS Mitarbeitendenmagazin | Ausgabe 01-01/2020

Burn-out oder Time-out

Seite 6

In Balance statt ausgebrannt

Seite 8

Mikrowellentherapie bei Lebertumoren

Seite 15

Ausbildung in der Pflege 2020

Seite 20

Das Team der Unternehmenskommunikation freut sich auf zahlreiche Rückmeldungen zur amima. Schreiben Sie an: amima@ameos.ch oder besuchen Sie www.ameos.eu/amima

Die AMEOS Gruppe ist ein Schweizer Unternehmen. Daher folgt das Magazin der schweizerischen Rechtschreibung.

Impressum

Herausgeber:
AMEOS Gruppe,
Unternehmenskommunikation,
Florian Deumeland (V.i.S.d.P.)
Bahnhofplatz 14, 8021 Zürich
kommunikation@ameos.ch
ameos.eu

Anschrift der Redaktion:
AMEOS Gruppe,
Unternehmenskommunikation,
Bahnhofplatz 14, 8021 Zürich
Tel. +41 (0)44 5678366
Fax +41 (0)44 5678329
redaktion@ameos.ch

Druck: Dräger & Wullenwever
print+media Lübeck GmbH & Co. KG
Auflage: 10.000
Erscheinungsweise: dreimal jährlich
Copyright: AMEOS Gruppe,
Unternehmenskommunikation

Liebe Mitarbeitende, Liebe Leserschaft,



Dr. Axel Paeger
Chief Executive Officer (CEO), Vorsitzender des Vorstandes,
Mitglied des Verwaltungsrats, Gründer von AMEOS

zum neuen Jahr präsentieren wir Ihnen: das neue **AMEOS Mitarbeitendenmagazin** – kurz amima. Wir haben den Schritt gewagt, die bekannte MAZ nach 51 Ausgaben weiterzuentwickeln, und möchten Ihnen heute ein gänzlich neues Magazin präsentieren. Dabei haben wir uns von Ihren vielen Rückmeldungen leiten lassen. Sie halten ein Magazin in den Händen, in dem wir über Themen und Menschen berichten. Es lassen sich viele tolle Geschichten erzählen: über die kleinen und großen Projekte, die wir gemeinsam oder ganz individuell bewegen, über Menschen, die unsere Mission „Wir arbeiten für Ihre Gesundheit“ täglich mit Engagement erfüllen und über vieles mehr.

Im Zentrum einer jeden Ausgabe steht ein Titelthema, das für unsere Arbeit oder die Gesellschaft relevant ist. In der vorliegenden Ausgabe handelt es sich um das Phänomen des Burn-outs. Unser Ziel war es, das Thema aus möglichst vielen Perspektiven zu beleuchten: aus der ärztlichen, der pflegerischen und der ganz persönlichen Sicht.

Wir wollen bei der Produktion der amima auch auf Umwelt und Nachhaltigkeit achten. Es wird nicht mehr für jeden Mitarbeitenden ein eigenes Magazin gedruckt, da wir die Erfahrung gemacht haben, dass ein Heft oft von mehreren Personen gelesen wird. Darüber hinaus nutzen wir FSC-zertifiziertes Papier und lassen CO₂-neutral drucken.

Ein herzliches Willkommen den über 2.000 Mitarbeitenden der Einrichtungen der Katholischen Klinika Oberhausen, die im neuen Jahr zur AMEOS Familie dazustossen. Ich bin überzeugt, dass wir die vielfältigen Herausforderungen mutig gemeinsam angehen und meistern werden.

Ich bedanke mich herzlich für Ihr Engagement und die Unterstützung im vergangenen Jahr und wünsche Ihnen und Ihren Familien ein glückliches und gesundes neues Jahr.

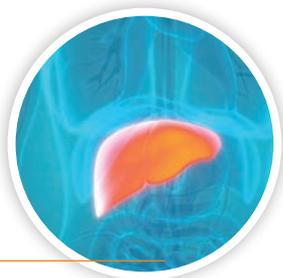
Viel Freude beim Lesen,

Ihr Dr. Axel Paeger



08

In Balance statt ausgebrannt



15

Mikrowellentherapie bei Lebertumoren

Schonend und schnell: Eine effektivere Behandlung von Leber-, Nieren- und Lungentumoren durch Mikrowellengeneratoren.



20

Ausbildung in der Pflege 2020

*Pflegeschüler*innen werden zu Auszubildenden. Zum 1. April 2020 soll die Begriffskorrektur zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann in Kraft treten.*

Inhalt

Titelthema: Burn-out oder Time-out

In Balance statt ausgebrannt	8
Burn-out im Berufsalltag	10
Kinder im Stress	11
Resilienz – Schutzschild im stressigen Alltag?	12

Gesundheitswissen

Naturheilkunde in der Pflege	14
Mikrowellentherapie bei Lebertumoren	15
Dem Recoveryansatz auf der Spur	16

Zukunft im Blick

Führungskräfte: Coaching und Mentoring	18
AMEOS Campus	19
Ausbildung in der Pflege 2020: Die Generalistik kommt	20

AMEOS erleben

Mein Weg bei AMEOS	22
Polnische Auszubildende in Vorpommern	24
#AMEOSDigitalEinfach	24
Ein Kochbuch für bewussten Genuss	25
Erweitertes Leistungsangebot des AMEOS Klinikums Holzminden	25

Regionales

Tervetuloa Suomeen! Best of AMEOS Kunstpreis in Finnland	26
Starker Teamgeist im OP und beim Lauf	26
Sozial vor Ort: Auf AMEOS ist Verlass	27
Mitarbeitende in der Hauptrolle	28
Ein besonderer Ort	30
25 Jahre psychosomatische Kompetenz in Niederbayern	30
Pflege will geplant sein	31
Tagesklinik eröffnet	32
35 Jahre Entwicklung statt Stillstand – AMEOS Eingliederung Osnabrück feiert Jubiläum	33
Fitness für die Seele – so hilft Ausdauersport bei psychischen Erkrankungen	33

Kreuz & quer

Pflegepersonal-Stärkungsgesetz	34
15 Fragen an Dr. Lars Timm	36
Sonnendeck der Ostsee	37
Ich sehe was, was du nicht siehst	38
Max & Mia: Schlafen macht schlau	39

22



Mein Weg bei AMEOS

*Christina Grahl über die Notwendigkeit ihrer Arbeit, um die individuelle Pflegequalität aller Patient*innen zu gewährleisten.*

26



Starker Teamgeist im OP und beim Lauf

Das Team um Chefarzt Dr. med. Carsten Breß läuft unter der Flagge des AMEOS Klinikums Ueckermünde den Halbmarathon in Berlin.

37



Sonnendeck der Ostsee

Wir nehmen Orte unter die Lupe, an denen unsere Mitarbeitenden tagtäglich zur Arbeit kommen. Den Anfang macht die Kleinstadt Heiligenhafen im hohen Norden.

Burn-out oder Time-out

Ein Burn-out kündigt sich meist durch Frühwarnzeichen an. Dazu zählen eine zunehmend physische und psychische Leistungs- und Antriebsschwäche, einhergehend mit der Unfähigkeit, sich zu entspannen und zu erholen. Mit einer gesunden Ernährung, viel Bewegung und regelmässigen Ruhezeiten können Betroffene gegensteuern. Entspannungsübungen wirken ebenfalls unterstützend.





Wenn **Katja** gefragt wird, warum sie vor 20 Jahren Sozialpädagogik studiert hat, lautet ihre Antwort stets: „Ich will Menschen helfen.“ Genau das hat sie im Rahmen ihrer jahrelangen Tätigkeit in der Suchthilfe getan. Sie startet voller Elan neue Projekte bei dem Träger, bei dem sie angestellt ist. Doch seit mittlerweile mehreren Monaten nimmt ihr Eifer ab. Sie ist oft müde und abgespannt, schleppt sich durch die Arbeitswoche. Für Kolleg*innen und Klient*innen hat sie immer öfter nur noch bittere Worte übrig. Die Arbeit, die ihr einst so viel Sinn geschenkt hat, ist zu einer kaum mehr zu bewältigenden Last geworden.
Katja ist ausgebrannt.

In Balance statt ausgebrannt

„Burn-out“ – ein unklarer Begriff

Nach den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zeigt nur eine der beiden Frauen die Merkmale eines Burn-outs. In der Neuauflage der Internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, kurz ICD-11, die 2022 in Kraft treten soll, wird der Burn-out als Syndrom beschrieben, das aus nicht erfolgreich bewältigtem, chronischem Stress am Arbeitsplatz hervorgeht. Im bisherigen Katalog war der Burn-out lediglich als Zustand beschrie-

ben, der auf „Problemen mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung“ gründet. Beide Fassungen lassen Fragen unbeantwortet: Wo liegen die Unterschiede zwischen Burn-out und Depression? Wann kann der behandelnde Arzt eingreifen und, vor allem, wie?

Dr. med. univ. Margarete Liebmann ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und Chefärztin der Transkulturellen Akutstation im **AMEOS Klinikum Inntal** in Simbach am Inn und kennt die Anzeichen

eines Burn-outs sehr gut: „Was Patient*innen, die unter einem Burn-out leiden, verbindet, ist die grosse Begeisterung für etwas, sei es ein Projekt in der Arbeit oder ein Hobby. Letztlich werden die hohen Erwartungen, die damit einhergehen, aber enttäuscht. Die Anerkennung bleibt aus, ein Gefühl der Ernüchterung tritt ein.“ Was folgt, sind Abwehrprozesse: „Die Patient*innen gehen dann verstärkt auf Abstand zu ihren Kolleg*innen und zu ihrer Arbeit. Sie werden zynisch, unzugänglich, wirken oftmals arrogant und kalt.“

In Balance bleiben

Wie aber kann man sich vor dem Ausbrennen schützen? Tatsächlich gibt es eine ganze Reihe einfach umsetzbarer Massnahmen, die sich in den (Arbeits-)Alltag integrieren lassen. Dazu gehören unter anderem eine gesunde Ernährung, Aufgaben delegieren lernen und regelmässige Pausen.

Auch das Erlernen und Praktizieren einer Entspannungsmethode kann einem Burn-out vorbeugen: „Leider sind unsere Phasen der An- und Entspannung nicht mehr in Balance. Durch Arbeitsverdichtung und ständige Erreichbarkeit befinden wir uns in einem Zustand des permanenten Angeregtheits. Auf

Wenn **Monika** ihrer 86-jährigen Mutter am Morgen das Frühstück bringt, weiss sie nicht, in welcher Verfassung die alte Dame ist. An guten Tagen hat sie ein Lächeln für Monika übrig und nennt sie Gisela, wie ihre jüngere Schwester, die sie im Krieg verloren hat. An schlechten Tagen beschuldigt sie ihre Tochter des Diebstahls und schlägt ihr den Löffel mit den Frühstücksflocken aus der Hand. Monikas Mutter hat Alzheimer. Sie wird von ihrer Tochter gepflegt, die sich eigentlich nicht beschweren möchte – schliesslich hat ihre Mutter auch immer alles für sie getan. Doch seit einiger Zeit weiss Monika, dass sie nicht mehr lange durchhalten wird.

Monika ist ausgebrannt.



Dr. Margarete Liebmann,
Chefärztin der Transkulturellen Akutstation
am AMEOS Klinikum Inntal

Keine „Managerkrankheit“

Die Verengung der Burn-out-Definition auf den Bereich der beruflichen Arbeitswelt hält Liebmann für problematisch: „Damit werden zum Beispiel in der Familie Arbeitende oder ehrenamtlich Tätige aussen vor gelassen. Dabei sind diese Personengruppen nicht weniger gefährdet – im Gegenteil. Des Weiteren ist es falsch, wie früher den Burn-out als ‚Managerkrankheit‘ zu kennzeichnen, was auf einen Trugschluss zurückzuführen ist: Es hat sich gezeigt, dass Menschen, die mehr Kontrolle

über ihre Tätigkeiten haben und die sich ihre Zeit freier einteilen können, vor einem Burn-out besser geschützt sind. Menschen hingegen, die wenig Gestaltungsspielraum und Mitspracherecht haben wie Schichtarbeitende oder pflegende Angehörige, sind wesentlich gefährdeter.“

Vorbeugen statt Behandeln

Nur wer brennt, kann ausbrennen. In einer Burn-out-Neudefinition in der ICD-11, die an diese Erkenntnis anknüpft, liegt eine Chance: „Wir Ärzt*innen und Therapeut*innen

könnten bei den ersten Anzeichen eines Burn-outs noch gut mit den Patient*innen arbeiten. Da deren Elan im Grunde gross ist, würden Psychotherapie und Entspannungsmethoden hier viel eher greifen. Prophylaxe ist das Stichwort. Derzeit kann ich einen Burn-out aber erst dann behandeln, wenn er schon zur Depression fortgeschritten ist. Und die Kassen zahlen nur, wenn eine psychische Störung vorliegt. Hier müsste die WHO nach meiner Meinung nachbessern“, so Dr. Liebmann.

Katharina Auberger, Simbach am Inn

Dauer macht das krank.“ Liebmann empfiehlt hierzu eine simple Übung aus der progressiven Muskelentspannung: „Wir bauen zunächst eine

hohe Spannung im rechten Arm auf, ballen dazu auch die Faust. Nach ein paar Sekunden lassen wir die Spannung los und fühlen ganz

bewusst die Entspannung – wohl-tuend und beruhigend. Und genau dieses Gefühl müssen wir auch unserem Geist gönnen!“



Ausreichende
Ruhepausen



Regelmässige
Bewegung



Gesunde
Ernährung



Mentale
Entspannung

Burn-out im Berufsalltag

Mitarbeitende stehen täglich unter grossem Druck und erleben die Herausforderungen ihres Arbeitsalltages oft als sehr belastend und erschöpfend. Dauern ungesunder Stress und das Gefühl der Überforderung länger an, resultiert daraus nicht selten ein Burn-out-Syndrom. Um den Beruf auch nach vielen Jahren noch gern auszuüben, ist eine gesunde Work-Life-Balance wichtig. Schützt diese nicht vor einem Burn-out, ist eine Behandlung unerlässlich.

Die AMEOS Gruppe unterstützt ihre Mitarbeitenden durch vielfältige Angebote bei der Bewältigung herausfordernder Lebenssituationen. Um den Arbeitsplatz entsprechend der gesundheitlichen Lebenssituation positiv zu gestalten, bietet sie Supervision, Coaching oder Mediation an. Hilfreich kann auch eine Anpassung der Arbeitszeiten oder ein Wechsel innerhalb der Unternehmensbereiche sein. „Wir wollen unseren Mitarbeitenden viel Flexibilität geben und unsere Arbeitgeberattraktivität durch besondere Angebote weiter steigern“, sagt Stephan Freitag, Krankenhausdirektor der **AMEOS Einrichtungen Ratzeburg**, für die er beispielhaft die Kindernotfallbetreuung, die Notfallseniorenassistenz sowie den Aufbau eines Pflegepoolteams nennt.

AMEOS Nord startete Mitte des Jahres ein Pilotprojekt mit dem pme Familienservice im Rahmen eines Employee Assistance Program (EAP). Hierbei handelt es sich um ein Unterstützungsangebot, mit dem berufliche und private Bedürfnisse optimal aufeinander abgestimmt werden können. Bei persönlichen, familiären oder beruflichen Herausforderungen wie zum Beispiel Abhängigkeit, Stress, psychischer Belastung, Konflikten am Arbeitsplatz oder finanziellen Problemen, können die

Mitarbeitenden das Angebot des Lebenslagen-Coachings in Anspruch nehmen. Für Eltern stehen zum Beispiel umfangreiche Beratungs- und Vermittlungsangebote zu den Themen Kinderbetreuung, Erziehung und Schule zur Verfügung. Die Homecare-Eldercare-Dienstleistungen entlasten bei der Organisation von Pflegeanforderungen im familiären Umfeld und beraten bei Fragen rund um Pflegeversicherung, zur Finanzierung von Pflege, Pflegeformen oder Wohnungsanpassung und unterstützen bei der konkreten Suche ambulanter oder stationärer Betreuungslösungen. Selbstverständlich ist die Beratung anonym und wird unter Einhaltung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen durchgeführt. AMEOS erhält keinerlei Informationen zu den Beratungsanliegen.

Sollte sich das Angebot während der Pilotphase in AMEOS Nord erfolgreich gestalten, erfolgt eine Erweiterung des Programms für die gesamte AMEOS Gruppe.

Erken Schröder, AMEOS Nord

Interessierte am Employee-Assistance-Program sind herzlich eingeladen, Herrn André Hübner, Personalentwicklung AMEOS Nord, telefonisch (+49 (0)4561 611-4381) oder per E-Mail (anhu.verw@neustadt.ameos.de) zu kontaktieren.



Die Diagnose Burn-out ist umstritten, wenn es um Kinder geht, und nicht als eigenständige Krankheit anerkannt. Im klinischen Alltag und in den Ambulanzen werden aber häufig depressive, „erschöpfte“ Kinder vorgestellt – so auch im **AMEOS Klinikum Haldensleben** oder im **AMEOS Poliklinikum Haldensleben**. Es handelt sich um Krankheitsbilder, die bereits im Grundschulalter beginnen und zunehmend im Jugendalter auftreten.

Diese Kinder wirken traurig und stimmungslabil. Es fehlt ihnen an Interesse für Aktivitäten, und sie zeigen Ein- und Durchschlafstörungen. Im Jugendalter treten nicht selten suizidale Gedanken, vermindertes Selbstvertrauen, Konzentrationsschwierigkeiten und psychosomatische Störungen auf.

Kinder *im* Stress



Selbsterleben und Selbsteinschätzung sind häufig verzerrt. Verhaltensweisen anderer beziehen die Betroffenen negativ auf sich.

Die Ursachen depressiver Störungen von Minderjährigen sind vielfältig: Es liegt ihnen, mit unterschiedlicher Gewichtung, ein Zusammenspiel konstitutioneller/genetischer Faktoren (erblich) und reaktiver/psychosozialer Komponenten (äussere Faktoren) zugrunde.

Neben frühkindlichen Beziehungsstörungen, wechselnden Bezugspersonen, Heimerziehung und Vernachlässigung ist vor allem eine nicht adäquate Beschulung bei übersteigerter Leistungserwartung von Eltern oder Schüler*innen ursächlich. Die betroffenen Kinder erleben, ähnlich wie (sportlich) ungeschickte Kinder, Tadel, Zurückweisung, Hänseleien und soziale Isolation.

Chronische Erkrankungen, psychische Belastungen von Familienangehörigen, Misshandlungen und finanzielle Probleme spielen ebenso eine Rolle. Auch die Unterforderung hochbegabter Kinder in nicht fördernden Schulformen führt zu depressiven Reaktionen.

Fürchten Eltern, dass bei ihrem Kind eine Depression vorliegt, erhalten sie eine erste Unterstützung beim Kinder- oder Hausarzt. Bei Bedarf veranlasst er eine Terminvereinbarung mit einem*einer Facharzt*in für Kinder- und Jugendpsychiatrie oder eine Überweisung an ein Krankenhaus.

Dr. med. Angela Nöldge, Haldensleben



Resilienz – Schutzschild im stressigen Alltag?

Manche Menschen scheint nichts umzuwerfen. Doch wie gelingt es ihnen, krisenhafte Situationen zu bewältigen? Mit Resilienz. Amira hat Wolf Steffen Schindler dazu befragt. Er ist Pflegedirektor der **AMEOS Klinika in Vorpommern** und seit 15 Jahren Supervisor und Resilienztrainer.

Was bedeutet Resilienz?

Einigen Menschen gelingt es, Extremsituationen durchzustehen und sogar gefestigt aus ihnen hervorzugehen, weil sie auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zurückgreifen können. Diese mentale Widerstandsfähigkeit wird als Resilienz bezeichnet.

Das klingt nach einem unsichtbaren Schutzschild, den man hat oder nicht hat.

Resilienz ist nicht angeboren. Sie entwickelt sich in der Kindheit durch die Auseinandersetzung mit sozialen Herausforderungen und mit der Umwelt. Resilienz erwirbt man also durch produktives Handeln.

Bedeutet das, dass Resilienz erlernbar ist?

Ja, sie entspringt der Aneignung einer optimistischen Erwartungshaltung. Die lässt sich trainieren: weg von ungesunden Assoziationen und Problemen, hin zu einer Konzentration auf Lösungen, Ziele und die eigenen Ressourcen. Nur geht das nicht auf die Schnelle, sondern

ist ein eher langfristiger Prozess, auf den man sich einlassen muss.

Wie kann ich dahin kommen?

Es gibt einfache Grundsätze, zum Beispiel: Beachte, was da ist, nicht das Fehlende. Finde heraus, was gut funktioniert, und tue mehr davon. Oder: Wenn etwas trotz Anstrengungen nicht funktioniert, tue etwas anderes. Darüber hinaus geht es darum, unsere Selbststeuerungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit stärker zu entwickeln. Auch soziale Kompetenz oder Selbstwahrnehmung sind wichtige Themen. Dafür gibt es ganz praktische Übungen.



Gut trainiert bin ich also besser aufgestellt und leistungsfähiger für die immer stressigere

Arbeitswelt. Besteht da nicht das Risiko, dass der Chef einem noch mehr aufbürdet?

Auch Resilienzforscher haben sich diese Frage gestellt. Ihr Fazit: Resilienz bietet mehr Chancen als Risiken. Sie kann stressbedingte Erkrankungen reduzieren und mehr Selbstentfaltung ermöglichen, indem sie Menschen unnötige Ängste nimmt und ihre Produktivität steigert. Im besten Fall kann man dem Chef eigene Vorschläge machen, die die individuelle Lage verbessern.

Anja Baum, Ueckermünde

Behandlungsmöglichkeiten innerhalb der AMEOS Gruppe

Die Häufigkeit der Diagnose einer Burn-out-Erkrankung hat sich im letzten Jahrzehnt verdreifacht. Viele Betroffene haben bereits einen langen Leidensweg hinter sich, bevor sie sich professionelle Hilfe suchen. Die finden sie in zahlreichen Einrichtungen der AMEOS Gruppe:

- ✓ AMEOS Klinikum Alfeld
- ✓ AMEOS Klinikum Anklam
- ✓ AMEOS Klinikum Ascherleben
- ✓ AMEOS Klinika in Bad Aussee
- ✓ AMEOS Klinikum Bad Salzuflen
- ✓ AMEOS Klinikum Bremen
- ✓ AMEOS Klinikum Cuxhaven

Resilienz: eine praktische Übung

Finden Sie Beispiele für (zunächst) negative Vorkommnisse, und suchen Sie darin bewusst nach positiven Elementen.

Vergangenheit:

Welche ungewollten/unerfreulichen Ereignisse habe ich erlebt?

Gegenwart:

Welche positiven Folgen sind damit auch verbunden?
Was habe ich dadurch erfahren/kennengelernt?

Hier ein Beispiel:

Vergangenheit:

Wenn ich nicht betrogen worden wäre, ...

Gegenwart:

... dann wäre ich ewig in dieser grauen Ehe geblieben.
... dann hätte ich mir keinen neuen Job gesucht.
... dann wäre ich nie nach X gezogen.
... dann hätte ich Y nie kennengelernt.

Wie sieht Ihr Beispiel aus?

- ✓ AMEOS Klinikum Eutin
- ✓ AMEOS Klinikum Geestland
- ✓ AMEOS Klinikum Hameln
- ✓ AMEOS Klinikum Heiligenhafen
- ✓ AMEOS Klinikum Haldensleben
- ✓ AMEOS Klinikum Hildesheim
- ✓ AMEOS Klinika in Inntal

- ✓ AMEOS Klinikum Kiel
- ✓ AMEOS Klinikum Lübeck
- ✓ AMEOS Klinikum Neustadt i. H.
- ✓ AMEOS Klinikum Oldenburg
- ✓ AMEOS Klinikum Osnabrück
- ✓ AMEOS Klinikum Pasewalk
- ✓ AMEOS Klinikum Preetz

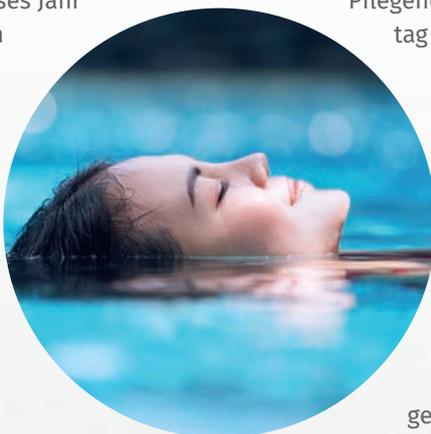
- ✓ AMEOS Klinikum Staßfurt
- ✓ AMEOS Klinikum Ueckermünde
- ✓ AMEOS Seeklinikum Brunnen





Naturheilkunde in der Pflege

In Bremen bietet seit 2015 das Institut für Berufs- und Sozialpädagogik e. V. (ibs) mit dem **AMEOS Klinikum Bremen** und dem St. Joseph-Stift die erste staatlich anerkannte Fachweiterbildung im Bereich komplementäre Pflege an. Dieses Jahr konnten die ersten „Fachkrankenpfleger*innen für komplementäre Pflege“ ihre Zertifikate entgegennehmen, unter ihnen zwei Mitarbeitende des AMEOS Klinikums Bremen.



um so die Qualität der (komplementär)pflegerischen Versorgung zu erhöhen. Daher beantragten die Initiatoren eine staatlich anerkannte Fachweiterbildung und schnitten diese auf die Bedürfnisse von Pflegenden im Berufsalltag zu.

Komplementäre Pflege bedeutet, dass naturheilkundliche Verfahren die schulmedizinischen Pflegemethoden und Anwendungen ergänzen.

Dort ergänzen seit nunmehr vielen Jahren naturheilkundliche Pflegemethoden das Behandlungsangebot. Doch gab es kaum umfassende Fachweiterbildungen, die sich auf das Arbeitsfeld Pflege beziehen,

Im Mittelpunkt der Weiterbildung stehen ausgewählte Konzepte und Verfahren der Naturheilkunde, die Pflegenden in ihrem Berufsfeld anwenden können. Die Bandbreite der Anwendungen reicht von Hydro-

und Thermo-therapie bis zu Heilpflanzentherapie und entspannenden Verfahren.

Für die umfassende Vermittlung der vielschichtigen Inhalte durchlaufen die Teilnehmenden der Fachweiterbildung insgesamt 800 Stunden theoretischen Unterricht und 65 Wochen in Praxiseinsätzen. Pflegenden erweitern durch die Fachweiterbildung ihr Handlungsspektrum.

In psychiatrischen Einrichtungen ist die komplementäre Pflege ein unterstützendes Element, das vor allem bei Gefühlsüberflutungen, Suchtdruck, aber auch in der Unterstützung einer emotionalen und körperlichen Selbstfürsorge eingesetzt wird.

Die Vorteile seien vielfältig, betont Sven Helliger, Qualitäts- und Fortbildungsbeauftragter am AMEOS Klinikum Bremen: „Neben den spezi-



fischen Wirkungsweisen der einzelnen Methoden ermöglichen die Anwendungen einen intensiven und unmittelbaren Kontakt mit den Patient*innen und geben Einblick in deren Alltagspraxis. Die Patient*innen erleben dafür ein hohes Mass an Wirksamkeit, vor allem, wenn es darum geht, Erkenntnisse aus anderen Therapieinhalten mit Alltagsanforderungen zu verknüpfen.“

Nele Mielke, Bremen, Bremerhaven und Geestland



Mikrowellentherapie bei Lebertumoren

Die Mikrowellenablation ist ein relativ neues Verfahren, das sich in den letzten Jahren sehr erfolgreich weiterentwickelt hat. Mit der Mikrowellentherapie werden inoperable Tumore behandelt: Insbesondere Lebertumore und -metastasen, die operativ nur schwer zugänglich oder aus anderen Gründen nicht operabel sind, werden mithilfe von Hitze „verköcht“. Das Verfahren kann auch bei Nieren- und Lungentumoren eingesetzt werden.

Bei dem minimalinvasiven Eingriff wird unter örtlicher Betäubung eine Sonde in den Körper eingeführt, die CT- oder ultraschallbildgesteuert präzise im erkrankten Gewebe platziert wird. Der Tumor wird durch die vom Mikrowellengenerator erzeugten elektromagnetischen Wellen vollständig zerstört.

„Im Gegensatz zu den bisher üblichen Verfahren, wie zum Beispiel der Radiofrequenzablation, ist die Mikrowellenablation nicht nur effektiver, da höhere Temperaturen im Gewebe entstehen, sondern mit einer Einwirkzeit von nur wenigen Minuten pro Tumor auch sehr schnell und damit besonders schonend für die Patient*innen“, erklärt Dr. med. Stephan Rudolph, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral-, Gefäß- und Thoraxchirurgie am AMEOS Klinikum Aschersleben.

Die lokale Betäubung, die kurze Erholungszeit im Anschluss und die kosmetisch guten Resultate sind weitere Vorteile dieses aussergewöhnlichen Verfahrens, das in Sachsen-Anhalt nur an wenigen Klinika zum Leistungsspektrum gehört. Komplikationen seien bei diesem minimalinvasiven Eingriff selten, versichert Rudolph. Probleme könne es geben, wenn der Arzt ein Gefäss treffe und es zu Blutungen komme. Für solche Fälle befänden sich ein Chirurg und ein Anästhesist immer im „Stand-by-Modus“.

Anja Vincentini, Aschersleben und Staßfurt

Dem Recovery-Ansatz auf der Spur ...



Professionell Pflegende und medizinisch-therapeutische Teams stehen in der qualitativen Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen vor diversen Herausforderungen. Das klinische Bild vieler Psychiatrien ist von Chronizität, Multimorbidität, Hospitalismus, Drehtüreffekt oder langen Verweildauern geprägt. Aufgrund fehlender lebensfeldorientierter Ansätze sind langzeiterkrankte Menschen oft ungewollt an psychiatrische Institutionen gebunden. Sie verlieren damit zunehmend an Selbstständigkeit und Selbstbestimmung. Vor diesem Hintergrund stellt sich die Frage, wie wir als Pflegende die Selbstständigkeit der Menschen, abseits traditioneller Versorgungsmethoden, unterstützen können. Wie lassen sich Abhängigkeitstendenzen abbauen? Aus welchen Aspekten schöpft eine zu pflegende Person Kraft, Hoffnung oder gar Freude? Deutlich ist: Im psychiatrischen Setting besteht der Bedarf an patientenorientierteren Ansätzen – als zukunftsweisend sind hier der Recoveryansatz sowie das Peer-Involvement zu nennen.

Grundsätzlich ist Recovery ein von psychiatrienerfahrenen Menschen konzipierter Ansatz für den individuellen Genesungsprozess von starken psychischen Erschütterungen wie beispielsweise einer Schizophrenie oder Suchterkrankung. Recovery bedeutet, dass Menschen trotz psychischer Erkrankung wieder gesunden und selbständig (mit oder ohne psychiatrische Unterstützung) ihren Recoveryweg gehen können. Es geht nicht darum, wieder symptomlos oder von der Erkrankung geheilt zu sein, sondern darum, mithilfe des Recoveryansatzes einen persönlichen Entwicklungsprozess zu durchleben, der dazu befähigt, mit einer Erkrankung umzugehen und Symptome besser kontrollieren zu können.

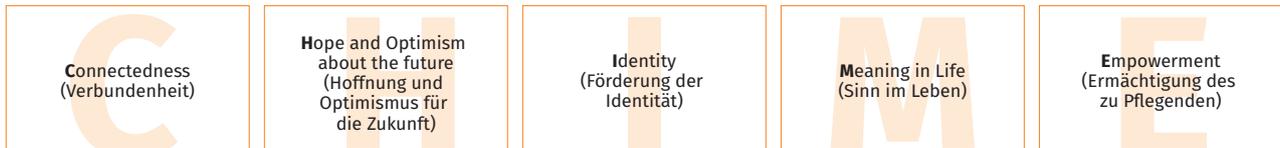
„Recovery bedeutet für mich, wieder im Führersitz meines Lebens zu sitzen“

Patricia Deegan, Ph.D.
Betroffene und Experte in klinischer Psychologie

Essentiell an diesem Ansatz ist der Aspekt der Hoffnung, ohne die, wie Deegan betont, keine Recovery möglich sei. Professionell Pflegende sollten diesbezüglich reflektieren, ob sie den zu pflegenden Menschen authentisch mit einem hoffnungsvollen Handeln im Pflegealltag gegen-



CHIME-Akronym



übertreten. Doch nicht nur Hoffnung kann förderlich für Recovery sein, so ist für jede pflegende Person individuell, woran sie festhält: als Orientierungsmodell für den pflegerischen Versorgungsalltag kann das Akronym CHIME dienen (siehe Abbildung). Doch wie lassen sich Recoverystrukturen in den Stationsalltag integrieren?

Der Recoveryansatz erscheint von seinem Setting unspezifisch und kann in verschiedenen psychiatrischen Milieus eingesetzt werden. Ein zentraler Bestandteil ist die Recoverygruppe, die einmal wöchentlich stattfindet und in der impulsartig Themen wie zehn Schritte zur psychischen Gesundheit, Hoffnung, Ziele/Träume, Recoverykonzept, Sinnfindung, das Salutogenesemodell, Antistigma, Resilienz, Empowerment oder Identität thematisiert werden. Darüber hinaus gibt es die Option der freien Sitzungsgestaltung. Die Gruppe wird in der

Regel von einer Pflegefachkraft und sogenannten Peers begleitet. Das Peer-Involvement hat sich als sehr effektiv erwiesen, weil Peers ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich besser in die zu Pflegenden hineinversetzen können. Falls die Recoverygruppe keine Option für die Klient*innen darstellt, gibt es auch die Möglichkeit, Impulse für deren Genesungsweg mithilfe des Handbuchs „Das Leben wieder in den Griff bekommen“ zu gestalten. Die Aufgabe der Pflegenden kann die Pflegeberatung mithilfe von Bezugspersonengesprächen sein.

Letztlich sollte herausgestellt werden, dass die recoveryorientierte Pflege keine evidenzbasierte Intervention/Massnahme, sondern vielmehr eine grundsätzliche Haltung neben der (pflege)fachlichen Expertise darstellt, um einerseits Identität, Hoffnung und das Kohärenzgefühl der zu pflegenden Person zu fördern und andererseits, um der Person Wahlmöglichkeiten zu lassen sowie paternalistische Strukturen abzubauen. Darüber hinaus weist der Recoveryansatz hohes praktisches Potenzial für psychiatrische Ambulanzen, Tageskliniken, die Allgemeinpsychiatrie und das Suchtmedizinische Zentrum des **AMEOS Klinikums Osnabrück** auf. Neben dieser Erkenntnis sind für die Implementierung einer recoveryorientierten psychiatrischen Institutionskultur nicht nur die Bemühungen seitens der Pflegenden

entscheidend – es sollte vom therapeutischen Team und insbesondere von der Institution leitbildartig vorgelebt werden.

Simon Stiehl, AMEOS Klinikum Osnabrück



Mein Name ist Simon Stiehl, ich bin 23 Jahre alt und komme aus Osnabrück. Zurzeit studiere ich im siebten Bachelorsemester den Studiengang Pflege (dual) an der Hochschule Osnabrück und absolviere meine berufliche Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger im AMEOS Klinikum Osnabrück. Im Rahmen eines Auslandssemesters in der Schweiz bei der UPD Bern habe ich mich intensiv mit dem Thema Recovery und dem tagesklinischen Setting auseinandergesetzt. Neben meiner dualen Ausbildung mache ich gern Fitnesssport und spiele Jazztrompete in zwei Osnabrücker Big Bands.



Führungskräfte: Coaching und Mentoring



Im Bereich Personal- und Organisationsentwicklung wurden zwei wichtige Meilensteine im Rahmen der Gestaltung einer gemeinsamen AMEOS Führungskultur implementiert. Seit August 2018 wird ein Führungskräfte-Coaching angeboten. Es richtet sich an die „jungen“ sowie an die erfahrenen Führungskräfte der AMEOS Gruppe.

Das Coaching wird heute bereits von den ersten Krankenhausesdirektor*innen in Anspruch genommen. Coaching verstehen wir als interaktiven und personenzentrierten Begleitungsprozess, mit dem wir unsere Führungskräfte bei ihren vielfältigen Aufgaben unterstützen wollen. Der Umgang mit den eigenen Ressourcen, das Schaffen von Reflexionsräumen sowie das Fördern konstruktiver Kom-

munikation und einer individuellen Lösungskompetenz stehen dabei im Mittelpunkt. Um eine hohe Qualität des Coachings zu gewährleisten, haben wir uns für den Aufbau eines Pools externer Coaches entschieden. Coaches, die für die AMEOS Gruppe tätig werden, müssen einen anerkannten Zertifizierungsprozess absolviert haben.

Des Weiteren haben wir im April 2019 unser AMEOS Mentoring-Programm implementiert. Unter dem Motto „Im Tandem zum Erfolg“ wurde das Konzept erstmals im Rahmen der diesjährigen AMEOS Medizintage in Brunnen vorgestellt. Der Leiter des Projektportfoliomanagements, Lars Klötcher, und Marie-Luisa Jahreiss, Trainee der AMEOS Gruppe, stehen seither als erstes Tandem aktiv im Austausch: „Es hat mir geholfen, mein erstes kleineres Projekt zu managen. Ich konnte meine Gedanken sowie meine Zweifel mit meinem Mentor austauschen und mein Projekt dadurch sinnvoll fortführen“, freut sich Jahreiss.

Das Mentoring zwischen einem*einer Berufserfahrenen (Mentor*in) und einer Nachwuchsführungskraft (Mentee) verstehen wir als Dialog auf Augenhöhe – im beruflichen wie im persönlichen Entwicklungskontext. Das Team Personal- und Organisationsentwicklung steht den Mentoren und Mentees dabei stets zur Seite. Es konzipiert gegenwärtig ein Mentorentraining sowie eine gemeinsame Informations- und Dialogveranstaltung für die Mentor*innen und Mentees; sie wird voraussichtlich im Sommer 2020 stattfinden.

Caroline Wendt, AMEOS West



Caroline Wendt
Leiterin Personalentwicklung und
Recruiting AMEOS West
cwen.verw@west.ameos.de

*Sie sind interessiert am
Führungskräfte-Coaching oder
Mentoring-Programm? Sie
möchten gern als Mentor*in tätig
werden oder kennen jemanden,
der als Mentee ins Programm
aufgenommen werden soll?*

*Wir freuen uns auf Ihre
Kontaktaufnahme!*



Stefan Wollschläger
Leiter Personal- und Organisations-
entwicklung AMEOS Gruppe
stefan.wollschlaeger@ameos.ch



AMEOS Campus

Mit einem AMEOS Studium im Ausland zum Traumberuf

Arzt*Ärztin werden – Leben retten. Was für viele schon ein Kindheitstraum war, scheiterte oftmals am Numerus clausus oder an unzähligen Wartesemestern. Ab dem Wintersemester 2020 bieten wir als AMEOS Gruppe in enger Kooperation mit der Medizinischen Fakultät der Josip-Juraj-Strossmayer-Universität in Osijek, Kroatien, einen internationalen Ausbildungsgang für Humanmedizin an.

Der theoretische Teil findet an der kroatischen Universität und der praktische Teil an ausgewählten AMEOS Standorten statt. Für uns bietet sich so die Möglichkeit, unsere Fachkräfte selbst auszubilden und ihnen anschliessend eine langfristige Perspektive innerhalb unserer Gruppe zu ermöglichen.

Begabung und Engagement sind uns wichtiger als Zeugnisse

Bei unserem Studium gibt es keinen Numerus clausus und keine

Wartezeit – viel wichtiger als die schulische Abschlussnote sind uns Talent, Begeisterung und Einsatzbereitschaft. Das deutschsprachige Studium dauert insgesamt sechs Jahre. Uns bedeuten ein familiäres Flair, gute Lernbedingungen und eine intensive Betreuung besonders viel – deshalb gibt es kleine Studierendengruppen und eine geringe Jahrgangsstärke.

Nach einem erfolgreichen Abschluss des Studiums erhalten die Absolvent*innen den Titel Doktor der Medizin, der international anerkannt ist. Auch besteht die Möglichkeit, für dieses Studium ein Stipendium zu erhalten.

Neues entdecken: die Stadt Osijek und ihre Universität

Osijek ist die viertgrösste Stadt in Kroatien, sie liegt am Fluss Drau im Osten des historischen Slawoniens. Neben einer langen und wechsel-



Medizinische Fakultät der Josip-Juraj-Strossmayer-Universität

vollen Geschichte prägt auch Modernität das heutige Stadtbild. Insbesondere für junge Leute hat Osijek eine Menge zu bieten.

Die Josip-Juraj-Strossmayer-Universität wurde 1975 gegründet, die Tradition der akademischen Ausbildung reicht aber schon bis in das Jahr 1707 zurück. Die 1998 gegründete Medizinische Fakultät in Osijek ist die jüngste in Kroatien; allerdings gab es hier den Medizinstudiengang als ausgegliederten Zweig der Universität Zagreb schon ab 1979.

Sophia Stillhard, Zürich

Ausführliche Informationen finden Interessierte unter www.medizinstudieren.jetzt

Krankenschwester Heilerziehungspfleger Gesundheits- und Krankenpflegerin Kinderkrankenpfleger Altenpflegerin



Ausbildung in der Pflege 2020

Die Generalistik kommt

Der Pflegeberuf ist eine noch recht junge Disziplin. Aus der früher von Nächstenliebe geprägten nicht beruflichen Pflege im Familienkreis ist ab Mitte des 20. Jahrhunderts über den Zwischenschritt des medizinischen Assistenzberufs schliesslich ein eigenständiger Dienstleistungsberuf in der Pflege entstanden. In den letzten Jahrzehnten gab es viele Änderungen, die sich unter anderem in verschiedenen Berufstiteln wie Krankenschwester, Gesundheits- und Krankenpfleger, Altenpflegerin, Kinderkrankenpfleger und Heilerziehungspflegerin widerspiegeln.

Generalistik – ein Gewinn an Qualität

In Kürze folgt der nächste grosse Modernisierungsschritt: Im Januar 2020 kommt die generalistische Ausbildung zum*zur Pflegefachfrau*Pflegefachmann mit europäischer Anerkennung. Im Wesentlichen bedeutet dies, dass man sich von einer frühen Spezialisierung verabschiedet und generalistisch für die Pflege aller Altersgruppen und an verschiedenen Einsatzorten ausgebildet wird.

„Und das ist gut so“, ist Jutta Heitker, Direktorin Aus-, Fort- und Weiterbildung der AMEOS Gruppe, überzeugt, „denn die wissenschaftlichen Erkenntnisse rund um die professionelle Pflege haben sich in den letzten Jahrzehnten sowohl in der Breite als auch in der Tiefe vervielfacht. Im Sinne des lebenslangen Lernens folgt die Spezialisierung nach der Erstausbildung. Fort- und Weiterbildner wie die AMEOS Institute werden entsprechende Qualifizierungsangebote entwickeln.“

Einheitlicher Rahmenlehrplan

Neu ist auch, dass auf Bundesebene ein Rahmenlehrplan erarbeitet wurde, der verbindliche Qualitätsvorgaben für die theoretische und praktische Ausbildung an allen Pflegeschulen definiert. Auf Länderebene können diese Richtlinien durch landesspezifische Vorgaben ergänzt werden.

Was ändert sich konkret für Auszubildende?

Mit dem Ausbildungsvertrag entscheidet sich der*die Auszubildende für eine bestimmte Vertiefungsrichtung im dritten Ausbildungsjahr. Grundsätzlich gibt es fünf Vertiefungsoptionen:

- Stationäre Akutpflege
- Ambulante Akut- und Langzeitpflege
- Stationäre Langzeitpflege
- Psychiatrische Versorgung
- Pädiatrische Versorgung

Welchen Schwerpunkt ein*e Auszubildende*r wählen kann, ist abhängig von der Struktur des Ausbildungsträgers. Ein rein allgemeinpsychiatrisches Klinikum kann zum Beispiel nur die Vertiefung „psychiatrische Versorgung“ anbieten.

Wahlrecht für Spezialisierung

Eine Besonderheit gibt es bei den Vertiefungsrichtungen „stationäre Langzeitpflege“ und „pädiatrische Versorgung“. Hier haben die Auszubildenden nach dem zweiten Ausbildungsjahr das Wahlrecht, von der Generalistik zur Spezialisierung zu wechseln, das heisst, sie können sich nachträglich für den bisherigen Abschluss als Altenpfleger*in oder Kinderkrankenpfleger*in entscheiden.

Fort- und Weiterbildung 2020 – die neuen Kataloge sind da!

Zahlreiche Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen zu mehr als 100 Themen erwarten die Mitarbeitenden bei AMEOS. Die Themenpalette beginnt bei Pflichtunterweisungen und führt über die Sozial- und Methodenkompetenzvermittlung bis hin zu vielfältigen Fachfortbildungen für alle Berufsgruppen im Gesundheitswesen.

Die Kataloge werden über die AMEOS Institute in den Einrichtungen verteilt. Falls Sie ein Exemplar benötigen, zögern Sie nicht, in Ihrem Institut eines anzufordern.

Stärkung der praktischen Pflegeausbildung

Die praktische Ausbildung nimmt zukünftig weniger Einsatzorte und längere Einsätze in den Fokus. Wenigstens 1.300 Stunden müssen beim Ausbildungsträger geleistet werden, darunter der Orientierungs- und Vertiefungseinsatz. Zusätzlich gibt es einen mindestens 400-stündigen Einsatz in der stationären Akutpflege, in der stationären Langzeitpflege

sowie in der ambulanten Akut- und Langzeitpflege. Hinzu kommen noch ein Pflichteinsatz in der Pädiatrie und Psychiatrie von je 120 Stunden Minimum sowie ein freier Verfügungseinsatz von 80 Stunden.

Kurzum: Der*Die Pflegeschüler*in ist passé und in Zukunft ein*e Auszubildende*r. Eine längst überfällige Begriffskorrektur wird Realität und hebt die Auszubildenden in der Pflege auf den gleichen Status wie jene in anderen dualen Ausbildungsgängen. Die AMEOS Institute bereiten sich intensiv auf die neue Pflegeausbildung vor. In Neustadt in Holstein, Hildesheim und Osnabrück soll es bereits am 1. April 2020 losgehen.

Jutta Heitker, AMEOS Gruppe



Jutta Heitker, Direktorin AMEOS Institute für Aus-, Fort- und Weiterbildung



Christina Grahl während der Anleitung



Einen Film zu Christina Grahl gibt es auf dem YouTube-Kanal von AMEOS zu sehen:



Mein Weg bei AMEOS

Christina Grahl (33) begann ihre berufliche Laufbahn 2006 mit einer Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin am AMEOS Institut Nord. Schon damals schloss die kürzlich zum beliebtesten Pflegeprofi Schleswig-Holsteins gewählte junge Frau als Jahrgangsbeste ab. Heute ist sie als Praxiskoordinatorin und Leiterin des Pflegeprozessmanagements für die AMEOS Pflege in Holstein zuständig.

Als Leiterin des Pflegeprozessmanagements koordiniert sie die pflegerischen Prozesse auf einem hohen fachlichen Niveau, um fortlaufend, auch im Hinblick auf den demographischen Wandel, eine hohe individuelle Pflegequalität für die Bewohner*innen gewährleisten zu können. Zusätzlich übernimmt sie die Koordination der praktischen Ausbildung und stellt schwerpunktmäßig die professionelle Anleitung aller Auszubildenden in der Altenpflege sicher.

Getreu ihrem Motto „Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel neu setzen“ begegnet sie den täglich wachsenden Aufgaben. „Dass Deutschland immer älter wird, ist kein Geheimnis mehr, sondern eine Realität, die uns jeden Tag vor Herausforderungen stellt“, sagt sie. Die Ursachen dieser Entwicklung sind

bekannt: Geburtenrate, Sterberate, Migration – diese drei Faktoren beeinflussen die Bevölkerungsstruktur in Deutschland. Während aktuell immer weniger Kinder geboren werden, steigt die Lebenserwartung, bedingt durch die medizinische und pharmakologische Weiterentwicklung, an. Aufgrund dieser Entwicklung erhöhen sich zwangsläufig sowohl das Durchschnittsalter der Bevölkerung als auch die Multimorbidität im Alter. Diese Folgen bedingen, dass die Pflege von betagten Menschen qualitativ anspruchsvoller und umfangreicher wird, wodurch die Anforderungen an Pflegefachkräfte steigen.

Vergegenwärtigt man sich zudem die zurückgehende Geburtenrate und den zunehmenden Fachkräftemangel, scheint die Zukunft der professionellen Pflege auf den ersten Blick



„Um sich effektiv auf die Zukunft und ihre Herausforderungen vorbereiten zu können, muss jede Einrichtung eigene, neue Wege entwickeln.“

düster und wenig attraktiv. Und was bleibt der Pflege übrig? Die Augen verschliessen und hoffen, dass nichts passiert? „Nein“, betont Grahl, „um sich effektiv auf die Zukunft und ihre Herausforderungen vorbereiten zu können, muss jede Einrichtung eigene, neue Wege entwickeln.“

Die AMEOS Pflegeeinrichtungen in Holstein haben sich zu diesem Zweck auf ein spannendes, aber auch unbekanntes Terrain in der Pflege begeben – das Pflegeprozessmanagement: ein komplett neues und innovatives Tätigkeitsfeld der Pflege, das es so in Deutschland noch kaum gibt.

Initiiert wurde das Projekt, um durch eine langfristige Neustrukturierung der Pflege eine Basis für die Prozessoptimierung und Professionalisierung der langzeitstationären Pflege zu schaffen. Des Weiteren sollen durch die Implementierung hoch qualifizierte und akademisch ausgebildete Mitarbeitende im Unternehmen individuell gefördert und gefordert werden, damit eine hohe Qualität der individuellen Bewohner*innenversorgung trotz aller Widrigkeiten des demographischen Wandels gewährleistet ist.

Pflege benötigt Professionalität und bedarfs- sowie leistungsgerechte Strukturen, die eine Abstimmung der verschiedenen Akteure ermöglichen und somit die Attraktivität der Pflegeberufe fördern. Das Pflegeprozessmanagement koordiniert und steuert die Pflegeleistungen – von der Aufnahme eines bedürftigen Menschen bis hin zu seinem Lebensende. Dabei stehen das Einbringen von pflegewissenschaftlichen Impulsen und die Nutzung der vorhandenen Ressourcen im Einklang miteinander.

Ihre leidenschaftliche Überzeugung für den Pflegeberuf hat Christina Grahl Mitte letzten Jahres eine Nominierung beim bundesweiten Wettbewerb „Deutschlands beliebteste Pflegeprofis“ eingebracht. Nach einer sechswöchigen Onlineabstimmung wurde sie vom Verband der Privaten Krankenversicherung als Landessiegerin Schleswig-Holstein ausgezeichnet. Der Wettbewerb hat insgesamt 35.000 Menschen ermuntert, mit ihrer Stimme den mehr als 1.000 nominierten Pflegeprofis öffentlich Danke zu sagen.

Für die hoch motivierte Christina Grahl ist aber auch diese anspruchsvolle Position noch nicht das Ende ihrer Karriere: Ab Mai 2020 wird sie ihre zahlreichen Kompetenzen als Direktorin der AMEOS Pflege in Holstein einbringen, worüber wir uns natürlich sehr freuen.

Erken Schröder, AMEOS Nord





Fabian Lossa

Polnische Auszubildende in Vorpommern

Fabian Lossa aus Katowice hat schon in Grossbritannien in der Altenpflege gearbeitet, bevor er sich entschloss, in Deutschland Gesundheits- und Krankenpfleger zu werden. Der 32-jährige wollte gern Deutsch lernen und fand ausserdem den deutschen Ausbildungsweg viel praxisbezogener als den in seiner Heimat.

Den Wechsel in die deutsche Grenzregion ermöglichte das einzigartige Ausbildungsprogramm „Cleveres Köpfchen“. Es basiert auf einem Netzwerk von deutschen und polnischen Arbeitsagenturen sowie Unternehmen und kommunalen Förder*innen in Vorpommern. Seit 2015 engagieren sich dort auch die AMEOS Klinika in Mecklenburg-Vorpommern. Hier lernen mit Lossa inzwischen sechs Pol*innen. „Wir erleben die Azubis als hoch motiviert“, so Pflegedirektor Wolf Steffen Schindler vom **AMEOS Klinikum Ueckermünde**. Meist bringen sie Berufserfahrung mit und besitzen Deutschkenntnisse.

„Die ersten Monate waren schwer“, gesteht Lossa, „aber von der Schule und den Praxisausbilder*innen gab es viel Unterstützung.“ Schindler meint: „Dieses grenzüberschreitende Engagement lohnt sich und sollte weiterentwickelt werden“. Denn die Region braucht vielseitige und gut ausgebildete Fachkräfte.

Anja Baum, Ueckermünde

#AMEOSDigitalEinfach

Elektronische Krankenakten, Uhren und Apps, mit denen wir unsere Gesundheitsdaten im Blick haben, Videosprechstunden – alles Beispiele dafür, dass wir uns bereits mitten in der Digitalisierung befinden. Unter dem Motto „AMEOS Digital Einfach“ hat sich die AMEOS Gruppe dieses Themas angenommen und einen wichtigen Grundstein für die Zukunft gelegt. Mitarbeitende verschiedenster Fachbereiche haben eine gemeinsame Digitalisierungsstrategie entwickelt.

Das Konzept sieht vor, stufenweise neue Verfahren am Pilotstandort **Halberstadt** zu testen und dann erfolgreiche Verbesserungen in der gesamten Gruppe einzuführen.

Den ersten Meilenstein setzt die Interdisziplinäre Notaufnahme am AMEOS Klinikum Halberstadt um. Neu eintreffende Patient*innen werden von den Mitarbeitenden nach einem qualitätsgesicherten und standardisierten ärztlichen Entscheidungsprozess eingestuft und versorgt. Damit wird gewährleistet, dass wichtige Daten schnell und einfach erfasst und von verschiedenen Mitarbeitenden unkompliziert eingesehen werden können. Das verkürzt Wartezeiten und macht Arbeitsabläufe effizienter. So vereinfachen wir den Berufsalltag unserer Mitarbeitenden und erhöhen die Zufriedenheit unserer Patient*innen.

Axel Hengehold, Halberstadt



Ein Kochbuch für bewussten Genuss

Wer „Diätassistent*in“ und „Lehrküche“ hört, denkt wohl eher an Knäckebrot und Kalorienzählen – aber nicht an Tiramisu oder Burger. „Ich stelle keine festen Speisepläne auf und spreche keine Verbote aus. Es geht vielmehr darum, dass die Patient*innen ein Gefühl dafür bekommen, welche Lebensmittel ihnen guttun und wie viel Freude sie am Kochen haben können“, erklärt Sabrina Pojda, Diätassistentin am **AMEOS Reha Klinikum Inntal**.

Mittlerweile hat Pojda einen grossen Fundus an Rezepten. Und weil die Patient*innen die Gerichte auch zu Hause nachkochen wollen, schenkt sie ihnen zum Abschied kleine Rezeptsammlungen.

Engagement, das das Reha Klinikum, in dem unter anderem Patient*innen mit Essstörungen behandelt werden, dieses Jahr belohnt: „Ich werde



Bewusster Genuss heisst nicht Verzicht: Sabrina Pojda in der Lehrküche des AMEOS Reha Klinikums Inntal

Buchautorin!“, freut sich die Diätassistentin. Gerade ist ein Kochbuch in Arbeit, das neben Tipps für eine gesunde Ernährung die Höhepunkte

aus ihrem Rezeptfundus abbilden wird. „Gruß aus der Lehrküche“ erscheint in diesem Jahr.

Katharina Auberger, Simbach am Inn

Erweitertes Leistungsangebot

Das psychiatrische Leistungsangebot des **AMEOS Klinikums Holzminden** wird Schritt für Schritt erweitert: Nach Aufnahme der Arbeit des Krankenhauses und seiner Psychiatrischen Institutsambulanz im Oktober 2018 steht für das erste Quartal 2020 der Erweiterungsneubau einer Tagesklinik mit insgesamt 16 Plätzen für psychisch erkrankte Menschen an.

Zurzeit entstehen auf einer Grundfläche von rund 650 Quadratmetern in einem dreigeschossigen Massivbau moderne und patientengerechte Untersuchungs-, Therapie- und Gruppenräume sowie ansprechende Arbeitsplätze für Ärzt*innen, Therapeut*innen und Mitarbeitende der Pflege. Der Bedarf an professioneller psychiatrischer und psychotherapeutischer Unterstützung in Holzminden ist enorm: Rund 200 Patient*innen schenken dem AMEOS Klinikum Holzminden nach dessen Eröffnung bereits ihr Vertrauen.

Mit dem Neubau der Psychiatrischen Tagesklinik schliesst die AMEOS Gruppe eine weitere Lücke in der wohnortnahen Versorgung psychisch erkrankter Menschen in ländlichen Regionen. Nach der Eröffnung der Tagesklinik wird die AMEOS Gruppe innerhalb von zwei Jahren rund 20 neue und qualifizierte Arbeitsplätze in Holzminden geschaffen haben.

Gerald Baehnisch, AMEOS West

Stein auf Stein geht es zügig voran: Die Eröffnung der Psychiatrischen Tagesklinik ist für das erste Quartal 2020 geplant



Tervetuloa Suomeen!

Best of AMEOS Kunstpreis in Finland

40 herausragende Werke aus zehn Jahren AMEOS Kunstpreiswettbewerb sind jetzt erstmals auch im europäischen Ausland zu sehen.

Auf Einladung des renommierten finnischen Künstlers Olavi Fellman, Leiter der Kunstgruppen der Mental Health Association in Espoo (Finnland), reisten die Organisatorinnen der AMEOS Kunstpreise, Anke Kessenich und Katja Watermann, Anfang August mit ausgewählten Arbeiten im Gepäck nach Finnland und wurden herzlich begrüßt: Tervetuloa Suomeen! Herzlich willkommen in Finnland!

Bei einer Vernissage stellten sie zahlreichen Besucher*innen das Projekt AMEOS Kunstpreis in Wort und Bild vor. Interessante Gespräche über die unterschiedlichen Bedingungen und Möglichkeiten

innerhalb der therapeutischen Arbeit in Finnland und bei uns schlossen sich an.

Die Verständigung auf Englisch, Finnisch, Deutsch und mit Händen und Füßen machte viel Spass und war für alle eine Bereicherung. Eine rundum gelungene Aktion, die viele Ideen zum weiteren Austausch mit sich brachte.

Anke Kessenich, Neustadt in Holstein



Die Organisatorinnen des deutsch-finnischen Kunst-Austausches Anke Kessenich und Katja Watermann gemeinsam mit dem Künstler Olavi Fellman (v.l.)

Starker Teamgeist im OP und beim Lauf

Unter der Flagge des **AMEOS Klinikums Ueckermünde** lief erstmals ein ganzes Team einen Halbmarathon. Fünf Männer und zwei Frauen aus der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie starteten mit Chefarzt Dr. med. Carsten Breß beim grössten Sportereignis in Berlin.

Die Strecke von 21,09 Kilometern ist kein Spaziergang, und von der Idee bis zum Start blieb nicht viel Zeit zum Trainieren. Nur wenige Monate konnten die Teilnehmenden an ihrer Kondition arbeiten. „Mit meinen 51 Jahren bin ich der Älteste in der Gruppe“, verrät der Sportmediziner und Orthopäde schmunzelnd. „Die anderen sind alle um die 30.“

Mit dem Gesamtergebnis zeigt sich der Chefarzt hoch zufrieden. Alle Kollegen kamen sicher ins Ziel. Am schnellsten lief eine Frau: Sie benötigte 2:03 Stunden. Nur mit seiner eigenen Zeit hadert der Chefarzt ein wenig. Unterm Strich aber zählen die grossartige Gesamtleistung des Teams und die Hilfe der Unterstützer*innen an der Strecke. „Wir fühlten uns super“, erzählt Oberarzt Konrad Jakubowski, „und das haben wir nach dem Lauf ausgiebig gefeiert.“ Nach diesem Erlebnis ist der Start im nächsten Jahr bereits in Planung.

Anja Baum, Ueckermünde



Laufgruppe um Dr. Carsten Breß
(Erster von links)



Ruderer
mit AMEOS
Stipendium:
Dem Sieger des
U23-Männer-
Einers gratuliert
Meike Schoop,
Pflegedienstleite-
rin, AMEOS Reha
Klinikum Ratzeburg
und AMEOS Pflege
Ratzeburg



Gruppenbild
mit Defibril-
lator: Zu den
Spendern
gehört auch
Krankenhaus-
direktor
Stephan Freitag

Sozial vor Ort: Auf AMEOS ist Verlass

Regelmässig fordern Politiker*innen dazu auf, Aufgaben innerhalb der Zivilgesellschaft wahrzunehmen. Die **AMEOS Einrichtungen Ratzeburg**, Gesundheitsversorger und grosser Arbeitgeber vor Ort, unterstützen das Engagement der Bürger*innen in vielen Bereichen durch finanzielle Förderung und Kooperation: Vereine, Interessengemeinschaften und Institutionen in Ratzeburg sowie den umliegenden Gemeinden leben vom freiwilligen Einsatz der Menschen, die hier wohnen, arbeiten und das gemeinschaftliche Leben gestalten.

Die freiwillige Feuerwehr in Ziethen bei Ratzeburg rettet seit 20 Jahren als First-Responder-Gruppe Menschenleben. Bei der Anschaffung eines neuen Profidefibrillators konnte der Förderverein der Feuerwehr auf AMEOS zählen. Als die Benefizradtour des Fördervereins Hanse-Tour Sonnenschein e.V. – zugunsten krebs- und

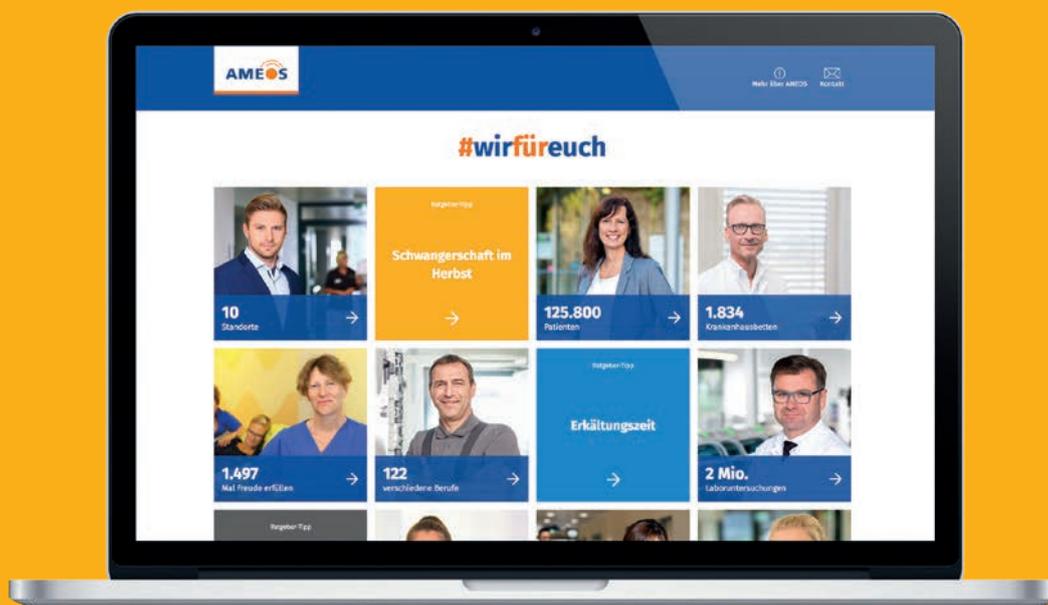
chronisch kranker Kinder – durch Ratzeburg führte, standen Krankenhausdirektor Stephan Freitag und Dr. med. Jan Schmielau, Chefarzt des AMEOS Reha Klinikums Ratzeburg, mit einem Spendenscheck bereit.

In der Rudernachwuchsförderung unterstützen die Einrichtungen schon viele Jahre den traditionsreichen Ratzeburger Ruderclub e.V. mit einem Jahresstipendium für Sportler im U23-Männer-Einer.

Segelsport auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen erlebbar zu machen, dieses Anliegen teilt der Lübecker Segler-Verein Wakenitz e.V. mit den Ärzt*innen und Therapeut*innen des AMEOS Reha Klinikums Ratzeburg. Seit Jahren ermöglicht eine Kooperation, Rehabilitand*innen durch Segeln bei der Krankheitsbewältigung zu helfen.

Marion Seigel, Ratzeburg





Mitarbeitende *in der* Hauptrolle

AMEOS Ost hat viele Besonderheiten. Im Vergleich zu den anderen AMEOS Regionen fällt jedoch auf: Alle Einrichtungen befinden sich in einem Bundesland – Sachsen-Anhalt. Hier setzen sich 3.900 Mitarbeitende täglich mit ganzer Kraft dafür ein, den Leitsatz „Vor allem Gesundheit“ mit Leben zu füllen.

Alle Motive: wirfuereuch.ameos.eu

Wir zeigen Gesicht in der Öffentlichkeit



Für ihren unermüdlichen Einsatz möchten wir unseren Mitarbeitenden gern Danke sagen – und zwar in einer ganz speziellen Form: Wir binden sie in unsere neue Werbekampagne ein! Warum unsere Mitarbeitenden? Ganz einfach: Nur sie wissen, wie viel harte Arbeit eines jeden*jeder Einzelnen hinter einem funktionierenden Ablauf in den Gesundheitseinrichtungen wirklich steckt.

Authentisch, persönlich, nah – so, wie sie im täglichen Umgang mit ihren Patienten sind, zeigen sich unsere Mitarbeitenden auf den Motiven unserer Kampagne. Und dabei präsentieren sie als Botschafter*innen von AMEOS Zahlen und Fakten, die in ihrer Bedeutung von der Öffentlichkeit noch gar nicht richtig wahrgenommen wurden.



Und so bringt unsere Kampagne auch neue Erkenntnisse. Neben den bereits erwähnten Zahlen und Fakten lernt man nun auch die Menschen kennen, die dahinterstehen. Darüber hinaus sind sie indirekt ebenfalls ein Teil unserer Kampagne, weil ihre Wünsche, Bedürfnisse und Einstellungen bei den jeweiligen Motiven Berücksichtigung finden.

Die Kampagne läuft bereits und ist auf Grossflächenplakaten sowie Citylightpostern zu sehen – Social-Media-Aktivitäten runden das Massnahmenpaket ab.



Sie waren in letzter Zeit in Sachsen-Anhalt unterwegs und haben die Plakate und Poster gesehen? Dann würden wir uns sehr über ein kurzes Feedback in der Kommunikationsabteilung vor Ort freuen.

Anja Vincentini, Aschersleben und Staßfurt

Einige der Fakten, die die Poster enthalten:*

515
Fortbildungen
pro Jahr

122
verschiedene
Berufe

228.269
physiotherapeutische
Behandlungen
pro Jahr

432.620
Arbeitsstunden
im Monat

125.800
Patient*innen

55.000
Operationen
pro Jahr

41
Nationalitäten
beschäftigt

1.497
Geburten
pro Jahr

*Diese Zahlen beziehen sich auf die Jahre 2018/2019.

Ein besonderer Ort

Die AMEOS Klinika in Bad Aussee bilden das grösste Behandlungszentrum der psychosomatischen Medizin und der Psychotherapie in Österreich. Jährlich begeben sich weit über 1.000 Patient*innen unter anderem wegen Depressionen, Angst oder Zwangsstörungen in die biopsychosozial ausgerichtete Behandlung.

Das Zentrum ist ruhig gelegen, die Umgebung malerisch und das Engagement bemerkenswert: Das medizinisch-therapeutische Team um den Ärztlichen Direktor Primarius Univ.-Prof. Dr. med. Marius Nickel-Palczynski muss mit seiner Expertise nicht hinter dem Berg halten. Regelmässig ziehen auch die Bildungsveranstaltungen die Aufmerksamkeit der internationalen Fachwelt auf sich. So setzt die Fortbildungsreihe „Aus(seer)zeit“ im Literaturhaus München neben themenspezifischen Fachtagungen aktuellste Wissensimpulse.

Die AMEOS Klinika in Bad Aussee positionieren sich zudem in der Aus- und Fortbildung medizinischer und therapeutischer Berufsgruppen. Das Ausseer Netzwerk spannt seinen Bogen dabei bis nach Kroatien und Polen: Mit dem AMEOS Stipendium international können Studierende der Josip-Juraj-Strossmayer-Universität in Osijek und anderer europäischer Universitäten in Einrichtungen der AMEOS Gruppe ihr Praktisches Jahr und ihre Facharztausbildung absolvieren.

Manuela Struber, Bad Aussee



Kultursensibel und in der jeweiligen Muttersprache: die transkulturelle Psychotherapie, die immer noch selten in Deutschland ist

25 Jahre psychosomatische Kompetenz in Niederbayern

„Ich denke, dass die heute einzuweihende Einrichtung sicherlich in Kürze überregionale Anerkennung finden wird.“ Mit diesen Worten begleitete 1994 der damalige bayerische Gesundheitsminister die Einweihung der Inntalklinik Simbach, aus der die **AMEOS Klinika in Inntal** entstanden. Seine Hoffnung sollte nicht enttäuscht werden.

Seit acht Jahren gibt es das AMEOS Klinikum Inntal und das AMEOS Reha Klinikum Inntal. Sie zählen zu mittlerweile insgesamt vier Einrichtungen in Simbach am Inn. Vor allem das AMEOS Klinikum Inntal ist mit seinem Profil zum Magneten für deutsche und österreichische Patient*innen geworden: Transkulturelle Psychotherapie sowie psychosomatische Eltern-Kind-Behandlung sind starke Alleinstellungsmerkmale. Des Weiteren besitzen das AMEOS Poliklinikum Inntal und das AMEOS Institut Süd für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie überregionale Anziehungskraft: Psychologen aus ganz Deutschland lassen sich hier zu Psychotherapeuten ausbilden.

Katharina Auberger, Simbach am Inn

Pflege *will* geplant *sein*

Martha Bühler lebt in einem Nachbardorf von Winterlingen. Zur täglichen Unterstützung wird die 73-Jährige seit zwei Jahren regelmässig von der AMEOS Pflege Winterlingen zu Hause besucht. Ihre beiden Töchter machen sich dennoch Gedanken, wie lange ihre Mutter noch eigenständig wohnen kann: „Sicherlich schafft es unsere Mutter dank der Besuche durch die mobile Pflege zwei bis drei Jahre. Wir beide fangen neben unserer Berufstätigkeit viel ab und teilen uns die zusätzlichen Besuche, so gut wir können. Mittelfristig wünschen wir uns aber eine stabilere Lösung, die uns mehr entlastet.“



Vorsorgen bringt beim Thema Pflege viele Vorteile mit sich, das weiss auch Cornelia Eppler, Einrichtungsdirektorin der **AMEOS Pflege Meßstetten**: „Wer sich rechtzeitig informiert und plant, ist für den Fall der Fälle abgesichert. Die Familie kann ohne Zeitdruck eine Lösung finden, die zu allen Beteiligten passt.“

Eine solche Lösung bietet Eppler auch Frau Bühler und deren Töchtern an. Die AMEOS Pflege Winterlingen wird momentan zu einem sektorenübergreifenden Kompetenzzentrum umgebaut: „Gerade entstehen komfortable Einzelzimmer mit eigenem Bad in familiären Wohneinheiten. Darüber hinaus werden zur Ergänzung des bereits bestehenden Angebots mobiler Pflege 15 teilstationäre Tagespflegeplätze geschaffen. Alle Zimmer werden rollstuhlgerecht gebaut und wohnlich ausgestattet. Pflegebedürftige Menschen können in diesem Programm täglich von einem Hol- und Bringdienst zu Hause abgeholt und am Ende des Tages wieder dorthin zurückgebracht werden“, so die Einrichtungsdirektorin. Das Besondere an diesem umfassenden Angebot: Der Übergang von der mobilen Pflege zu einem vollstationären Pflegeplatz kann unter einem Dach stattfinden. „Das Thema Pflege im Alter ist in Familien häufig mit Ängsten verbunden. Wenn sich der oder die Angehörige aber langsam eingewöhnen kann, dann entspannt das die Situation erheblich. Von der mobilen in die teilstationäre oder vollstationäre Pflege – wir begleiten unsere Bewohner über den ganzen Weg“, berichtet Eppler.

Die Baumassnahmen sollen in zwei Jahren abgeschlossen sein. Frau Bühler und ihre Töchter stehen bereits auf der Anmeldeliste und freuen sich darauf, in zwei bis drei Jahren in die neue teilstationäre Tagespflege wechseln zu können.

Carsten Spira, AMEOS Süd

AMEOS Pflege
Winterlingen
Hermann-Frey-Str. 28
D-72474 Winterlingen
Tel.: +49 (0)7434 93 77-0
info@winterlingen.
ameos.de

Tages- klinik eröffnet

Die Psychiatrische Tagesklinik des AMEOS Klinikums Cuxhaven öffnete im Sommer ihre Türen. Seither können bis zu 20 Patient*innen von den neuen Räumlichkeiten und dem Behandlungsangebot in Cuxhaven profitieren.

„Die Etablierung der Tagesklinik ist ein grosser Schritt zur Verbesserung der Versorgung von psychisch Erkrankten in der Region“, weiss

Krankenhausdirektorin Ruth von Basum. „Dank dieser Einrichtung müssen Patient*innen aus Cuxhaven und dem Landkreis nicht mehr ins AMEOS Klinikum Geestland fahren. Jetzt finden sie unsere Leistungen quasi direkt vor der Haustür.“

In der allgemeinpsychiatrischen Tagesklinik werden unter anderem Menschen mit depressiven Störungen, psychotischen oder manisch-depressiven Erkrankungen sowie Angst- und Zwangsstörungen behandelt. „Patient*innen werden intensiv psychiatrisch und psychotherapeutisch behandelt, während der tagesklinische Rahmen die sozialen Bezüge zum häuslichen Umfeld aufrechterhält“, betont Prof. Dr. med. Uwe Gonther, Ärztlicher Direktor des Zentrums für Psychosoziale Medizin, AMEOS Klinikum Geestland, die Vorzüge einer Tagesklinik.

Die Idee, die psychiatrische Versorgung in Cuxhaven zu verbessern,

bestand schon länger. Vor über einem Jahr wurde daraus ein handfester Plan. Als Partner bei der Suche nach einer geeigneten Immobilie stand AMEOS die Siedlungsgesellschaft Cuxhaven AG von Beginn an verlässlich zur Seite – und wurde im eigenen Hause fündig. In einem leer stehenden Gebäudeteil des Unternehmens entstanden nach einer Kernsanierung neue Therapie- und Ruheräume sowie Büros und eine grosszügige Küche. Auch die Psychiatrische Institutsambulanz des AMEOS Klinikums Cuxhaven findet in den hellen Räumlichkeiten Platz und zieht von der Wagnerstraße 22 in den Feldweg 24.

Das Klinikum überzeugt neben seiner modernen Ausstattung, dem kompetenten Team und seinen hellen Räumlichkeiten zusätzlich durch seine zentrale Lage. So ist die Anbindung durch den öffentlichen Nahverkehr gesichert, und auch Einkaufsmöglichkeiten oder der Strand sind fussläufig zu erreichen.

Als Aussenstelle des Zentrums für Psychosoziale Medizin wird die Tagesklinik Teil eines aktiven Netzwerks, dem neben niedergelassenen Ärzt*innen weitere Behandlungseinrichtungen angehören. Ein enger Austausch ist dabei unerlässlich, unterstreicht der Pflegerische Zentrumsleiter Sven Helliger: „Psychiatrische Versorgung lebt von der konsequenten Zusammenarbeit aller Beteiligten. Wir freuen uns darauf, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende zu intensivieren.“

Nele Mielke, Bremen, Bremerhaven und Geestland



35 Jahre Entwicklung statt Stillstand – AMEOS Eingliederung Osnabrück feiert Jubiläum

In den 1980er-Jahren entstand auf dem Gelände des heutigen **AMEOS Klinikums Osnabrück** eine Wohn- einrichtung für seelisch kranke und behinderte Menschen. 1984 nahm das Hans-Peter-Kitzig-Haus seine Arbeit auf. Heute ist es Teil der AMEOS Eingliederung Osnabrück.

Aufgabe dieser Einrichtung ist es, die Bewohner*innen auf ein selbständiges Leben in ihrer eigenen Wohnung vorzubereiten. Das Fundament ihrer Arbeit bildet das Prinzip Hilfe zur Selbsthilfe. „Früher wurde den Bewohner*innen sehr viel abgenommen, weil man ihnen nicht viel zuge-

traut hat“, berichtet Elisa Steindamm, stellvertretende Leiterin der AMEOS Eingliederung Osnabrück. „Heute ist die Vermittlung einer festen Tagesstruktur ganz wichtig.“ Die Bewohner*innen kaufen selbst ein, kochen eigenständig und auch Wäsche- waschen und Putzen gehören dazu, sie auf ein Leben in der eigenen Wohnung vorzubereiten. Heute gibt es drei Häuser mit insgesamt 85 Plätzen, die jeweils einen eigenen konzeptionellen Ansatz verfolgen. Das übergeordnete Ziel ist es, jede*n Einzelne*n zu befähigen, in Wohn- formen mit geringerer Betreuungs- intensität zu wechseln. Mittlerweile leben viele ehemalige Bewohner*in- nen eigenständig oder mit ambu- lanter Assistenz in einer Wohnung. „Darunter auch einige, von denen wir es nicht für möglich gehalten haben“, berichtet Josef Book, Leiter AMEOS Eingliederung Osnabrück.



(v. l.) Josef Book, Elisa Steindamm und Ralph Ehring

Er weiss aber auch, dass die soziale Wiedereingliederung psychisch ein- geschränkter Menschen nicht ein- fach ist. Er und sein Team haben viel dafür getan, dass sich die Bewo- hner*innen wirklich zu Hause fühlen.

Verena Mack, Osnabrück



Freuen sich über die neuen Ausdauergeräte (v. l.): Dr. Peter Flüchter, Robin Schilling, Elisabeth König und Silke Dieckmann

Fitness für die Seele – so hilft Ausdauersport bei psychischen Erkrankungen

Studien zufolge hilft regelmässige Bewegung auch bei psychischen Erkrankungen. Dabei hat die Sport- und Bewegungstherapie (SBT) sogar eine ähnliche Wirksamkeit wie die Pharmako- oder Psychotherapie.

Das **AMEOS Klinikum Osnabrück** hat das SBT-Konzept weiterentwickelt und dabei den Schwerpunkt auf die Mitbehandlung der jeweiligen psychischen Erkrankung gelegt.

„Besonders der aerobe Ausdauersport hat sich bei vielen psychischen Erkrankungen als heilsam erwiesen, sodass wir diesen Bereich ausgebaut und ein Dutzend Geräte für Ausdauersport angeschafft haben. Damit es mehr Spass macht, kann man beim Radfahren Musik hören und sich Helmkameraradtouren anschauen“, so Chefarzt Dr. med. Peter Flüchter, der die Sport- und Bewegungstherapie leitet und sich diesem Thema intensiv widmet.

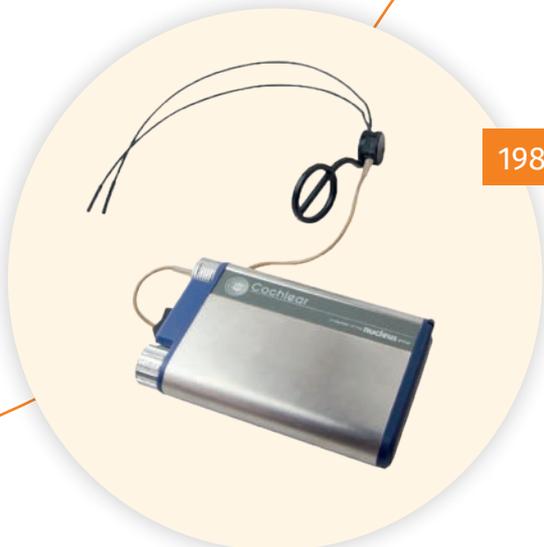
Ganz neu wird jetzt auch therapeutisches Bogenschiessen angeboten. „Menschen mit psychischen Erkrankungen leiden oft unter Konzentrationsstörungen und innerer Unruhe. Das Bogenschiessen hilft dabei, Achtsamkeit zu üben und die eigene Mitte wiederzufinden“, so Flüchter. Die Patient*innen sollen Spass am Sport und somit einen Anreiz haben, Körper und Geist etwas Gutes zu tun.

Verena Mack, Osnabrück

Cochlea Implantat (CI) – Versorgung im Wandel der Zeit



1992



1989



1995

Ich erinnere mich noch gut an meinen ersten Kontakt zu einem Cochlea Implantat-Träger. Dieser fand im Jahr 1997, damals als AIP (Arzt im Praktikum) einer HNO-Praxis in Leipzig statt.

1998 konnte ich dann meine Assistenzarztzeit in Halberstadt fortsetzen und hatte hier die Möglichkeit, im CI-Team der HNO-Klinik unter der Leitung von Professor Begall arbeiten zu können. Damals versorgten wir Babys und Kleinkinder, die taub geboren wurden sowie beidseits ertaubte Erwachsene.

2004



Wenngleich mit diesem kurzen Artikel gezeigt wird, wie sich auf dem Gebiet der CI-Versorgung Innovationen durchgesetzt haben, bleibt für mich eines gleich: Auch nach mehr als 20 Jahren im „CI-Geschäft“ ist es für mich ein Wunder mitzuerleben, wie Kinder, die taub geboren werden durch die CI-Versorgung eine nahezu normale Sprachentwicklung nehmen.

Im Rahmen des 2018 durchgeführten Symposiums aus Anlass der Gründung des Cochlea-Implant-Rehabilitationszentrums 25 Jahre zuvor, haben wir mit vor ca. 20 Jahren Versorgten, damaligen Babys, eine sehr schöne Diskussionsrunde erleben können.



1997

Die Sprachprozessoren, die es ermöglichen akustische Signale an die Hörschnecke weiterzugeben, hatten damals die Grösse von Minidisc-Playern und mussten am Körper getragen werden.

Mehr als 20 Jahre und knapp 1.500 CI-Operationen später haben sich nicht nur die Indikationen zur Operation geändert, sondern auch die OP-Technik selbst. Ein Meilenstein stellte vor ca. 10–15 Jahren die Versorgung von einseitig tauben Menschen mit Cochlea Implantaten dar. Diesen Patient*innen war früher der Zugang zu einem beidseitigen Hören verschlossen. Die Ergebnisse nach CI-Versorgung bei einseitiger Taubheit ermöglichen aber wieder ein räumliches Hören und ein besseres Verstehen in lauter Umgebung. Durch atraumatische OP-Techniken, aber auch dünnere und flexiblere Elektroden gelingt die hörerhaltende Chirurgie in zunehmendem Masse. Das führt auch dazu, dass mittlerweile Patienten mit einer sogenannten Hochtontaubheit von einem CI profitieren. Auch die noch äusserlich am Körper zu tragenden Sprachprozessoren haben sich verändert. Von Minidisc-Playern der 90er Jahre sind wir jetzt zu deutlich kleineren, hinter dem Ohr zu tragenden Audioprozessoren gekommen.

2012



Diese jungen Menschen stehen mittlerweile voll im Leben und haben ihre Schulbildung abgeschlossen und teilweise mit Studieren begonnen. Diese Entwicklung wäre ohne CI-Versorgung nur schwer denkbar.



Dr. med. Jörg Langer,
Chefarzt der Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde am AMEOS Klinikum Halberstadt

15

Fragen



Dr. phil. Lars Timm ist seit letztem Sommer der neue Regionalgeschäftsführer AMEOS Ost. Er kennt die AMEOS Gruppe seit 2014 und war während seiner Tätigkeit für AMEOS bereits in verschiedenen Leitungspositionen tätig. Die Zukunft der Krankenhauslandschaft werde durch die Zentralisierung und Spezialisierung von Angeboten bestimmt, so seine Einschätzung: „Hier möchte ich frische Impulse setzen. Diese Aufgabe gilt es, gemeinsam anzugehen.“

1. Welches Buch haben Sie zuletzt nicht zu Ende gelesen?

Leider zu viele – ich tendiere eher zu Fachzeitschriften.

2. Wie viele Apps sind auf Ihrem Mobiltelefon gespeichert?

45.

3. Ihr Leben wird verfilmt. Welcher Schauspieler sollte Sie spielen?

Henry Vahl und Heidi Kabel – leider sind beide schon verstorben.

4. In die Berge oder ans Meer?

Definitiv in die Berge ... die Nordsee kenne ich in- und auswendig.

5. Filterkaffee oder Latte macchiato?

Filterkaffee.

6. Bioladen oder Discounter?

Discounter.

7. Was ist für Sie typisch deutsch?

Das ständige Gejammere und Gejaule, statt zufrieden zu sein.

8. Der grösste Irrtum der Menschheit ist gewesen, dass ...?

Die Natur sich nicht rächen wird.

9. Gibt es einen guten Grund, Steuern zu zahlen? Wenn ja, welchen?

Mehrere gute Gründe: Bildung, Digitalisierung, Strassenbau und weitere Vorteile in Deutschland. Die fliegen ja nicht vom Himmel.

10. Gehen Sie mit Ihren Daten im Netz eher sorglos oder achtsam um?

Teils, teils!

11. Wo waren Sie, als die Mauer fiel?

Ich sass natürlich abends vor dem Fernseher, als im Ersten und bei DDR 1 Günter Schabowski diese immer noch prägende Mitteilung „sofort, unverzüglich“ getätigt hat. Ich war damals elf Jahre alt und konnte es gar nicht glauben. Die Telefone

aus den Familien, die unsererseits auch in der DDR lebten, standen nicht still.

12. Welche Verschwörungstheorie halten Sie für wahr?

Die Barschel-Affäre, glaube ich, war, so schlimm es klingen mag, wahr.

13. Wem würden Sie das Bundesverdienstkreuz verleihen?

Die Liste wäre sehr lang. Aber in meinem Job muss man Prioritäten setzen. Meine Wahl würde auf Richard von Weizsäcker fallen, der aus meiner Sicht bislang der sachlich und inhaltlich beste Bundespräsident war. Als Insigne hat er das Bundesverdienstkreuz zum Antritt aber schon bekommen. Ich würde es ihm nochmals geben.

14. Engagieren Sie sich ehrenamtlich? Wenn ja, wie?

Natürlich, aus meiner Sicht oberste Bürgerpflicht! Ich betreue mehrere ältere Personen am Wochenende und erledige für sie Schreivarbeiten oder andere Hilfestellungen. Früher war ich noch als Regionalligaschiedsrichter und Handballtrainer im Jugend- und Seniorenbereich aktiv. Das schaffe ich leider nicht mehr, obwohl es mir sehr fehlt.

15. Welchen Song würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Ich trenne hier einmal nach der Melodie und dem Text. Rein textlich wäre es das Lied von Udo Jürgens „In Lüneburg war Volksfest“ aus dem Jahr 1992, was sehr zum Nachdenken anregt. In der eigentlich sehr guten stabilen Phase, in der Deutschland sich gerade befindet, passt das Lied, um etwas mehr Zufriedenheit zu erzielen, ganz gut. Vielleicht nehmen dann beim Zuhörer die „Paradiesdepressionen“ endlich einmal ab.

Axel Hengehold, Halberstadt

Sonnendeck *der Ostsee*

Wir nehmen Orte unter die Lupe, an denen unsere Mitarbeitenden tagtäglich zur Arbeit kommen. Welche Besonderheiten bergen diese Städte? Gibt es Geheimtipps und Dinge, die man nicht verpassen sollte? Den Anfang macht die Kleinstadt Heiligenhafen im hohen Norden.

Wer zum ersten Mal nach Heiligenhafen kommt, der denkt: „Wow, was für Möglichkeiten!“ Und in der Tat: Heiligenhafen ist ein aussergewöhnlich vielfältiger Urlaubsort mit ganz eigenem Charakter, langer Tradition und innovativen Ideen. Seit dem 13. Jahrhundert trotzen die Heiligenhafener Wind und Wetter, genießen die meisten Sonnentage im Norden und verwöhnen ihre Gäste.

Hier stösst unberührte Natur auf modernen, achtsamen Tourismus. Der Graswarder zum Beispiel gehört zu den kostbarsten Orten an der Ostseeküste Schleswig-Holsteins. Das Naturschutzgebiet beheimatet unzählige Pflanzen und Tiere – viele Zugvögel brüten und rasten hier. Wenige Schritte entfernt liegt die Erlebnis-Seebrücke, die sich wie ein Blitz ins Meer erstreckt.

In der Marina, dem wohl schönsten Jachthafen der schleswig-holsteinischen Ostseeküste, treffen sich Segler aus ganz Europa. Die Liegeplätze bieten unter anderem Platz für insgesamt 17.000 Gastschiffe pro Jahr.

Ein paar Schritte weiter bummelt man durch den idyllischen Hafen, schaut sich die bunten Fischkutter an und lässt sich ein köstliches Fischbrötchen schmecken. Das Beste: Hier kann man Fisch noch direkt vom Kutter kaufen!

In der schönen Altstadt kann man nach Herzenslust shoppen, sich in einem der vielen Restaurants verwöhnen lassen oder einfach nur einen Eiskaffee in einem Café am historischen Marktplatz geniessen. Sportlich Aktive finden in Heiligenhafen ihre Traumarena. Sie skaten, walken oder radeln auf der Binnenseepromenade und entspannen hier am neuen Binnensee-Süd-ufer, wandern oder reiten durch das sanft hügelige Hinterland oder bezwingen die Ostsee in einem der besten Segel-, Surf- und Kite-Reviers des Nordens.

Im Aktiv-Hus finden Entspannungshungrige und kleine Seeräuber auch bei Schauerwetter alles, was das Herz begehrt: vom Spa-Bereich bis hin zur Kinderspielwelt.

Das ganze Jahr über gibt es zig Events – da ist für jeden Geschmack etwas dabei. Mehr Urlaub geht nicht! Informationen: www.heiligenhafen-touristik.de

Erken Schröder, AMEOS Nord



Ich sehe was, was du nicht siehst

Eine Herausforderung für Gross und Klein: Acht Fehler haben sich ins untere Bild eingeschlichen. Finden Sie alle?



1. Die Uhr

2. AMEOS Logo

3. !-Punkt bei „Klinikum“

4. Blumen vor dem Schild

5. Pfeil auf dem Wegweiser

6. Schornstein auf dem Dach

7. Kleines Fenster im obersten Stockwerk

8. Kugelförmige auf Spitzdach links



Max & Mia

Schlafen macht schlau

Im Schlaf verarbeitet und sortiert unser Gehirn alles, was wir tagsüber erlebt haben: Was ist wichtig? Was kannst du ruhig vergessen? Was wir gelernt haben, wird gespeichert, zum Beispiel Wörter für den Vokabeltest.

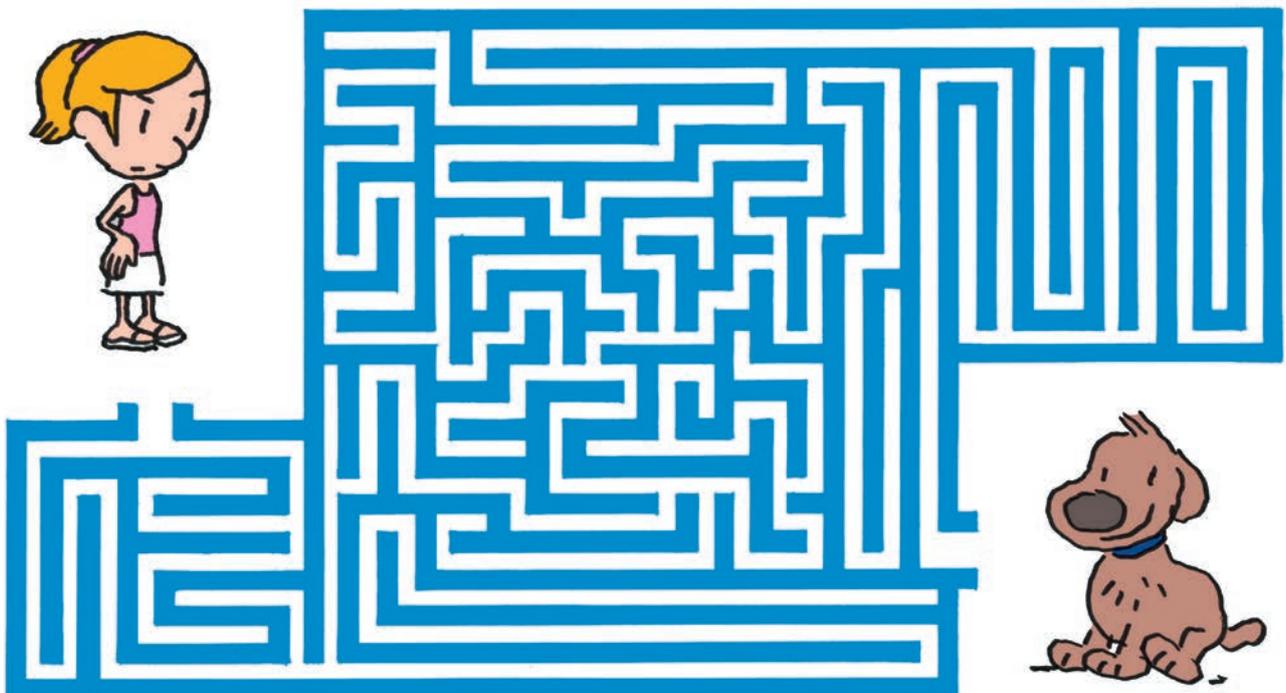
Deshalb ist genügend Schlaf für das Lernen wichtig. Auch dein Körper erholt sich, damit du fit für den nächsten Tag bist.

Aber das ist noch nicht alles: Wenn du schläfst, werden in deinem Körper wichtige Stoffe hergestellt – manche sorgen dafür, dass du wächst, andere dafür, dass du gesund bleibst.

Die Zirbeldrüse ist ein kleines Organ in Deinem Kopf, das bei Dunkelheit den Stoff Melatonin herstellt – davon wirst du meistens schnell müde, sobald du im Bett liegst. Wenn es hell wird, stoppt die Zirbeldrüse diese Arbeit, und du wachst langsam auf.



Wer hilft Mia, ihren Hund Paul zu finden?



Nette Worte

Hier finden Sie einige Erfahrungen, die Patient*innen mit AMEOS gemacht haben.

AMEOS Klinikum Schönebeck

Die Entbindungsstation ist wirklich zu empfehlen. Man wurde sofort empfangen und herzlichst begrüßt. Es war eine Mensch zu Mensch Sache und wir haben uns super betreut und aufgehoben gefühlt. Sehr nette Schwestern und Hebammen sowie Ärzte. Meine Frau würde hier immer wieder entbinden. Auch das mit dem Familienzimmer ist zu empfehlen. *Rene V. am 29.10.2019*



AMEOS Klinikum Ratzeburg

Gute ruhige Lage, nette Mitarbeiter, für eine Klinik ausserordentlich gute Küche, kostenloses Mineralwasser, die Zimmer sind leider sehr hellhörig. Ärzte, die zuhören und auf den Patienten bestens eingehen, mit viel Verständnis und Rat. Besonders sei das Engagement der Diätküche zu erwähnen, dessen MA mit viel Erfahrung und Wissen den Patienten hilfsbereit zur Seite stehen. Danke. Nach mehr als 3 Rehamaßnahmen in verschiedenen Orten Deutschlands und mit unterschiedlichen Krankheitsbilder war diese hier die BESTE. *RZB am 26.8.2019*



AMEOS Klinikum Am Bürgerpark Bremerhaven

Habe auf der Weaning-Station gelegen. Noch nie in meinem Leben habe ich in einem Krankenhaus, und ich habe schon einige kennengelernt, so kompetente und liebe Menschen erlebt. Hier wird Menschenliebe und Pflegebereitschaft wirklich gelebt. Kein Handschlag war zu viel, alles immer gerne und mit Lächeln im Gesicht. Immer ein nettes Wort der Aufmunterung und des wirklichen Interesses. Hilfestellungen wurden zu Selbstverständlichkeiten. Gerne denke ich an diese Menschen zurück. Und wenn ich in 3 Monaten zur Kontrolle wieder dort hin muß, dann mit sehr viel weniger Angst und Vorbehalten. Zu jeder Zeit wieder. Nochmals DANKE FÜR ALLES. *Antjemaria am 17.8.2019*



AMEOS Klinikum Bad Aussee

Ich fasse mich kurz: Ich habe drei Kliniken verglichen und stelle fest, dass das Ameos Privatklinikum allen Ansprüchen hervorragend gerecht wurde. Ärztliche und therapeutische Betreuung, Verwaltungsmanagement, Service/Küche, physikalische Abteilung, Zimmer - und und und: Alles Top! Die Umgebung von Bad Aussee bietet noch das: i-Tüpfelchen. Herzlichen Dank!!! PS: Danke auch den Mitpatienten (von jung bis alt) für die sehr nette Gesamtatmosphäre. *John27 am 19.7.2019*



Quellen:



AMEOS Klinikum Schönebeck



AMEOS Klinikum Am Bürgerpark Bremerhaven



AMEOS Klinikum Ratzeburg



AMEOS Klinikum Bad Aussee



Ich kenne da jemanden, der jemanden kennt ...

Werde jetzt zum Teamtalent von AMEOS und empfehle uns neue Talente.

1. In der Talentry-App (T) („ameos.talentry.com“ eingeben) oder im Web (teamtalent.ameos.de) registrieren
2. Stellenanzeigen bequem per WhatsApp, Facebook o.ä. teilen
3. Familie, Freunde und Bekannte zu Kollegen machen
4. Bei erfolgreicher Vermittlung eine Prämie von bis zu 1.500 € kassieren

teamtalent.ameos.de