

# EKH aktuell



**NEU:**

## Schulternavigation als Turbo für zufriedene Patienten

**Als erste Klinik in Österreich bietet das Evangelische Krankenhaus eine hochpräzise Hightechlösung für Schmerzgeplagte**

**Infos:**  
[www.ekhwien.at](http://www.ekhwien.at)  
[www.junk-jantsch.at](http://www.junk-jantsch.at)

Chronischer Schulterschmerz kann den Alltag zur Qual machen! Geschirr vom Regal nehmen, Haare kämmen, an- und ausziehen. Wenn selbstverständliche Handgriffe nur schwer möglich sind, bleibt als einzige Alternative das künstliche Schultergelenk. Vor allem dann, wenn physikalische Therapien oder Medikamente nicht mehr helfen.

Grund für die starken Beschwerden ist entweder eine altersbedingte Gelenksabnutzung oder eine zu starke Schädigung und Schwächung des Weichteilmantels, der die Schulterkugel im Gelenk stabilisieren soll.

Nach 20 Jahren erfolgreichem GPS-Einsatz in der Knie-Endoprothetik ist das Evangelische Krankenhaus auch Österreich-Pionier beim computergesteuerten Einbringen künstlicher Schultergelenke. Mithilfe dieser neuesten Hightechnavigation und der 3-D-Planung für den individuell optimalen Kunstgelenktyp gelingt uns eine



exakte Positionierung des Implantats in der Schulter. Erfahrungen im Ausland zeigen: Die hohe Passgenauigkeit der bereits vierten Generation anatomisch angepasster Kunstgelenke hat jetzt wirklich einen Durchbruch bei zügigerer Schmerzfreiheit, Stabilität und höherer Patientenzufriedenheit gebracht. Bis dato wurden in Europa rund 400 künstliche Schultergelenke unter Zuhilfenahme des neuen GPS-Systems implantiert.

Die Lizenz für die neue Hightechschulternavigation wird vom Hersteller nur sehr selektiv an orthopädische Chirurgen mit großer Erfahrung – idealerweise auch im Umgang mit Navigationsgeräten bei anderen Gelenken – vergeben.



© Martin Lusser



„Zwei entscheidende Schritte sind es, die diese merkbare Verbesserung bewirken: Einige Wochen vor der Operation wird auf der Grundlage der CT-Bilder des Patienten ein individuelles dreidimensionales Modell der zu behandelnden Schulter konzipiert. Davon ausgehend werden die exakt passenden Kunstgelenksteile inklusive akkurater Ausrichtung der optimal haltbaren Verankerung im Knochen festgelegt.

Der zweite Schritt erfolgt während des Eingriffs: Zur doppelten Kontrolle wird nach der Gelenkeröffnung das – noch – eigene Schultergelenk mit einem Sensor abgetastet und mit dem 3-D-Modell im Navisystem verglichen. Stimmen die beiden überein, haben wir die bestmögliche Platzierung des maßgeschneiderten Kunstgelenks.“

*Prim. Dr. Sabine Junk-Jantsch, Leiterin der Abteilung für Orthopädie und Rheumachirurgie am Evangelischen Krankenhaus*

© Exactech



„Dank minimalinvasiver Vorgangsweise, geringem Blutverlust und leichter Rehabilitation ist die Navigation in der Schulterendoprothetik auch für ältere Patienten von Vorteil. Die Nachbehandlung ist relativ einfach: Der Arm darf bereits am Tag nach der Operation bewegt werden. Ab dem zweiten Tag ist tagsüber keine Ruhigstellung mehr nötig. Ist die Rotatorenmanschette noch voll erhalten,

kann durch die Endoprothese eine komplette Wiederherstellung der Schulterfunktionen erzielt werden und der Patient ist bald in der Lage, sich wieder sportlich zu betätigen. Ist hingegen der das Gelenk umgebende Weichteilmantel schon zu sehr geschädigt und geschwächt, können wir dem Patienten zumindest Schmerzfreiheit, Beweglichkeit und damit Unabhängigkeit im Alltag zurückgeben, das bedeutet für die meisten schon eine enorme Verbesserung ihrer Lebensqualität.“

*OA Dr. Roland Drescher, Facharzt für Orthopädie (li)  
 Dr. Ewald Wurm, Facharzt für Orthopädie (re)*



## Trends in der modernen ästhetisch-plastischen Chirurgie (Schönheitschirurgie)

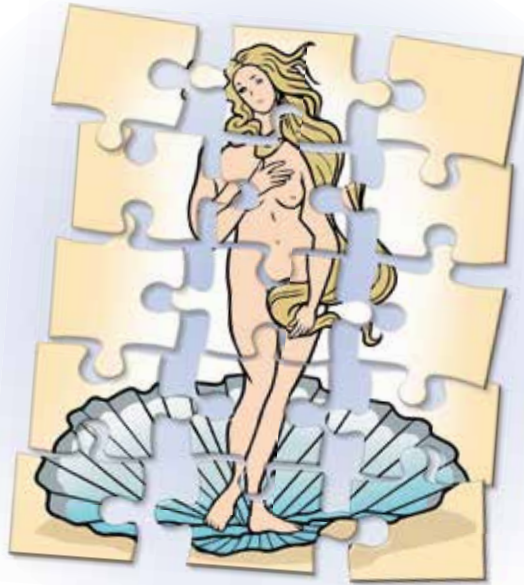


**OA Dr. Albert Feichter**  
**FA für Allgemeinchirurgie;**  
**Plastische und Ästhetische Chirurgie**

Die mediale Berichterstattung steigert die Lust auf körperliche Veränderung, der Zugang wird erleichtert, die Kosten sind überschaubar geworden und

das Vertrauen in eine fachlich kompetente Betreuung ist gewachsen. Damit verändert sich auch die Patientengruppe. Es sind nicht mehr die klischeehaften Barbiepuppen-Ideale, die den Behandlungsschwerpunkt ausmachen, vielmehr ist es der Wunsch durch möglichst schmerzarme Behandlung das eine oder andere störende Gesichts- oder Körpermerkmal mit der eigenen natürlichen Gesamterscheinung zu harmonisieren.

Im hauseigenen Chirurgenteam ist OA Dr. Albert Feichter der richtige Ansprechpartner für diesen Fachbereich. In einem ausführlichen Interview berichtet er über neue Trends in Richtung „sanfte Therapieformen“ sowie Eingriffe, die im Evangelischen Krankenhaus sehr oft durchgeführt werden.



Das gesamte Interview zum  
 Nachlesen online auf  
[www.ekhwien.at/schoenheit](http://www.ekhwien.at/schoenheit)



## Wie gesund sind Ihre Venen?

Jeder fünfte Erwachsene ist von einer chronischen Venenerkrankung betroffen, an Krampfadern leiden bereits jede zweite Frau und jeder Mann über 50. Venenleiden werfen ihre Schatten meist in Form müder, schwerer oder geschwollener Beine sowie Besenreisern voraus. Eine Vorabschätzung Ihres Venenzustands können Sie selbst ganz einfach testen. Einfach ankreuzen, Punktzahl addieren, Testergebnis nachlesen.

### Fragen

	Ja	Nein
Venenerkrankungen in Ihrer Familie	10	0
Schmerzen Ihre Beine oft?	15	0
Haben Sie im Sommer oft müde, schwere Beine?	10	0
Sind Sie seit längerem übergewichtig?	10	0
Neigen Sie zu Bindegewebsschwäche?	10	0
Fühlen sich Ihre Beine manchmal schwer an?	10	0
Nehmen Sie regelmäßig Hormonpräparate?	5	0
Haben Sie schon länger Besenreiser?	10	0
Haben Sie Krampfadern?	25	0
Hat sich Ihre Haut am Unterschenkel/Knöchel verändert?	10	0
Tragen Sie oft enge Schuhe mit hohen Absätzen?	5	0
Hatten Sie bereits Venenentzündung oder Thrombose?	10	0
Bessern sich Ihre Beschwerden, wenn Sie sich bewegen oder die Beine hochlagern?	10	0

### Auswertung

0–10 Punkte	Ihre Venen sind völlig gesund
11–20 Punkte	Ihr Venensystem funktioniert weitgehend ohne Einschränkung. Achten Sie bitte aber auf regelmäßige Bewegung, Venengymnastik sowie – falls vorhanden – Abbau von Übergewicht. Sind Ihre Beine immer öfter müde und geschwollen, suchen Sie bitte den Arzt auf.
21–40 Punkte	Ihr Venensystem ist bereits gefährdet und funktioniert nur noch reduziert. Zusätzlich zu den vorhin genannten Maßnahmen wird Ihnen Ihr Arzt weitere Therapien empfehlen.
Mehr als 40	Ihr Venensystem braucht dringende Behandlung. Konsultieren Sie baldmöglichst einen Gefäßspezialisten.



## Expertentipp

### > Nach Trauma: Schlafmittel ja oder nein?

„Seit einem belastenden Ereignis habe ich Schlafprobleme. Ich schlafe zwar meist gut ein, wache aber nach drei Stunden auf. Dann liege ich bis zum Morgen wach. Vor Schlafmitteln scheue ich mich. Wie kann ich mir helfen?“



Univ.-Doz.  
Dr. Josef Spatt  
FA für Neurologie und  
Psychiatrie, OA

„In schwierigen Phasen wäre es wichtig, sich im Schlaf erholen zu können. Gerade unter diesen Umständen verschlechtert sich die Fähigkeit durchzuschlafen jedoch oft. Die Erschöpfung nimmt zu. Schlafstörungen können hier ein Zeichen für die Entwicklung einer depressiven Erkrankung sein. Schlafmittel und auch vermehrter Alkoholkonsum, auf den man in

solch einer Situation gerne zurückgreift, können die Lage weiter verschlechtern. Stattdessen sollte nervenfachärztliche Hilfe gesucht werden. Medikamente, die nicht abhängig machen, können helfen, das Gleichgewicht der Übertragungstoffe im Gehirn wiederherzustellen, der Schlaf wird besser und die innere Kraft kommt zurück. Aber nicht nur Medikamente sind wichtig, der Facharzt kann mit Ihnen sprechen, welche anderen Maßnahmen getroffen werden können. Oft sind es kleine Anregungen, die den Teufelskreis durchbrechen können. Manchmal wird eine intensivere psychotherapeutische Betreuung zu empfehlen sein.“



© istockphoto / Giulio Fornasar

### > Frage

„Welche Ernährung empfiehlt sich für heiße Sommertage?“



Julia Lessnika BSc.  
Diätologin

### Fünf Ernährungstipps für heiße Sommertage

„Gerade an heißen Sommertagen kann man seinen Körper mit leicht verdaulicher Kost und ausreichender Flüssigkeitszufuhr unterstützen.“

Mit folgenden fünf Ernährungstipps kommt man leicht und gesund durch den Hitzesommer.

1. Da der Körper im Sommer besonders viel Flüssigkeit durch das Schwitzen verliert, sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Daher täglich 1,5–2 l kalorienfreie Getränke trinken. Bei besonders starkem Schwitzen können sogar 3–4 l zum Flüssigkeitsausgleich notwendig sein. **Wichtig:** Trinken, bevor man Durst verspürt! Denn Durst bedeutet bereits Flüssigkeitsmangel.
2. Lebensmittel mit hohem Wassergehalt versorgen den Körper zusätzlich mit Flüssigkeit. Dazu zählen: Gurken, Paprikas, Tomaten, Radieschen, Zucchini, Salate (z. B. Rucola, Eisbergsalat, Vogelsalat), Melonen, Erdbeeren.
3. Bevorzugen Sie leichte Speisen, wie Salate und kalte Gerichte. Sie sind gerade an heißen Tagen leichter bekömmlich.

4. Meiden Sie fettige Speisen, denn diese belasten den bereits durch die Hitze strapazierten Körper noch zusätzlich.
5. Vier bis fünf kleine Mahlzeiten anstatt drei größerer Hauptmahlzeiten können ebenfalls dazu beitragen, dass der Verdauungstrakt weniger beansprucht wird.

Natürlich gehören auch gemütliche Grillabende mit Verwandten und Freunden zu einem schönen Sommer dazu und sorgen für gute Laune – ab und zu ist das auf jeden Fall in Ordnung. Genießen Sie es ohne schlechtes Gewissen!“

Mehr Tipps unserer Diätologin finden Sie auf ihrer persönlichen Website, ein Besuch lohnt sich für jeden, der sich bewusst ernähren möchte.  
[www.diaetologin-julia.at/](http://www.diaetologin-julia.at/)



© groesael

### > Frage

„Aufgrund eines Tumors wurde mir eine Ohrspeicheldrüse entfernt. Ich kann das linke Auge nicht schließen und den linken Mundwinkel nicht heben. Der Gesichtsnerv soll in Ordnung sein. Kleine Besserungen bemerke ich. Wird das wieder?“



Prof. Dr. Boban Erovic  
Vorstand des Institutes für  
Kopf- und Halskrankungen  
am Evangelischen  
Krankenhaus

„Die wichtigste Nachricht zuerst: Sie haben äußerst gute Chancen, dass sich der Gesichtsnerv wieder völlig normalisiert. Dies belegen Ihre täglichen kleinen Verbesserungen im Gesicht. Wäre der Nerv durch-

trennt, wäre Ihr Gesicht gelähmt und Sie würden keine Fortschritte bemerken. Es bedarf etwas Geduld Ihrerseits, denn es kann einige Wochen dauern, bis sich die Funktionseinschränkung Ihres Lides und Mundwinkels ganz zurückgebildet hat. Daher ist es wichtig, dass Sie mehrmals täglich die Gesichtsnervübungen, die Sie im Spital bekommen haben, durchführen. Durch die täglichen Übungen wird die Gesichtsmuskulatur gestärkt und die Gesichtssymmetrie kann sich schneller normalisieren.

Dazu kann die Einnahme von Vitamin-B-Präparaten die Regeneration des Gesichtsnervs unterstützen.“



Österreichische Post AG  
SP 07Z037534 S  
Evangelisches Krankenhaus Wien  
gemeinnützige BetriebsgmbH  
Hans-Sachs-Gasse 10–12, 1180 Wien

IMPRESSUM: Herausgeber: Evangelisches Krankenhaus  
1180 Wien, Hans-Sachs-Gasse 10–12, Tel.: (01) 404 22-503  
www.ekhwien.at, c.pekatschek@ekhwien.at  
Redaktion: Claudia Pekatschek, Mag.ª Martina Schwarz  
Fotos: Evangelisches Krankenhaus – M.Knapp, C.Richter, S.Haspl  
Grafik und Illustrationen: groesel@groesel.at

## Interdisziplinäre Ambulanz unter neuer Leitung



Unsere Ambulanz – mit ihren Expertenteams – bildet eine zentrale Säule der medizinischen Versorgung im Haus. Mit Juni 2020 übernahm Prim. Dr. Johannes Karl Stopfer die Leitung der Ambulanz am Evangelischen Krankenhaus. Der Facharzt für Allgemeinchirurgie und Viszeralchirurgie blickt bereits

auf einen beachtlichen Lebenslauf zurück. Der stolze Familienvater sammelte in Österreich und in renommierten internationalen Spitälern Erfahrungen in Praxis und Lehre. Mehr über den vielseitigen Arzt und seine Ziele für seinen neuen Verantwortungsbereich erfahren Sie in unserer Herbstausgabe.

## Zehn Jahre Seelsorge auf dem Weg zu Spiritual Care

Schweren Herzens verabschiedet sich Pfarrerin Dr. Margit Leuthold nach zehnjährigem Wirken im EKH für eine neue Aufgabe ins ferne Vorarlberg. Während dieser Jahre ist es ihr gelungen, Seelsorge und Besuchsdienst neu zu organisieren, ehrenamtlichen Helfern eine Ausbildung zu ermöglichen und den Mitarbeitern die Wichtigkeit einer empathischen Begleitung für Patienten zu vermitteln. Große Anliegen wie die verbesserte ökumenische Zusammenarbeit hat sie erfolgreich umgesetzt. Einrichtungen wie der Raum der Stille, der Patienten und Mitarbeiter zur Meditation einlädt, oder die Unterstützung der Stationspflege beim Ermöglichen eines würdigen Abschiednehmens waren wichtige Schritte, um die Verbundenheit mit Glauben und Nächstenliebe nach außen zu tragen (= Spiritual Care). Der von ihr initiierte „Liebe Gruß“ erschien fast 100-mal und soll auch weiterhin monatlich verteilt werden. Ihre Vernetzung mit allen Abteilungen, den Ehrenamtlichen und der Geschäftsführung schuf mehr Verständnis füreinander. So ließe sich die Würdigung ihres Wirkens und ihrer Impulse für eine Neuorientierung lange fortsetzen. Wir wünschen der engagierten und inspirierenden Theologin Dr. Margit Leuthold auf ihrem Lebensweg Kraft und Energie.



## Dankagung für wissenschaftlichen Beitrag

Viele öffentliche Institute, so auch das Sozialministerium vergeben Aufträge an namhafte Experten aus Medizin und Wissenschaft, um im Bereich Qualitätsverbesserung neue Maßstäbe zu setzen, die sodann auf alle Spitäler

umgelegt werden. Frau Prim. Univ.-Prof. Dr. Sibylle Kietaihl, FA für Anästhesie und Intensivmedizin, wurde für ihren großen persönlichen Einsatz bedankt, indem sie den Prozessablauf des klinischen Pfades bei hüftgelenknahen Frakturen analysiert und neu erstellt hat. Eine hohe Auszeichnung für eine verdiente Mitarbeiterin, die sich trotz großer Arbeitsbelastung immer wieder in den Dienst der Qualitätssicherung stellt. Wir gratulieren herzlich!

## Wir sind bunt:

Unser Leitbild besagt, dass das Evangelische Krankenhaus allen Menschen offensteht, unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Hautfarbe und Konfessions- oder Religionszugehörigkeit. Genau diese Einstellung haben wir gegenüber unseren rund 600

Mitarbeitern. Denn Wertschätzung und Kompetenz enden nicht bei Herkunft und Hautfarbe. Wir sind stolz auf unsere „bunte“ Identität!

Folgen Sie uns auf:

