

EKH a k t u e l l



► Wissenswertes aus der Medizin



Reizdarm – oft falsch diagnostiziert



Wenn Stoffwechsellvorgänge regelmäßig auffällig werden, sei es durch Bauchschmerzen, Blähungen, Verstopfung und/oder Durchfall, könnte ein Reizdarm die Ursache sein. Etwa 15 % der Bevölkerung sind davon betroffen, Frauen häufiger als Männer. Leider werden bis zu 30 % der Beschwerden falsch oder zu spät diagnostiziert und Fruktose- wie auch Laktoseintoleranz oder Zöliakie nicht entsprechend erkannt und behandelt. Eine rasche Abklärung ist sehr wichtig, denn es könnten auch schwerwiegende Erkrankungen wie Morbus Crohn, Colitis ulcerosa (chronische Darmentzündung) oder sogar Darmkrebs in Frage kommen.

Was versteht man unter „Reizdarm“?

Darunter versteht man eine komplexe Darmerkrankung, die mit Bauchschmerzen, Blähungen und Veränderung des Stuhls einhergeht, meist mit Durchfall, seltener auch mit Verstopfung oder beides abwechselnd. Die Ursachen sind noch nicht restlos erforscht, eine große Rolle spielt eine Veränderung der Bakterienzusammensetzung im Dünndarm und es besteht ein Zusammenhang mit Fibromyalgie sowie mit psychischen Erkrankungen. Auch Infekte mit Gabe von Antibiotika können ursächliche Faktoren sein.

Ansprechpartner ist der Gastroenterologe (Internist oder Chirurg). Eine sichere Diagnose des Reizdarms ist nicht einfach, da vorher sämtliche organischen Ursachen ausgeschlossen werden müssen.

Dazu sind etliche Untersuchungen nötig: Darmspiegelung, Magenspiegelung mit tiefer Biopsie des Zwölffingerdarms zum Ausschluss einer Zöliakie (Glutenunverträglichkeit), Ultraschall, Laboruntersuchung, Nahrungsmittelenverträglichkeitstests für Laktose, Fruktose, Histamin und Sorbit.

Wichtige Hinweise sind das Schmerz- und Stuhlverhalten. So ist der Beginn der Schmerzen mit gleichzeitiger Veränderung von Stuhlfrequenz und Stuhlkonsistenz ein solcher Hinweis und das Nachlassen der Schmerzen nach dem Stuhlgang ist fast schon ein Beweis.

Nach der Diagnostik beginnt die Behandlung. Leider gibt es noch keine medikamentöse Therapie, die diese Krankheit beheben könnte. Die Möglichkeiten einer Linderung sind vielfältig und individuell zu bestimmen. Auf jeden Fall gilt: „Je eher desto besser“.

Prim. Dr. Peter Jiru, Chirurg



Sind Diäten oder radikale Ernährungsänderungen sinnvoll?

Symptome wie Stuhlnormmäßigkeiten, Durchfall, Bauchschmerzen, Übelkeit oder Gewichtsabnahme lassen an Erkrankungen denken, die in direktem Zusammenhang mit der Ernährung stehen. Viele Patienten erwarten feste Regeln für Essen und Trinken. Im Gegensatz zu ernährungsabhängigen Erkrankungen wie z. B. Diabetes mellitus lassen sich bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen keine festen Regeln aufstellen. „Die diätetische Therapie ist neben Medikamenten, operativen Eingriffen und sonstigen unterstützenden Maßnahmen eine Grundlage der erfolgreichen Therapie.“ Die erste Unterscheidung ist, dass für Morbus Crohn andere

Maßnahmen gelten als für Colitis ulcerosa. Die Ernährung im akuten Entzündungsschub ist anders als im symptomfreien Intervall. Zudem reagiert jeder Patient anders. Lassen Sie sich nicht von pauschalen Diätetempfehlungen beeindrucken. Eine für alle Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen gültige Diät gibt es nicht. Für jeden Patienten gelten unterschiedliche Regeln und deshalb ist es notwendig, sich und sein Ernährungsverhalten genau zu beobachten und diätetische Empfehlungen einzuhalten!“



V.l.n.r.: Elisabeth Leonhart, Monika Weratschnig, Janina Gonaus

Kontakt: diaetologie@ekhwien.at

► *Rückblick Thementag: Schritt für Schritt schmerzfrei*

Reger Ansturm zu den Fachvorträgen

Mehr als 300 Besucher folgten im historischen Festsaal des Billrothhauses mit großem Interesse den Vorträgen unserer ärztlichen Experten zum Thema „Schritt für Schritt schmerzfrei“. Nach den Eröffnungsworten des Ärztlichen Direktors Prim. Prof. Christoph Reisser und der Präsidentin des österreichischen Seniorenbundes Frau Abg. Ingrid Korosek gaben *Prim. Univ.-Doz. Dr. Thomas Müllner,*

Prim. Dr. Thomas Maca, OA Dr. Gerhard Kainz, Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko und Dr. Magdalena Helmreich vom Vivea Gesundheitshotel Bad Traunstein einen Überblick zu bewährten Behandlungen bei Beschwerden rund ums Bein sowie hilfreiche Vorsorgemaßnahmen. Gerne angenommen wurde die anschließende Fragestunde, zumal sich die fünf Spezialisten viel Zeit für Publikumsfragen

nahmen, um individuelle Symptome einordnen bzw. gewisse Erkrankungen ausschließen zu können. Neben all den medizinischen Informationen fanden auch die Auftritte und Angebote unserer Kooperationspartner großen Anklang, denen wir auf diesem Weg nochmals für ihr Mitwirken danken.



Eindrücke vom Thementag im Haus der Ärzte.

Bild unten rechts, v.l.n.r.: Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko, Prim. Univ.-Doz. Dr. Thomas Müllner, Dr. Magdalena Helmreich, Prim. Dr. Thomas Maca, OA Dr. Gerhard Kainz



► *Neues aus der Medizintechnik*

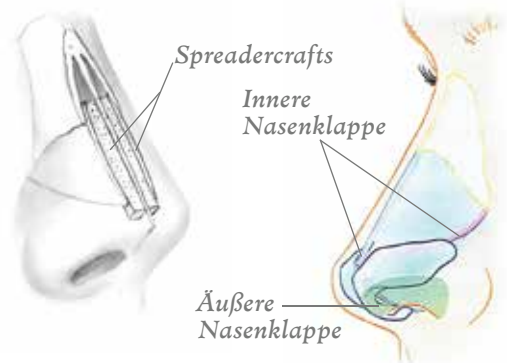
Nasenkorrektur mit Mehrwert

Nasenklappenstenose – was ist das?

Die Behinderung der Nasenatmung ist eines der häufigsten Symptome einer nasalen Funktionsstörung. Mehrere Ursachen kommen hierfür in Frage, unter anderem eine Verengung (Stenose) der inneren Nasenklappe. Dieses Phänomen ist weit verbreitet bei Patienten mit weiterbestehenden Beschwerden nach bereits erfolgter Nasenscheidewandoperation oder Nasenkorrektur. Die innere Nasenklappe befindet sich etwa 1 cm hinter den Nasenlöchern und ist die engste Stelle der Nasenhöhle. Bei einer Nasenklappenstenose erscheint die Nase aber auch äußerlich im mittleren Drittel der Nase eng und dadurch die Nasenspitze oft zu breit.

Kann bei einer Nasenkorrektur die innere Nasenklappe erweitert werden?

Die innere Nasenklappe kann durch das Einbringen von sogenannten „Spreadergrafts“ im Rahmen einer Nasenkorrektur erweitert werden. Dies erfolgt ohne äußere Narben über einen Schnitt im Naseninneren, wo anschließend körpereigener Knorpel aus der Nasenscheidewand eingebracht wird. Die Knorpelstücke werden in Größe und Form individuell an die Bedürfnisse des Patienten angepasst. Studien zeigten, dass schon kleine Erweiterungen in diesem Bereich zu einer deutlichen Verbesserung der Nasenatmung führen.



Verändert sich das Aussehen durch eine Erweiterung der Nasenklappe?

Durch eine Erweiterung der inneren Nasenklappe kommt es zu einer geringen Verbreiterung der Nase im mittleren Drittel. Bei Patienten mit einer Verengung der inneren Nasenklappe führt das zu einer Optimierung der ästhetischen Linien in der Schrägansicht sowie Vorderansicht. Somit verbessert sich gleichzeitig auch das Aussehen.

► Patientenservice

Expertentipp:

Blutdruckmessen

Blutdruckmessen gehört für viele zur täglichen Routine. Damit es auch ordnungsgemäß durchgeführt wird, eine Kurzanleitung vom Internisten.

Richtig Blutdruckmessen – wie geht das und wie oft sollte man messen?

Grundsätzlich bestehen bei der Selbstmessung zwei Möglichkeiten, das Messen am Handgelenk bzw. am Oberarm. Die Variante am Handgelenk ist zwar etwas leichter durchzuführen, die Version oberhalb des Ellbogens ist erfahrungsgemäß die zuverlässigere. Jedenfalls sollte sich der Messpunkt in Herzhöhe befinden, d. h. Arm auf den Tisch legen, bzw. bei der Handgelenksvariante – den Ellbogen so weit beugen, dass das Blutdruckmessgerät auf Herzhöhe ist. Hinsichtlich Messzeiten sollte man bedenken, dass der Blutdruck Tagesschwankungen

unterliegt. Daher mehrmals messen, nicht immer zur selben Zeit sondern auch einmal in der Arbeit – nach dem Sport oder nachts. Oft werden hier die Blutdruckspitzen erreicht und es bedarf einer Umstellung der Blutdrucktherapie.

Zu hoch – zu niedrig. Was ist normal?

Beim Messen bestimmt man zwei Werte, den systolischen Druck (während das Herz sich zusammenzieht und somit pumpt) und den diastolischen Druck (während der Pause des Herzens). Die Werte sollten in Ruhe 140/90 mmHg nicht übersteigen (Achtung: schärfere Grenzen gelten beispielsweise für Diabetiker). Während einer körperlichen Belastung darf und soll der Blutdruck auch steigen, ob dieser jedoch adäquat steigt, kann man mit einem Belastungs-EKG bestimmen.

Wann ist eine Langzeitmessung sinnvoll?

Sogenannte 24-Stunden-Messungen sind vor allem bei schwer medikamentös einstellbaren Blutdruckwerten sinnvoll. Aber auch Schlaflosigkeit kann durch zu hohen nächtlichen Blutdruck auftreten. In diesem Fall ist eine Langzeitmessung zielführend.



OA Dr. Alexander Ditscheiner
Facharzt
für
Innere Medizin



Zwei Drittel der Österreicher ziehen Wahlarzt vor

Laut einer Online-Umfrage des Market-Institutes gehen zwei Drittel der Österreicher lieber zum Privatarzt. Jeder zweite Befragte gibt an, dass ihm die eigene Gesundheit entsprechend wichtig ist und deshalb die Mehrkosten dafür gerne in Kauf genommen werden.

Hauptgrund für die Inanspruchnahme von privaten medizinischen Leistungen ist für 60 % der Befragten die Überzeugung, dass sich ein Wahlarzt viel mehr Zeit für die Untersuchung und Beratung nehmen kann. Interessant ist auch, dass jüngere Patienten eher bereit sind, tiefer in die Tasche zu

greifen und sogar teilweise auf den Kostenersatz verzichten würden.

Einzelheiten der Studie finden Sie unter www.presstext.com/news/20170410023
Quelle: eXakt PR GmbH, www.exakt-pr.at

► V.I.P.-Reisen

**INFOS &
PROGRAMM**
(01) 404 22-4500

Exklusiv für Mitglieder des Vereins der Freunde des Evangelischen Krankenhauses

Ausseeerland im Salzkammergut Erzherzog Johann**** Spa Hotel

Lassen Sie sich im schönen Ausseeerland im Salzkammergut mit exzellenter Kulinarik und bestem Service verwöhnen und genießen Sie den hervorragenden Schwimm- und Spa-Bereich. Ein besonderes Angebot unseres langjährigen Kooperationspartners, dem Erzherzog Johann**** Spa Hotel (www.erzherzogjohann.at) für Sie: Neben einem sehr ansprechenden Gruppen-Arrangement gibt es speziell für unsere Mitglieder/Förderer **20 % Rabatt** auf den Tagespreis. (Angebot gilt auch für Ihre Begleitperson im DZ, wenn diese kein Mitglied ist).

Für die „**Goldene Herbstzeitreise**“ vom **08.10.–15.10.2017** sowie für den „**Adventzauber**“ vom **13.12.–20.12.2017** gibt es noch freie Plätze. Wer **Weihnachten** vom **20.12.–27.12.2017** im traumhaften Winter-Ambiente genießen möchte, sollte nicht zu lange zögern – Termin fast ausgebucht!

Vorankündigung

Gruppenreisetermine für 2018:
So 15.04. bis So 22.04.2018 sowie
So 30.09. bis So 07.10.2018

Reservierungen bitte direkt im Hotel:
Tel.: (03622) 525 07-0 oder
E-Mail: info@erzherzogjohann.at

Spa Hotel  Restaurant
ERZHERZOG JOHANN



Vivea Gesundheitshotel Bad Traunstein Moor & mehr Woche

Die Wärme des Heilmoores gelangt in die Gelenke und sogar bis in tief gelegene Schichten der Muskulatur. Spüren Sie die wohltuende Wirkung des schwarzen Goldes und lassen Sie sich therapeutisch umsorgen.

In der Zeit vom **15.10.–22.10.2017** hält das Vivea Gesundheitshotel ein besonderes **Inklusive-Package** zu Sonderkonditionen für unsere Mitglieder bereit.

Auskünfte und Buchung direkt im Hotel:
Tel.: (02878) 250 50 oder
E-Mail: www.vivea-hotels.com



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

IMPRESSUM: Herausgeber: Evangelisches Krankenhaus Wien
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, fotolia
Grafik: groesel@groesel.at

► Personalia



EKH Arzt wurde ISSS-Präsident

Wir gratulieren Herrn Prim. Univ.-Prof. Dr. Georg Bischof sehr herzlich zur Präsidentschaft der „International Society of Sympathetic Surgeons (ISSS)“.

Die Gesellschaft (www.iss.net) wurde von spezialisierten Chirurgen zur Erforschung und Behandlung der Hyperhidrose (übermäßige Schweißproduktion) gegründet.



M. Sc. für OA Andreas Gferrer

Nach erfolgreichem Abschluss des Universitätslehrganges Orthopädie an der Donauuniversität Krems wurde Herrn Dr. med. univ. Andreas

Gferrer der akademische Grad Master of Science in Orthopädie/Orthopedics (M. Sc.) verliehen. Herzlichen Glückwunsch!



Pflege wissenschaftlich hinterfragt

Frau DGKP Bettina Schabschneider, BScN, besuchte berufsbegleitend die Paracelsus Privatuniversität und absolvierte den Studienlehrgang Pflegewissenschaft. Mit dem Abschluss des Studiums erreichte die langjährige Mitarbeiterin den

akademischen Grad „Bachelor of Science in Nursing“.

Pflegedirektor Hermann Köhler M. Sc.:
„Diese Ausbildung ist für die Chirurgische Abteilung sehr unterstützend und bringt neue Wissensansätze in die patientenorientierte Pflege.“

► Veranstaltungen



Gottesdienste in ökumenischer Verbundenheit

Jeden Sonntag um zehn Uhr

lädt Pfarrerin Dr. Margit Leuthold zum Gottesdienst in ökumenischer Verbundenheit in der Kapelle im Untergeschoss des Evangelischen Krankenhauses ein. Zu jenen, die selbst nicht zum Gottesdienst kommen oder gebracht werden können, kommen auf Wunsch ehrenamtliche Kommunionsspendenerinnen und -spender am Sonntagvormittag und beten mit Patienten im Zimmer. In der kleinen, außergewöhnlich kunstvoll von Kurt Kramer gestalteten Kapelle, finden abwechselnd eine Wort-Gottes-Feier

mit Kommunionsspende nach katholischer Liturgie und ein evangelischer Gottesdienst nach evangelischer Liturgie statt. Ehrenamtliche katholische Wort-Gottes-Feier-Leiter, Lektoren der evangelischen Johanniter und Pfarrerin Dr. Margit Leuthold halten die Gottesdienste sowohl für Patienten als auch für Besucher ab.

Informationen über die Erreichbarkeit der Seelsorger gibt es bei der Rezeption des Evangelischen Krankenhauses, 1180 Wien, Hans-Sachs-Gasse 10–12. Tel. (01) 404 22-0.

Kostenlose Schnupperstunde: Donnerstag, 14. September 2017, 10.30–12 Uhr

AUSKÜNFTE
FRAU BAUMANN
(01) 404 22-4500

LIMA® LIMA Gedächtnistraining

Das LIMA Gedächtnistraining geht in die Sommerpause und wird ab Herbst wieder stattfinden. Das spielerische, gesellige Training findet vom 21. September bis 14. Dezember statt. Interessierte können jederzeit kostenlos schnuppern. Die Kurskosten betragen 7,50 Euro pro Einheit – zahlbar in 6er Blöcken.
Gedächtnistrainerin Marie Luise Kerschbaum, Dipl. Erwachsenenbildnerin



Aus Gründen der Lesefreundlichkeit verzichten wir auf das Genäherung von Substantiven. Selbstverständlich werden wir uns mit dieser Publikation gleichermaßen an Frauen und Männer.