

# Sprechstunde LEIPZIG

Klinikum|St.GEORG

## Für den besten Start ins Leben

Einfühlsame Betreuung  
von Anfang an

## Unser Blut

Das erzählt es uns

## Prof. Dr. Beuche im Interview

Wenn das Gedächtnis versagt

## Mehr Freiheit für Herzranke

Das Herz rund um die  
Uhr im Blick

Außerdem in  
dieser Ausgabe

**25 Jahre**  
academixer

Katrin Hart privat

# Entdecke jetzt das Abenteuerreich!



Bis ganz bald!  
In den  
**Sommerferien**  
bis **20 Uhr!**

## Inhalt Frühling 2016



3

### Medizin

- 3 **Für den besten Start ins Leben**  
Einfühlsame Betreuung von Anfang an
- 7 **Unser Blut**  
Das erzählt es uns
- 9 **Wenn die Nieren ihren Dienst verweigern**
- 10 **X-Bein-Fehlstellung im Kindesalter**
- 11 **Prof. Dr. Wolfgang Beuche im Interview**  
Wenn das Gedächtnis versagt
- 13 **Mehr Freiheit für Herzranke**  
Das Herz rund um die Uhr im Blick

### Leben

- 15 **Millionenfache Plagegeister**
- 17 **Heilung durch Hypnose – funktioniert das wirklich?**
- 19 **Zwischen Bewusstsein und Schlaf**
- 21 **Mit gesundem Essen und guter Laune ins Frühjahr!**

### Unterhaltung

- 22 **Gehirnjogging**  
Gewinnspiel-Teilnahme

### Stadtgeschehen

- 23 **25 Jahre academixer**  
Katrin Hart privat



21



22



23

# Für den besten Start ins Leben

Einfühlsame Betreuung von Anfang an



**D**ie Geburt eines Kindes ist das schönste und zugleich aufregendste Erlebnis im Leben der Eltern. Doch bevor es so weit ist, muss entschieden werden, wo der Nachwuchs das Licht der Welt erblicken soll. Bei der Wahl sollten die angehenden Eltern genau überlegen, was ihnen wichtig ist.



**Vor einigen Stunden haben die Wehen eingesetzt, inzwischen kommen sie bereits regelmäßig alle sieben Minuten. Nun wird es ernst. Der Moment, auf den werdende Eltern neun Monate lang hinfiebern, rückt immer näher. Schnell noch die schon vor einigen Wochen gepackte Kliniktasche schnappen und auf geht's ins Krankenhaus.**

>>> Gerade für Erstgebärende und ihre Partner ist es wichtig, sich in guten Händen zu wissen. Dabei spielen eine entspannte Atmosphäre im Kreißaal und die einfühlsame Betreuung durch erfahrene Hebammen und Ärzte eine ebenso wichtige Rolle wie die medizinische Versorgung bei Komplikationen. Bis die Eltern den neuen Erdenbürger in den Armen halten, vergehen meist noch einige Stunden im Kreißaal. Um die Zeit des Wartens so angenehm wie möglich werden zu lassen, sind die Kreißsäle ganz auf die Bedürfnisse der Schwangeren angepasst. Für die Entbindung selbst stehen der werdenden Mutter je nach Wunsch verschiedenste Möglichkeiten zur Verfügung, beispielsweise Gebärhocker, Gebärwanne, Roma-Geburtsrad, Geburtsmatte oder Geburtsseil.

Aber was passiert, wenn der Wehenschmerz zu groß wird? Diese Frage schwirrt vor allem den werdenden Müttern vor der Geburt im Kopf herum. Wer konventionelle schmerzlindernde Therapien wie die Periduralanalgesie

(PDA) ablehnt, dem versprechen verschiedene alternative Maßnahmen Linderung. „Hier gibt es beispielsweise die Möglichkeit der Akupunktur. Aber auch Homöopathie oder Aromatherapie stehen zur Auswahl“, erklärt die Leitende Hebamme Kerstin Dölle, die seit fünf Jahren als Hebamme Geburten im Klinikum St. Georg begleitet.



Doch in dem Moment, in dem die Mutter das erste Mal ihr Baby im Arm hält, sind alle Schmerzen vergessen. Nun ziehen sich Ärzte und Hebammen für ein paar Minuten zurück, um den Eltern Zeit und Raum zu geben, ihr Kind zu begrüßen. Mit dem sogenannten APGAR-Test untersuchen die Ärzte anschließend die Vitalität des kleinen Neuankommings. Hierfür werden Herz und Lunge abgehört, Reflexe und Durchblutung überprüft. Sind Mutter und Kind wohlauf, werden sie auf die

Wochenbettstation verlegt. Neben Einzel- und Zweibettzimmern bieten auch immer mehr Kliniken Familienzimmer an, in denen die frischgebackenen Eltern das junge Glück ganz intensiv erleben und genießen können.

Der Wunsch nach klinischer Betreuung bleibt dennoch bei den meisten bestehen, weiß Professor Dr. Uwe Köhler, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe. „Auch wenn man sich neun Monate akribisch auf die Ankunft des Babys vorbereitet, kommen in den ersten Tagen viele Fragen auf. Ein erfahrenes Team aus Hebammen, Krankenschwestern, Frauen- und Kinderärzten kümmert sich rund um die Uhr um die Wöchnerinnen und gibt Hilfestellung beispielsweise beim Stillen oder Windelwechseln“, erklärt er.

Im Vordergrund stehen aber nicht nur die Bedürfnisse der werdenden Eltern, sondern auch – und vor allem – die medizinische Versorgung der Neugeborenen im Notfall. Trotz aller Vorfreude sollte dies bei der Wahl der Klinik immer mit bedacht werden. „Wir sind glücklich über jeden Säugling, der gesund und ohne Probleme auf die Welt kommt. Komplikationen kann man aber leider nicht ausschließen. Im St. Georg verfügen wir über eine unmittelbar an den Kreißaal angeschlossene Neonatologie und können Frühgeborene oder Neugeborene mit sogenannten Anpassungsschwierigkeiten umgehend medizinisch ver-

Ihre Ansprechpartner  
im Klinikum St. Georg



**Prof. Dr. med.  
Uwe Köhler  
Chefarzt**

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3501  
E-Mail: gynaekologie.geburtshilfe@sanktgeorg.de



**Prof. Dr. med. habil.  
Eva Robel-Tillig  
Chefärztin**

Klinik für Neonatologie  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3604  
E-Mail: neonatologie@sanktgeorg.de

sorgen und optimal betreuen“, erklärt Professor Dr. Eva Robel-Tillig, Chefärztin der Klinik für Neonatologie. Einige Tage nach der Geburt beziehungsweise wenn sich die Gesundheit stabilisiert hat, dürfen die Eltern ihr Baby mit nach Hause nehmen, wo in den nächsten Wochen noch eine Nachsorgehebamme regelmäßig nach dem Rechten sieht. ■

Professionelle **NEUGEBORENFOTOGRAFIE**



Baby Smile fängt die ersten Momente im Leben Ihres Kindes für immer ein – direkt hier im **Klinikum St. Georg** und mit professionellen Fotoprodukten, die Ihnen unverbindlich präsentiert werden.

**Freuen Sie sich schon jetzt auf einzigartige Aufnahmen.**



Jetzt Foto-Termin vereinbaren & Willkommensgeschenke sichern

**Antje Dolata**  
Babyfotografin  
Tel: 0176 - 191 257 63  
Servicezeiten:  
Mo bis Fr von 09:00 - 14:30 Uhr

**WILLKOMMENSGESCHENKE ZUR GEBURT IHRES KINDES**

Die Babyfotografin besucht Sie direkt auf Ihrem Zimmer. Dabei entstehen wunderschöne Aufnahmen mit Ihnen und Ihrem Baby – natürlich unverbindlich.

1. Willkommensvideo
2. Glückwunschkarte
3. Online-Babygalerie
4. Baby-Kuscheltuch



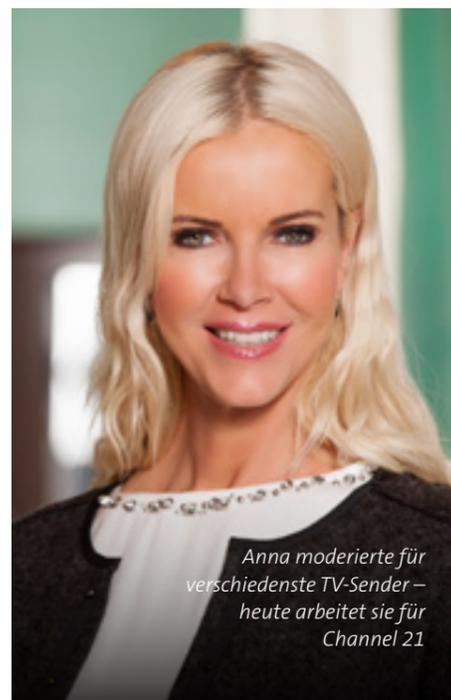
Baby Smile Fotografie | www.babysmile24.de  
Kundenbetreuung: 0371 - 503 499 55 (Mo-Fr von 9 bis 20 Uhr | Sa von 9 bis 18 Uhr)

## Anna Heesch

>>> „Meine Schwangerschaft war bis auf die ersten drei Monate, in welchen ich unter starker Übelkeit litt, unkompliziert und erfüllend! Es ist schon faszinierend, dass da tatsächlich ein kleiner Mensch heranwächst.“

Ich habe bis zum Schluss voller Schwung gearbeitet, viel unternommen und Gelüste ausgelebt wie ein Bund Petersilie und haufenweise Äpfel pro Tag! Mein über alles geliebter Sohn kam dann per Kaiserschnitt an einem Sonntag zur Welt und das war der schönste Moment in meinem Leben. Obwohl man schon sehr ange-

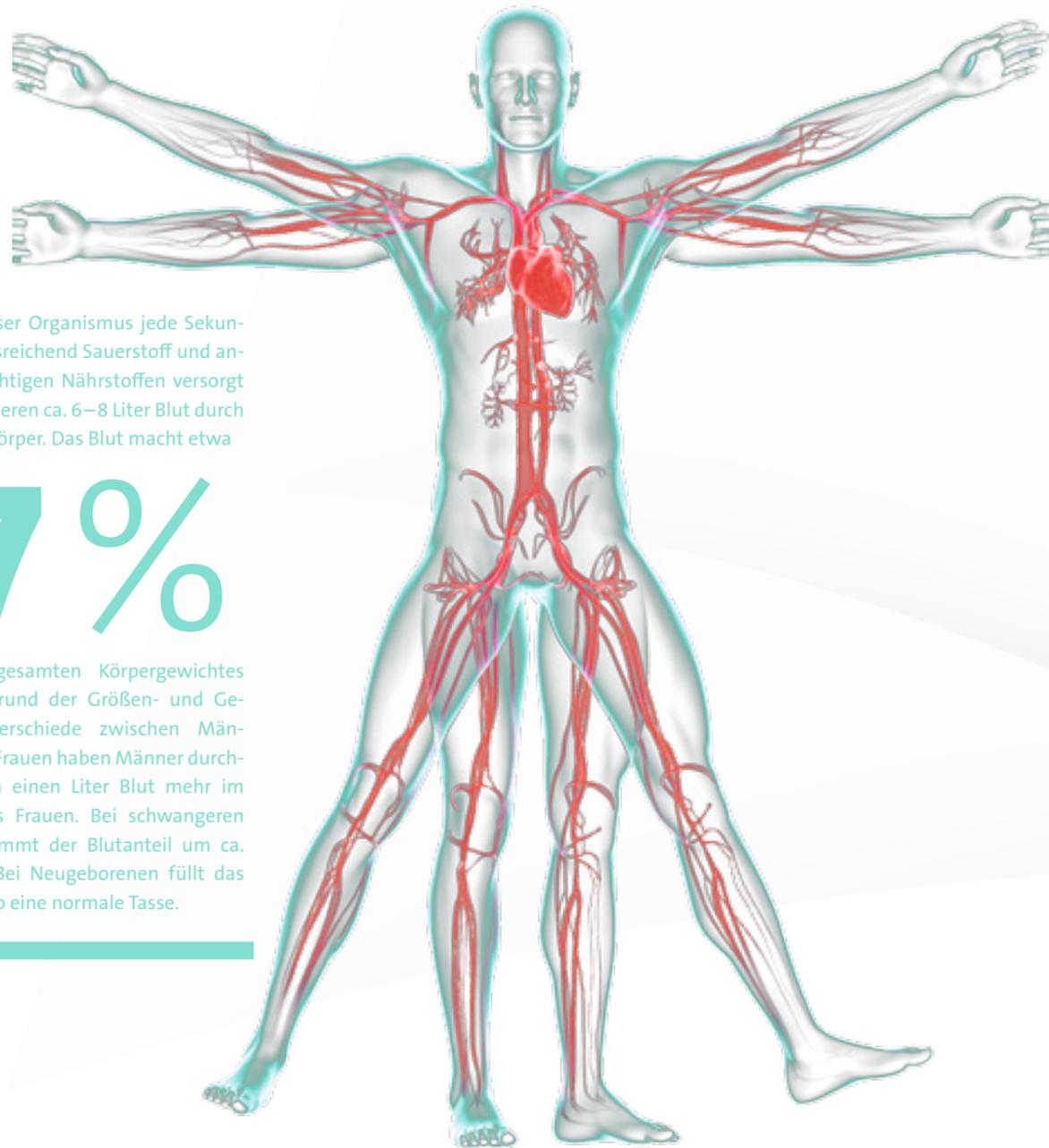
strengt und gespannt ist, was während der Geburt bei und mit einem passiert, von Rückenmarksnarkose über Bauch aufschneiden und das Kind rausrütteln, ist das Gefühl, sein Kind das erste Mal zu sehen und zu fühlen, einfach überwältigend. Ich war in der ersten Sekunde so unglaublich verliebt in Kurti und so unfassbar glücklich, dass ich diesen Moment nie vergessen werde. Und ich danke jeden Tag dem lieben Gott für dieses Geschenk und dem Ärzteteam während des Kaiserschnittes für die Professionalität und familiäre Atmosphäre.“ ■



Anna moderierte für verschiedenste TV-Sender – heute arbeitet sie für Channel 21

# UNSER BLUT

## DAS ERZÄHLT ES UNS



Damit unser Organismus jede Sekunde mit ausreichend Sauerstoff und anderen wichtigen Nährstoffen versorgt wird, pulsieren ca. 6–8 Liter Blut durch unseren Körper. Das Blut macht etwa

# 7%

unseres gesamten Körpergewichtes aus. Aufgrund der Größen- und Gewichtsunterschiede zwischen Männern und Frauen haben Männer durchschnittlich einen Liter Blut mehr im Körper als Frauen. Bei schwangeren Frauen nimmt der Blutanteil um ca. 50% zu. Bei Neugeborenen füllt das Blut knapp eine normale Tasse.



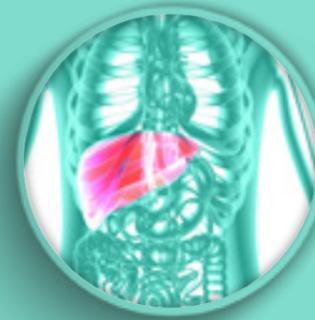
### CREATININ

Suchtest für die Beurteilung der Nierenfunktion. Bei deutlich eingeschränkter Nierenfunktion steigt das Creatinin im Blut an. Für geringe Funktionseinschränkungen gibt es empfindliche, aber auch deutlich teurere Teste (Cystatin C).



### HÄMOGLOBIN

Das Hämoglobin transportiert den Sauerstoff in die Körperzellen. Die Messung des roten Blutfarbstoffes gibt einen guten Hinweis, ob eine Blutarmut (Anämie) vorliegt.



### LEBERWERTE

Die vor allem in der Leber vorkommenden Enzyme ALAT (auch GPT genannt) und ASAT (GOT) sind bei erhöhter Aktivität ein wichtiger Hinweis auf eine akute oder chronische Lebererkrankung. Aus den Werten von ALAT und ASAT sowie der Anamnese und dem klinischen Befund können Schlussfolgerungen für die weitere Abklärung gezogen werden.



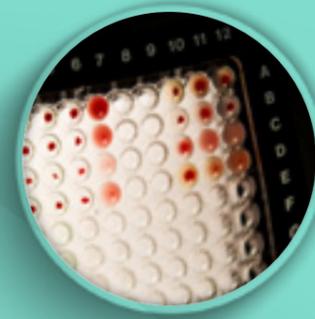
### LEUKOZYTEN

Die weißen Blutkörperchen haben wichtige Aufgaben bei der Abwehr von Infektionen. Sie werden in der Regel gemeinsam mit den roten Blutkörperchen, dem Hämoglobin sowie den für die Blutgerinnung wichtigen Thrombozyten gemessen. Erhöhte Leukozytenzahlen kommen bei Infektionen vor, aber auch erniedrigte Leukozytenzahlen geben Hinweise auf ablaufende Infektionsprozesse.



### SCREENING-TEST

aPTT und TZW (Quick-Wert): Screening-Tests auf angeborene oder erworbene plasmatische Gerinnungsstörungen



### BLUTGRUPPE

Blutgruppenbestimmung (ABO, Rh-Faktor, Antikörperscreening) für Patienten, bei denen eine Bluttransfusion zu erwarten ist



Blut besteht zu **50%** aus Wasser und zu 5% aus verschiedenen Zellarten: rote Blutkörperchen, weiße Blutkörperchen, Blutplättchen



Täglich werden **ca. 200 Milliarden** rote Blutkörperchen produziert



Würde man die roten Blutkörperchen eines erwachsenen Menschen seitlich aneinanderreihen, ergäbe sich eine Kette, die man fünfmal um den Äquator legen könnte. Die Gesamtoberfläche der roten Blutkörperchen beträgt **ca. 3.000 m<sup>2</sup>**— das entspricht ca. 720 Tischtennisplatten.



Spenderblut wird von **ca. 80%** aller Deutschen mindestens einmal im Leben benötigt. Um diesen Bedarf in Deutschland zu decken, sind ca. 15.000 Blutkonserven täglich notwendig.



Bei älteren Kindern und Jugendlichen entscheiden Arzt und Familie gemeinsam, welche Dialyseform zum Einsatz kommt



Sind die Fehlstellungen bereits im Kindesalter stark ausgeprägt oder begradigen sie sich nach dem 10. Lebensjahr nicht von selbst, muss die Ursache geklärt werden

## WENN DIE NIEREN IHREN DIENST VERWEIGERN

**Können die Nieren ihre lebenswichtigen Aufgaben wie Entgiftung, Steuerung des Wasser- und Salzhushaltes sowie Hormonproduktion nicht mehr ausreichend erfüllen, spricht man von Nierenversagen. Dann ist eine Nierenersatztherapie in Form von Dialyse notwendig.**

>>> Nicht nur Erwachsene sind davon betroffen, auch Kinder und Jugendliche müssen diese Blutwäsche auf sich nehmen, solange sie auf eine neue Niere warten. Die Dialyse übernimmt die Reinigungsfunktion der Nieren.

Dabei unterscheiden die Ärzte zwischen der Häm- und der Peritonealdialyse. Während bei der ersten Form ein externes Gerät das Blut des Patienten wäscht, dient bei der zweiten das Bauchfell (lateinisch: Peritoneum) als Filtermembran. Dabei wird die Bauchföldialyse täglich über zehn bis zwölf Stunden und die Hämodialyse nur dreimal pro Woche über vier bis fünf Stunden durchgeführt. „Insbesondere bei kleinen Kindern mit angeborenen schweren Nierenerkrankungen setzen wir vorrangig auf die Bauchföldialyse“, erklärt Dr. Simone Wygoda, Ärztliche Leiterin vom KfH-Nierenzentrum für Kinder und

Jugendliche am Klinikum St. Georg. „Während die jungen Patienten nachts schlafen, läuft die Dialyse. So sind die Kleinen tagsüber nicht in ihrem Bewegungsdrang eingeschränkt.“ Die Eltern werden in der Klinik intensiv geschult, sodass sie die Behandlung selbstständig daheim durchführen können.

Bei älteren Kindern und Jugendlichen entscheiden Arzt und Familie gemeinsam, welche Dialyseform zum Einsatz kommt. „Meist wird die Hämodialyse bevorzugt. Die Jungen und Mädchen haben somit die Möglichkeit, auch abends an Freizeitaktivitäten teilzunehmen“, so Dr. Wygoda. Damit Schüler weiterhin den Unterricht besuchen können, finden die Dialysen Montag- und Mittwochnachmittag sowie Samstagvormittag statt. Denn es ist wichtig, dass für die Patienten das soziale Netzwerk bestehen bleibt.

Chronische Nierenerkrankungen sind eine besondere Herausforderung für die gesamte Familie. Damit sie besser damit umgehen kann, steht das erfahrene Team aus Kinderneurologen, Psychologen, Dialyseschwwestern, Sozialpädagogen und Ernährungsberatern den jungen Patienten und deren Eltern zur Seite.

„Da wir das einzige Nierenzentrum in ganz Sachsen sind, ist unser Einzugsgebiet sehr groß. Wir haben auch Patienten, die bis zu zwei Stunden Anfahrtsweg zurücklegen“, betont Dr. Wygoda. Derzeit betreuen die Ärzte und Schwestern 15 ambulante Dialysepatienten im KfH-Nierenzentrum, das durch den gemeinnützigen Verein KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. getragen wird. ■

Ihre Ansprechpartnerin  
im Klinikum St. Georg



**Dr. med.  
Simone Wygoda**  
Ärztliche Leitung

KfH-Nierenzentrum für Kinder und Jugendliche  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3640  
E-Mail: kindernierenzentrum.leipzig@  
kkfh-dialyse.de

## X-BEIN-FEHLSTELLUNG IM KINDESALTER

**Als X- oder O-Beine bezeichnete Beinachsenfehlstellungen bei Kindern sind gerade in der Wachstumsphase durchaus normal. Bleibt die Fehlstellung jedoch bestehen, muss diese ärztlich behandelt werden, um Folgeerkrankungen im Erwachsenenalter zu vermeiden.**

>>> Beim O-Bein verläuft die Beinachse auf der Innenseite des Kniegelenks, bei der häufiger im Kindesalter auftretenden X-Bein-Fehlstellung auf der Außenseite. Die Ursachen für X-Beine sind vielfältig: sie können angeboren sein, durch einen falsch verheilten Knochenbruch entstehen oder durch Übergewicht hervorgerufen werden. In einigen Fällen führt eine Stoffwechselerkrankung zu einer Erweichung und nachfolgenden Fehlstellung des Knochens.

„Sind die Fehlstellungen bereits im Kindesalter stark ausgeprägt oder begradigen sie sich nach dem 10. Lebensjahr nicht von selbst, muss die Ursache geklärt werden“, betont Dr. Thomas Lehnert, Facharzt der Kinderchirurgie am Klinikum St. Georg. Zu diesem Zweck werden verschiedene Untersuchungs- und Messtechniken angewandt. Für eine exakte Diagnose ist zudem eine

Röntgen-Ganzbeinaufnahme notwendig, die Aufschluss darüber gibt, ob die Kniegelenksfehlstellung aus dem Ober- oder dem Unterschenkel resultiert.

Mittel- bis langfristig führt eine Achsfehlstellung zu einer Fehlbelastung der Gelenke und dadurch zu einer vermehrten Abnutzung und zu Beschwerden. Auch die Fehlstellung selbst verursacht Beschwerden, wenn die normale Beweglichkeit nicht mehr gegeben ist. Die Behandlung richtet sich nach der Ursache und dem Ausmaß der Fehlstellung. Daher stellt die Therapie von X-Bein-Fehlstellungen ein multimodales, ganzheitliches Konzept unter kinderärztlicher Aufsicht dar. „Im Vordergrund steht gerade bei übergewichtigen Kindern die nachhaltige Gewichtsreduktion. Bei begleitenden Fehlstellungen im Sprunggelenk können korrigierende Einlagen angewendet werden“, erklärt Dr. Thomas Lehnert die verschiedenen Möglichkeiten. Als letzter Schritt kann bei geeigneter Indikation eine wachstumslenkende Operation genutzt werden. „Ziel dabei ist, das Wachstum am Kniegelenk innenseitig durch sogenannte 8-Plates, die über minimalste Hautschnitte eingesetzt und fixiert wer-

den, zu stoppen und so einen Ausgleich der X-Bein-Fehlstellung zu erreichen“, erklärt der Kinderchirurg das Verfahren. Dies ist jedoch von der individuellen Wachstumsgeschwindigkeit des Patienten, also seinem Alter und dem Geschlecht abhängig. In Nachkontrollen wird der Erfolg vermessen. Sobald ein Ausgleich der Fehlstellung erfolgt ist, kann die Entfernung der 8-Plates erfolgen. ■

Ihr Ansprechpartner  
im Klinikum St. Georg



**Dr. med.  
Thomas Lehnert**  
Facharzt

Kinderchirurgie  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3648  
E-Mail: thomas.lehnert@sanktgeorg.de

# PROFESSOR DR. WOLFGANG BEUCHE

im Interview

## Wenn das Gedächtnis versagt

**Die Alzheimer-Erkrankung ist mit nahezu 60 Prozent die häufigste Form der Demenz. Aktuellen Schätzungen zufolge werden im Jahr 2030 allein in Deutschland rund zwei Millionen Alzheimer-Patienten leben. Doch noch immer stellt diese neurodegenerative Erkrankung Ärzte und Forscher vor viele Rätsel. Professor Dr. Wolfgang Beuche, Chefarzt der Klinik für Neurologie im Klinikum St. Georg, spricht im Interview unter anderem über den Krankheitsverlauf und die Diagnosemöglichkeiten.**

*Herr Professor Dr. Beuche, was sind die typischen Symptome einer Alzheimer-Demenz?*

Tatsächlich treten die ersten Demenz-typischen Veränderungen im Gehirngewebe bereits im mittleren Erwachsenenalter auf, lange bevor erste klinische Symptome sichtbar werden, und sie nehmen mit steigendem Alter stetig zu. Zur Demenz selbst kommt es dann erst, wenn ein großer Teil der Gehirnzellen bereits zerstört ist, das ist durchschnittlich ab dem 60. bis 70. Lebensjahr der Fall. Von dem privaten Umfeld wird die Demenz meist erst dann wahrgenommen, wenn die kognitiven Fähigkeiten zunehmend verloren gehen. Im Verlauf kommt es neben den Merkfähigkeitsstörungen auch zu Bewegungs- und Sprachanomalien. Der Betroffene kann irgendwann einfachste alltägliche Tätigkeiten nicht mehr ausführen, weil er beispielsweise nicht mehr weiß, was ein Rasierapparat ist und wie beziehungsweise wofür dieser benutzt wird. In diesem letzten Stadium sind Betroffene dann stark pflegebedürftig. Eine häufige Begleitscheinung der Vergesslichkeit ist irrationales Denken. Alzheimer-Patienten vergessen, wo sie etwas hingelegt haben, und vermuten dann, dass Angehörige oder andere Personen in ihrer Wohnung „geschnüffelt“ haben, weil sie es nicht oder an einem anderen Ort wiederfinden.

*Wie wird die Alzheimer-Krankheit diagnostiziert?*

Eine einwandfreie Diagnose ist zu Lebzeiten schwierig und so gesehen erst nach dem Tod mit dem pathologischen Befund möglich. Generell geht es in der Diagnose eher darum, andere mögliche Ursachen, die dieselben Symptome hervorrufen können, auszuschließen. Hierfür kommen beispielsweise die Computer- oder Positronen-Emissions-Tomografie zum Einsatz, die sichtbar machen, welche Regionen des Gehirns Anomalien aufzeigen. Auch eine Lumbalpunktion, bei der Gehirn-Rückenmarksflüssigkeit entnommen und chemisch untersucht wird, ist möglich.

über mögliche Demenz-Erkrankungen. Weiterhin gibt es den Uhrentest. Das Uhrenlesen ist ein relativ komplexer Vorgang, den der Mensch lernen muss und der bei einer Demenz früh abhandenkommt.

*Wie kann eine diagnostizierte Alzheimer-Erkrankung behandelt werden?*

Trotz jahrelanger Forschung auf dem Gebiet gibt es keine Behandlungsmethode, die die Krankheit heilen oder verlangsamen könnte, da beim Auftreten der ersten Symptome bereits ein Großteil der Gehirnzellen irreversibel geschädigt ist. Man müsste also sehr früh in den Krankheitsprozess eingrei-



*Alzheimer kostet den Patienten und seine Familie viel Kraft. Daher ist pflegerische Hilfe oft unumgänglich.*

Neben den technischen und bildgebenden Diagnoseverfahren gibt es einige einfache psychometrische Testverfahren, die relativ schnell Aufschluss geben.

*Können Sie diese Testverfahren näher erläutern?*

Ich wende sehr gern den standardisierten MOCA-Test an. Hierfür müssen Patienten unterschiedliche Fragen beantworten beziehungsweise kleine Aufgaben lösen, beispielsweise einen Würfel nachzeichnen, Tiere benennen, sich bestimmte Wörter merken und einfache Rechenaufgaben lösen. Schon die Herangehensweise an bestimmte Aufgaben gibt hier Aufschluss

fen, um zu verhindern, dass die charakteristischen Eiweißablagerungen innerhalb der Nervenzellen und im Gehirn, die sich zu Plaques verklumpen, entstehen. Das ist wiederum schwierig, da der Betroffene die Veränderungen nicht wahrnimmt. Deswegen können wir in der Regel nur die mit Alzheimer auftretenden Begleitscheinungen medikamentös behandeln und versuchen, die verbleibende Lebensqualität dadurch möglichst lange aufrechtzuerhalten.

*Was passiert nach der Diagnose?*

Der stationäre Aufenthalt ist, sofern keine anderen Erkrankungen vorliegen und hinsichtlich der nicht vorhandenen Heilungs-

chancen, keine Option. Letztlich entscheiden die Angehörigen über den weiteren Fortgang. Wird eine Pflege zu Hause in der Familie ausgeschlossen, dann unterstützt unser Sozialdienst die Angehörigen bei der Überleitung in ein Pflegeheim.

Ihr Ansprechpartner  
im Klinikum St. Georg

**Prof. Dr. med. habil.  
Wolfgang Beuche**  
Chefarzt

Klinik für Neurologie  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3701  
E-Mail: neurologie@sanktgeorg.de

# MEHR FREIHEIT FÜR HERZKRANKE

Überwachung der Patienten  
rund um die Uhr



Als Klaus Rudolph in Polen Urlaub machte, geriet sein Herzschlag aus dem Takt. Der Leipziger merkte von diesen Herzrhythmusstörungen nichts, doch im Klinikum St. Georg schrillten die Alarmglocken. Denn der 76-Jährige gehört zu den insgesamt 1.689 Patienten des „Telemedizinischen Kardionetzwerkes Westsachsen“, das Herzranke Tag und Nacht über ein telemetrisches Implantat überwacht.

»» Im Rahmen des Projektes setzen die Ärzte vom Klinikum St. Georg auf Home-Monitoring-fähige Geräte wie Herzschrittmacher, Defibrillatoren und Biomonitore. Diese sind ausgestattet mit einem kleinen Sender, der automatisch und tagaktuell alle patienten- und implantationsspezifischen Parameter drahtlos über ein mobilfunkfähiges Übertragungsgerät (den CardioMessenger) an das Klinikum übermittelt. Dank dieses Senders im Implantat wurde das St. Georg auf die kritischen Werte von Klaus Rudolph aufmerksam. Die Ärzte bestellten den Patienten vorfristig in die Klinik ein und versorgten ihn medizinisch.

„Zur Auswertung der Daten hat die Klinik für Kardiologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin extra ein Monitoring Center eingerichtet. Speziell geschultes Personal und ein verantwortlicher Kardiologe sichten dort alle Patientendaten. Werden bei einem Herz-Kreislauf-Erkrankten kritische Werte festgestellt, informiert der Kardiologe umgehend den für die Nachsorge zuständigen Arzt“, erklärt Dr. Iris Minde, Geschäftsführerin des Klinikums. Für die am Projekt beteiligten Patienten hat diese Art der Rund-um-die-Uhr-Überwachung erhebliche Vorteile. „Die Technologie erlaubt uns, den Zustand der Patienten unabhängig davon, wo sich der Betroffene gerade aufhält, zu überprüfen. Dies ermöglicht eine bedarfsgerechte und effiziente Versorgung“, betont

Professor Dr. Andreas Hartmann, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin. „So reduzieren sich beispielsweise die routinemäßigen Implantatnachkontrollen beim niedergelassenen Arzt. Außerdem werden dank der kontinuierlichen Überwachung Veränderungen schneller erkannt und so Folgeerkrankungen und Krankenhauseinweisungen vermieden.“

## Vorhofflimmern frühzeitig erkennen

So haben zum Beispiel Menschen mit Vorhofflimmern ein fünffach erhöhtes Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden. Vorhofflimmern ist eine Herzrhythmusstörung, bei der es zur Bildung von Blutgerinnseln im Herzen und dadurch zu einem folgenschweren Schlaganfall kommen kann. Die Patienten selbst merken häufig jedoch nichts von diesen Arrhythmien und deshalb bleiben sie oft unerkannt. Durch ein telemetrisches Implantat kann Vorhofflimmern wesentlich früher erkannt und damit einem Schlaganfall vorgebeugt werden. „Dank des Implantats fühle ich mich sicherer. Das Wissen, dass meine Werte regelmäßig von Fachleuten gesichtet und ausgewertet werden, beruhigt ungemein. Statt permanent in Angst vor einem möglichen Schlaganfall zu leben, kann ich meinen Alltag nun wieder genießen“, erzählt Klaus Rudolph.

Ärzte vom  
Klinikum St. Georg  
setzen auf Home-Monitoring-  
fähige Geräte bei  
**Herzschrittmachern,  
Defibrillatoren und  
Biomonitoren**

Das Netzwerk ist bundesweit einzigartig. Es wurde im Januar 2013 gegründet und wächst seither stetig. Inzwischen beteiligen sich 33 Kliniken und niedergelassene Ärzte aus ganz Sachsen. Ziel ist es, die Betreuungs- und Versorgungsqualität von Herz-Kreislauf-Erkrankten mittels eines telemetrischen Implantates in ganz Sachsen sicherzustellen. Gefördert wurde das Netzwerk bisher aus Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung und des Freistaates Sachsen.

„Wir sind bemüht, eine Betreuung des Projekts auch weiterhin zu gewährleisten. Denn gerade vor dem Hintergrund des demografischen Wandels und damit steigender Patientenzahlen sowie abnehmender Arztdichte, vor allem im ländlichen Raum, kann mit dem Kardionetzwerk eine flächendeckende Versorgung gewährleistet und das Gesundheitssystem dauerhaft entlastet werden“, so Dr. Iris Minde. ■

Ihre Ansprechpartner  
im Klinikum St. Georg



**Prof. Dr. med. habil.  
Andreas Hartmann**  
Chefarzt

Klinik für Kardiologie | Angiologie und  
Internistische Intensivmedizin  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-2301  
E-Mail: kardiologie@sanktgeorg.de



**Susanne Reichelt**  
Projektkoordinatorin

Telemedizinisches Kardionetzwerk  
Westsachsen  
Telefon: 0341 909-4561  
E-Mail: kardionetzwerk@sanktgeorg.de



# Millionenfache Plagegeister

**Im ersten Quartal des Jahres bahnen sie sich ihren Weg in die Luft – Millionen von Pollen, die vom Wind teilweise bis zu mehrere Hundert Kilometer weit getragen werden. Mit der wiedererblühenden Natur beginnt für Allergiker die Leidenszeit.**

»» Die Nase juckt und läuft, die Augen tränen. In Deutschland leidet inzwischen fast jeder Sechste unter Heuschnupfen – Tendenz steigend. Auslöser der Allergieattacken sind Pollen von Bäumen, Sträuchern, Gräsern oder Getreide, die über die Atemwege aufgenommen werden. Aufgrund des Klimawandels beginnt die einsetzende Blüte sehr viel eher als noch vor Jahren. Bei milden Temperaturen fliegen die ersten Pollen bereits im Winter – die Saison für Pollenallergiker beginnt mit Zaubernuss, Hasel und Erle mittlerweile schon im Januar oder Februar. Im April und Mai folgen Pappel, Weide, Birke, Eiche und Buche. Über die genauen Flugzeiten können sich Betroffene anhand eines Pollenflugkalenders im Internet informieren.

## Ein Unglück kommt selten allein

Pollenallergiker leiden in vielen Fällen an einer Kreuzallergie und vertragen manche Lebensmittel nicht. Wer beispielsweise auf Birke, Erle und Hasel reagiert, verträgt oft Nüsse und einige rohe Obstsorten wie Birne, Pfirsich, Pflaume, Kirsche und Mandel nicht. „Bei Äpfeln kommt es auf die Sorte an. So können Birkenallergiker beispielsweise sogenannte alte Sorten wie den Boskop auch roh essen. Hier gilt: Besser einmal probieren als gänzlich auf frisches Obst zu verzichten“, rät Professor Dr. Eberhard Meister, der als Chefarzt die



HNO-Ambulanz am Klinikum St. Georg leitet. Bei Beifußpollen-Allergien können Kreuzreaktionen auf Sellerie, Fenchel und Karotten sowie auf einige Gewürze wie Anis, Curry, Kümmel, Pfeffer und Muskat auftreten.

## Effektive Behandlungsmethoden

Neben den erkältungsähnlichen Symptomen kommen bei starken allergischen Reaktionen weitere Symptome wie Husten, Atemnot, Asthma bronchiale, Magen-Darm-Störungen, Migräne oder Hautekzeme dazu. Betroffene, die erste Anzeichen von Heuschnupfen bemerken, sollten deswegen rasch einen Arzt aufsuchen. Denn nur mit einer konsequenten Behandlung kann verhindert werden, dass sich aus dem Heuschnupfen ein allergisches Asthma entwickelt. In der HNO-Ambulanz der Poliklinik des Klinikum St. Georg können allergisch bedingte Erkrankungen diagnostiziert und behandelt werden. Hierfür führen HNO-Fachärzte und Allergologen zunächst

ein ausführliches Anamnesegespräch mit den Patienten. Beim sogenannten Pricktest werden spezielle Allergenextrakte auf die leicht angeritzte Haut aufgetragen, um festzustellen, gegen welche Stoffe eine Empfindlichkeit vorliegt. Weiterhin können Blut- und Provokationsteste durchgeführt werden. „Sobald geklärt ist, welche allergische Sensibilisierung

zugrunde liegt, kann mit der Behandlung mit entsprechenden Antiallergika wie Augentropfen, Nasen- oder Bronchialsprays begonnen werden. Diese verschaffen meist jedoch nur kurzzeitig Linderung. Um ein Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern, ist eine spezifische, auf das Allergen gerichtete Therapie – auch Hyposensibilisierung genannt – notwendig“,

erklärt Dr. Gerit Herzog, Fachärztin für HNO-Heilkunde am Klinikum St. Georg. ■

**Termine zur Allergiediagnostik in der HNO-Ambulanz können telefonisch über 0341 909-2383 oder per E-Mail an [hno-termine@sanktgeorg.de](mailto:hno-termine@sanktgeorg.de) vereinbart werden.**

<b>Februar   März</b>	Hasel- und Erlenpollen
<b>Apri   Mai</b>	Pappel   Weide   Birke   Eiche   Buche
<b>Ende Mai   Juni</b>	Roggen- und andere Getreidepollen sowie die meisten Süßgräser auf Wiesen und Weiden
<b>Juli   August</b>	Brennnessel   Beifuß   Wegerich

Ihr Ansprechpartner  
im Klinikum St. Georg



**Prof. Dr. med. habil.  
Eberhard F. Meister**  
HNO-Chefarzt

Ambulanz für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-2371  
E-Mail: [hno@sanktgeorg.de](mailto:hno@sanktgeorg.de)



findet eine Erhöhung der Konzentration statt und die sogenannten Alpha-Rhythmen im Gehirn werden aktiviert. Mit Hilfe des „Unbewussten“ werden verborgene Ursachen für Probleme, Störungen und Erfolgshemmungen erkannt und gelöst.

### Verliert man unter Hypnose die Kontrolle, so wie bei der Show-Hypnose?

>>> Show- oder Bühnen-Hypnose hat nichts zu tun mit seriöser Hypnosearbeit. Dabei geht es um Unterhaltungseffekte, indem bereitwillige „Opfer“ scheinbar gegen ihren Willen absurde oder alberne Dinge tun, die sie angeblich nicht kontrollieren können und an die sie sich anschließend angeblich auch nicht mehr erinnern können. Im sicheren Rahmen der Hypnotherapie behalten Sie die volle Kontrolle über das, was bearbeitet wird, und über das Tempo, in dem diese Arbeit vollzogen wird.

### Stimmt es, dass man sich nach der Hypnose an nichts mehr erinnern kann?

>>> Nein. Patienten können sich nicht nur an die gesamte Sitzung erinnern,

sondern behalten auch sehr oft starke und bildhafte Eindrücke im Gedächtnis, die sie nachhaltig bei der Umsetzung ihrer in Trance entwickelten Lösungsstrategien begleiten und unterstützen.

### Wie lang dauert eine Therapie?

>>> Auch wenn eine Voraussage über die Dauer einer Therapie im Einzelfall immer schwierig ist, hat sich Hypnosetherapie als ein ausgesprochen schnell und nachhaltig wirksames Verfahren erwiesen. Daraus resultiert eine deutlich kürzere Behandlungsdauer als bei anderen psychotherapeutischen Verfahren.

### Wo kann Hypnose helfen?

>>> Das Anwendungsgebiet ist breit gefächert. Sie wird unter anderem eingesetzt bei Angststörungen und Panikattacken, bei unerfülltem Kinderwunsch, bei Depressionen, Antriebs-, Selbstwert- oder Zwangsstörungen sowie bei Überforderungs- und Stresssymptomen wie Migräne oder Magen-Darm-Beschwerden. Weiterhin verzeichnet die Hypnose auf den Gebieten der Raucher-Entwöhnung, der Trauer- und Trauma-Bewältigung und der Schmerztherapie sowie bei Ess- und Sprechstörungen große Erfolge. Dennoch

Ihre Ansprechpartnerin  
im Klinikum St. Georg



**Dr. med.  
Simone Wötzel**  
Oberärztin

Klinische Hypnosetherapie | Blutegeltherapie  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-4670  
E-Mail: simone.woetzel@sanktgeorg.de

sollte eine Hypnose nie den Gang zum Arzt ersetzen. Hypnose kann die Heilung allerdings fördern, unterstützen und optimieren.

### Kann jeder Mensch hypnotisiert werden?

>>> Grundsätzlich kann jeder Hypnosetherapie für sich nutzen, weil die Fähigkeit, in Trance zu gehen, angeboren ist. Der Mensch nutzt sie in vielen Alltagssituationen, ohne dabei die Kontrolle zu verlieren. Trance ist alles, was nicht mit der bewussten Aufmerksamkeit gelenkt wird. Das sind zum Beispiel Dinge, die man routiniert macht, wie beispielsweise Stricken, Lesen oder Joggen.

Anzeige

# HEILUNG DURCH HYPNOSE – FUNKTIONIERT DAS WIRKLICH?

Bei dem Begriff Hypnose denken die meisten sofort an Pendel oder in Trance herumtanzende Menschen. Dabei ist die klinische Therapieform längst zu einer anerkannten Behandlungsmethode geworden, die sichtbare Erfolge verbuchen und physische sowie psychische Beschwerden lindern kann.

### Was passiert bei der Hypnose?

>>> Bei der medizinischen Hypnose begibt sich der Patient unter Anleitung eines ausgebildeten Mediziners selbstständig in Trance. In diesem veränderten Bewusstseinszustand

Klinikum **ST.GEORG**

## Sie wollen keine Sprechstunde mehr verpassen?

Gern senden wir Ihnen das Magazin kostenfrei nach Hause. Schicken Sie uns dafür eine E-Mail an [gewinnspiel@sprechstunde-leipzig.de](mailto:gewinnspiel@sprechstunde-leipzig.de) oder eine Postkarte an Gecko Networks GmbH, Stichwort: Sprechstunde Leipzig | Arthur-Hoffmann-Str. 66 | 04275 Leipzig. Vergessen Sie Ihre Adresse nicht! Viel Freude beim Lesen!

[sprechstunde-leipzig.de](http://sprechstunde-leipzig.de)



# Zwischen Bewusstsein und Schlaf



**Schätzungsweise 10.000 Menschen in Deutschland leben im Wachkoma. Ein Syndrom, das in der Medizin immer noch Rätsel aufwirft. Noch immer weiß man nicht, ob und wie bewusst Wachkoma-Betroffene ihre Umwelt wahrnehmen. Klar ist nur, dass Patienten auch nach mehreren Jahren noch Entwicklungsfortschritte machen oder sogar wieder aufwachen. Die umfassende soziale und therapeutische Betreuung in entsprechenden Einrichtungen wie dem Pflegeheim des Klinikums St. Georg ist deswegen umso wichtiger.**

»» 2001 eröffnete das Pflegeheim für Menschen im Wachkoma auf dem Gelände des Klinikums. Acht Doppel- und vier Einzelzimmer bieten insgesamt Platz für 20 Bewohner. Patrick Seidel war der erste Bewohner. Der junge Mann erlitt im Oktober 2000 einen Autounfall, 30 Minuten lang war die Sauerstoffzufuhr zum Hirn unterbrochen, bis der Krankenwagen eintraf. Seitdem befindet sich der heute 36-Jährige im wachkomatösen Zustand. Auch nach 15 Jahren fällt es seinen Eltern immer noch schwer, über das Geschehene zu sprechen. Bis zu drei Mal in der Woche besuchen sie ihren Sohn, nehmen ihn mit zu Ausflügen in die Stadt und versuchen ihm weitestgehend Normalität zu vermitteln. Dank der intensiven therapeutischen Betreuung im Pflegeheim kann sich Patrick inzwischen über kleine Gesten artikulieren. „Wir haben ihm beigebracht, über Blinzeln ‚ja‘ und ‚nein‘ zu sagen. Wenn ihm etwas gefällt, lacht er“, erzählt Vater Klaus-Dieter. Es sind diese Kleinigkeiten, an denen sich die Eltern erfreuen. Doch es gibt eben auch die schlechten Tage, wie Klaus-Dieter Seidel anmerkt:

„Dann reagiert er gar nicht und man weiß nicht, ob er unsere Anwesenheit oder das Gesagte überhaupt wahrnimmt.“

Die alltägliche, permanente Kommunikation und die Förderung von Wachkomapatienten sind dennoch unabdingbar. „Wir arbeiten nach dem Grundsatz, dass unsere Bewohner alles um sich herum wahrnehmen, auch wenn sie nicht in der Lage sind, entsprechend darauf zu reagieren“, betont Verena Sowade. Denn selbst nach vielen Jahren können sich durchaus Fortschritte einstellen. Umso wichtiger sind die regelmäßigen therapeutischen Angebote wie Logopädie, Physio- und

Vorlieben und Gewohnheiten des Betroffenen, an denen wir dann den Tages- und Therapieverlauf so gut wie möglich ausrichten. Für Langschläfer versuchen wir so beispielsweise die erste Therapiestunde etwas später beginnen zu lassen“, erklärt Verena Sowade.

Im Sinne der ganzheitlich aktivierend-rehabilitativen Pflege ist der Personalschlüssel im Pflegeheim für Wachkoma im St. Georg dreimal so hoch wie in Seniorenpflegeheimen. Insgesamt betreuen 20 Pflegekräfte ebenso viele Bewohner. Neben der therapeutischen Pflege sorgen zudem verschiedene Ausflüge und Feste sowie Musik- oder Vorlesenachmittage für einen abwechslungsreichen Tagesablauf.

Ebenso wichtig wie die Bedürfnisse der Bewohner ist auch der vertrauensvolle Umgang mit den Angehörigen, um ihnen die psychisch belastende Situation zu erleichtern. So können Verwandte und Bekannte ihre Lieben beispielsweise jederzeit im Pflegeheim im St. Georg besuchen und auf Wunsch einzelne pflegerische Tätigkeiten selbst ausführen. Im Falle einer Zustandsverschlechterung dürfen die Angehörigen auch über Nacht bleiben, um in den letzten Stunden Abschied zu nehmen. Verschiedene soziale Angebote wie jährliche Ausflüge oder ein regelmäßig stattfindender runder Tisch geben zudem Gelegenheit, außerhalb des Pflegeheims einmal auf andere Gedanken zu kommen. Auch die Seidels nutzen diese Möglichkeiten und sind dankbar für die engmaschige Betreuung durch das Pflegeheim. ■

Schätzungsweise  
**10.000**  
Menschen in Deutschland  
leben im Wachkoma

## Was genau ist Wachkoma und wie wird es verursacht?

»» Wachkoma, auch als apallisches Syndrom bezeichnet, ist eine Form des Komas, in dem der Mensch bestimmte Reflexe und Bewegungen zeigt, aber nicht bei Bewusstsein ist. Dieser Zustand wird hervorgerufen durch eine schwere Hirnschädigung, die beispielsweise durch ein Schädel-Hirn-Trauma, Schlaganfälle, Sauerstoffmangel, eine Hirnhautentzündung oder einen Hirntumor verursacht werden kann. Im Wachkoma funktioniert das Großhirn nicht mehr, während die vom Hirnstamm gesteuerten Zentren des vegetativen Nervensystems (Atemzentrum, Herz-Kreislauf-Regulation, Schlaf-Wach-Rhythmus) sowie Kau-, Schluck-

und ungezielte Schmerzreflexe noch ordnungsgemäß arbeiten. Atmung und Herz-Kreislauf-Aktivitäten sind in der Regel konstant, sodass sie keiner lebenserhaltenden Apparate bedürfen. Trotz der „scheinbaren“ Wachheit können die Patienten jedoch nicht willentlich in Kontakt mit ihrer Umwelt treten. Sie leiden im Wachkoma zudem an einer vollständigen Lähmung des Körpers. Einige Menschen verweilen viele Jahre in diesem Zustand, teilweise sogar bis an ihr Lebensende, für andere ist er unter Umständen ein Durchgangsstadium auf dem Wege der Besserung und des tatsächlichen „Wiedererwachens“. ■

Ihre Ansprechpartnerin  
im Klinikum St. Georg



**Verena Sowade**  
Leiterin

Pflegeheim für Menschen  
im Wachkoma  
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-2867  
E-Mail: verena.sowade@sanktgeorg.de

Anzeige

**Klinikum St. GEORG**

### Informationsabend mit Kreißaalbesichtigung

Wir laden Sie herzlich ein zu unseren wöchentlich stattfindenden Informationsveranstaltungen mit der Besichtigung der Kreißäle. Hier können Sie erste Eindrücke gewinnen und unser geburtshilfliches Team kennenlernen. Selbstverständlich beantworten wir Ihnen gern ihre individuellen Fragen.

**Ort: Haus 20 | 2. Etage  
Konferenzraum neben Kreißaal**  
jeden Dienstagnachmittag (außer an Feiertagen)

Um eine telefonische Voranmeldung unter 0341 909-3535 wird gebeten.  
[www.sanktgeorg.de](http://www.sanktgeorg.de)

Mit gesundem Essen und guter Laune ins Frühjahr!



>>> „Essen macht glücklich“ – das ist kein Mythos, sondern wissenschaftlich erwiesen. Manche Nahrungsmittel können die Stimmung des Menschen beeinflussen. „Die essenzielle Aminosäure Tryptophan, die in Käse, Fisch, Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen und Eiern enthalten ist, kurbelt beispielsweise die körpereigene Produktion des ‚Glückshormons‘ Serotonin an“, erklärt Carola Dehmel, Leitende Diätassistentin der Speiseversorgung im Klinikum St. Georg. „Dieser Eiweißstoff sollte deshalb täglich mit der Nahrung aufgenommen werden.“ Zwischen den Hauptmahlzeiten kann beispielsweise eine Handvoll Nüsse geknabbert werden – egal ob Erdnüsse, Cashewkerne, Hasel-, Walnüsse oder Mandeln.

Oder wie wäre es, die Brötchen für das nächste Frühstück einfach mal selbst zu backen, statt sie zu kaufen? Auch vegetarische Brotaufstriche lassen sich schnell zu Hause zubereiten. Die nachfolgenden Rezeptvorschläge helfen bei der Umsetzung. ■

### Selbst gebackene Brötchen (für 6 bis 8 Stück)

#### Zutaten

- 150 g Magerquark
- 5 Esslöffel Milch
- 7 Esslöffel Rapsöl (oder Olivenöl usw.)
- 1 Ei
- 1 Teelöffel Salz
- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 100 g Roggenvollkornmehl
- 1 Beutel Backpulver
- 50 ml Wasser
- etwas Wasser zum Bestreichen

#### Zubereitung

Das Mehl mit dem Backpulver in einer Schüssel vermischen. Magerquark, Milch, Öl, Ei, Salz und das Wasser mit einem Schneebesen verrühren. Anschließend das Mehl unter die Quarkmasse heben und zu einem Teig verkneten, kleine Brötchen formen und mit Wasser bestreichen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Brötchen darauflegen und im Ofen auf mittlerer Schiene bei Umluft 180 °C (200–220 °C normal) etwa 15 bis 20 Minuten backen. Dazu einen kleinen hitzebeständigen Topf mit Wasser in den Backofen stellen. Die Brötchen sind fertig, wenn sie beim Klopfen hohl klingen.

„Wer den Geschmack etwas variieren möchte, kann zum Beispiel Kümmel, Anis, Mohn-, Sesamsamen, Sonnenblumen-, Kürbiskerne, Leinsamen, Rosinen, Haferflocken, Nüsse usw. dem Teig zugeben“, empfiehlt Carola Dehmel.

### Frische Rote-Bete-Creme mit Dill (für 4 Personen)

#### Zutaten

- 1 Rote Bete (etwa 250 g)
- Salz
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Bund Dill
- 150 g Schmand (alternativ: Crème fraîche und saure Sahne gemischt oder Joghurt naturell und 20 ml Schlagsahne)
- 1 Teelöffel Zitronensaft
- 1 Teelöffel Honig
- 1 Knoblauchzehe
- Pfeffer (frisch gemahlen)
- 1 Prise gemahlene Kümmel

#### Zubereitung

Die Rote Bete waschen und in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und salzen. Das Wasser zum Kochen bringen und die Rote Bete circa 45 Minuten garen – bis sie weich ist.

Die Zwiebel schälen und sehr fein schneiden. Den Dill waschen und trocken schüteln, die Spitzen abzupfen und hacken. Die Rote Bete schälen und auf der Rohkostreibe fein raspeln oder mit dem Passierstab fein pürieren.

Anschließend die Rote Bete, die Zwiebeln und den Dill mit dem Schmand, dem Zitronensaft und dem Honig vermengen. Den Knoblauch schälen und ebenfalls dazu pressen.

Zum Abschluss die Creme gut durchrühren und mit Salz, Pfeffer und Kümmel pikant abschmecken.

Ihre Ansprechpartnerin im Klinikum St. Georg



**Carola Dehmel**  
Leitende Diätassistentin

Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig  
Telefon: 0341 909-3344  
E-Mail: carola.dehmel@sanktgeorg.de

## GEHIRNJOGGING GEWINNSPIEL-TEILNAHME



Unterhaltung

Gebärden- und Mienen-spiel	Einfall, Gedanke	Abkürzung für Direktor	Zimtart	durchtriebene Person (ugs.)	römischer Liebesgott	Fluss zur Elbe	Lastenheber	Viehhüter	in der Musik: gebunden	veraltet: gerade, eben	Binnenstaat in Ostafrika
Segelbefehl	Ärger, Wut	anfänglich	Schultertuch	kräftig, kernig	Peddigrohr	Ton- und Datenträger (Abk.)	Teil des Wagens				
Vorname Hemingways	unwirklich	Farb-, Arzneigrundstoff	Trinkgefäß								
voller Lebenskraft, munter	Doppel-ehe										
Umlaufbahn eines Satelliten	Hast										
Zauber-, Geheimkunst	hochgewachsen, groß	Fensterabdunkelung	Güte, Nachsicht								
lettische Hauptstadt	dt. Dichter (Hermann)	Roll- und Eiskunstlauf figur	Laubbaum								
Schubfach	Rassehund; Faustkämpfer	Riese d. griechischen Sage	weiches Mineral	ölhaltige Nutzpflanze	eng bemessen	Segelbaum	schmelzen (Schnee)	Gallert aus Gelatine, Knochen	Übriggebliebenes		
	in die Jahre kommen				flaches Land am Meer				Kindertagesstätte	zarte, anmutige Märchengestalt	
Pferdegangart	Singstimme	Stadt in der Schweiz					chem. Zeichen für Nickel	Kirchenmusikinstrument			
Spaß; Unfug					Mensch im Rentenalter				arabischer Männername		
Baumteil				Name des ersten sowjet. Satelliten				Ausdehnungsbegriff			
											persönliches Fürwort

GREAT BARRIER REEF

jetzt mitmachen

Sie haben es rausgekrigert? Dann senden Sie das Lösungswort per Postkarte an:  
Klinikum St. Georg | Stichwort: Sprechstunde Leipzig | 04129 Leipzig | oder per E-Mail an: gewinnspiel@sprechstunde-leipzig.de

Zu gewinnen gibt es 1 X 2 Eintrittskarten für die Ausstellung GREAT BARRIER REEF im Panometer Leipzig.

Einsendeschluss ist der 31.07.2016. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten werden aus versandtechnischen Gründen gespeichert und nicht an Dritte weitergegeben. Der Gewinn wurde gesponsert.

Die Gewinner der letzten Ausgabe sind Fritz Dost, Gudrun Fiedler, Dr. Beate Cebulla, Gunther Fischer.



# Kabarett academixer

## Der Leipziger Kult wird 50!

Sie sind ein Teil der Leipziger Kulturlandschaft wie das Völkerschlachtdenkmal und das Gewandhaus: die academixer. Das Kabarett-Ensemble debütierte 1966 und feiert 2016 sein 50-jähriges Bestehen. Für dieses Jubiläum haben sich die Verantwortlichen etwas ganz Besonderes einfallen lassen: Im September sind Festwochen rund um die academixer geplant, die an ihrem Geburtstagswochenende in einem umfangreichen Programm gipfeln werden. Doch bevor diese aufregende Zeit beginnt, stand uns Stamm-Kabarettistin Katrin Hart für einige Fragen Rede und Antwort. Sie selbst ist seit 1969 Mitglied der Formation. In der Sprechstunde Leipzig gibt sie einen ganz persönlichen Einblick in ihren Alltag.

### Katrin Hart

| geboren 1950  
in Berlin

| Studium der Kultur-  
und Theaterwissenschaft  
in Leipzig

| gehört zum Stamm-Ensemble  
der academixer

| war verheiratet mit Kabarettist,  
Autor und Sänger Jürgen Hart  
(2002 verstorben)



#### Leipzig ist ...

grün, bunt, lustig, nicht zu groß und nicht zu klein, ich liebe es, weil es mein Zuhause ist. Dafür engagiere ich mich zusammen mit vielen Bewohnern dieser Stadt und deshalb haben wir auch die Stiftung „Bürger für Leipzig“ vor über zehn Jahren gegründet. Hier ist jeder willkommen und kann sich einbringen.



#### Wenn ich richtig gut essen will, dann ...

kaufe ich auf dem Wochenmarkt ein, koche mutig drauf los und lade mir Gäste ein, weil ich gerne gutes Essen mit guten Gesprächen verbinde.



#### Zum Frühstück gibt es bei mir ...

viel: Käse, Ei, Obst, Gemüse, Nüsse, Brötchen u.a.m., weil ich mich für den ganzen Tag stärken muss.



#### Ganz vorn in meinem Musikregal steht ...

Element of Crime neben Bach, Beethoven und Astor Piazzolla, weil es schlecht aussehen würde, wenn da nur Jürgen Harts „Sing, mei Sachse, sing“ vertreten wäre ...



#### Mein letzter Film im Kino war ...

nee, ich war im Theater, weil es im Kino gerade nichts Passendes gab, und habe „Kabale und Liebe“ im Schauspielhaus gesehen, spannende Inszenierung eines Klassikers(!).



#### Ich freue mich am meisten auf ...

mein neues Enkelkind in diesem Jahr!



#### Früher dachte ich immer, ich werde ...

Kamerafrau, weil ich mich sehr für Fotografie und Filme interessierte und auch Filmkopierfacharbeiter gelernt habe. Aber mit dem Studium in Leipzig kam alles ganz anders.



#### Meine erste Erinnerung, die ich mit Leipzig verbinde, ist ...

meine Ankunft auf dem Hauptbahnhof und die ersten Schritte in der Stadt, wo mir nichts gefallen hat und ich mir nur dachte: Hier bleibste nicht lange. Das war im September 1969!



# Vorschau

Sommer | 2016



● Komplementäre Medizin (Akkupunktur | Osteopathie)



● Angststörungen



● Schlafstörungen



● Ratgeber zu Zeckenstichen

## Impressum

„Sprechstunde Leipzig –  
Das Gesundheitsmagazin“

### Herausgeber

Klinikum St. Georg gGmbH  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig  
Geschäftsführerin: Dr. Iris Minde  
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig

### Gecko Networks GmbH

Arthur-Hoffmann-Straße 66 | 04275 Leipzig

### Chefredaktion

Martin Schmalz (verantwortlich)  
Pressesprecher und Leiter Unternehmenskommunikation  
Klinikum St. Georg gGmbH  
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig  
E-Mail: unternehmenskommunikation@sanktgeorg.de

### Antje Duscha (verantwortlich)

Martin Hirschmann (Grafikdesign)  
Gecko Networks GmbH  
Arthur-Hoffmann-Straße 66, 04275 Leipzig  
Telefon: +49 (0)341 21204-800  
Telefax: +49 (0)341 21204-804  
E-Mail: redaktion@gecko-networks.de

### Druck und Verlag

Gecko Networks GmbH

## Bildnachweise

© Studio Ringleben | www.studio-ringleben.de  
© Ramona Heim | fotolia.com  
© Sebastian Kaulitzki | fotolia.com  
© PhotoSky.4t.com  
© sarsmis | fotolia.com  
© Picture-Factory | fotolia.com  
© monropic | fotolia.com  
© Photographee.eu | fotolia.com  
© abhijith3747 | fotolia.com  
© supertramp8 | fotolia.com  
© Andrey Popov | fotolia.com

Klinikum | **St.GEORG**

Die Veranstaltungen  
sind kostenfrei.  
Eine Anmeldung  
ist nicht erforderlich.

# Infoabende 2016

| in der Stadtbibliothek Leipzig  
| jeweils Montag um 18:00 Uhr

Dr. Peter Grampp  
Burnout –  
was kann ich tun?

01.02.2016



bereits  
stattgefunden

Professor Dr. Eva Robel-Tillig  
Zu früh auf der Welt: Was sollten  
die Eltern über Frühchen wissen?

11.04.2016



bereits  
stattgefunden

Privatdozent Dr. Adrian Dragu  
Über Wunden und wie die moderne  
Plastische Chirurgie helfen kann

06.06.2016



bereits  
stattgefunden

Dr. Gert Hennig  
Gefährliche Enge in den Beinen –  
Gefäßerkrankungen

29.08.2016

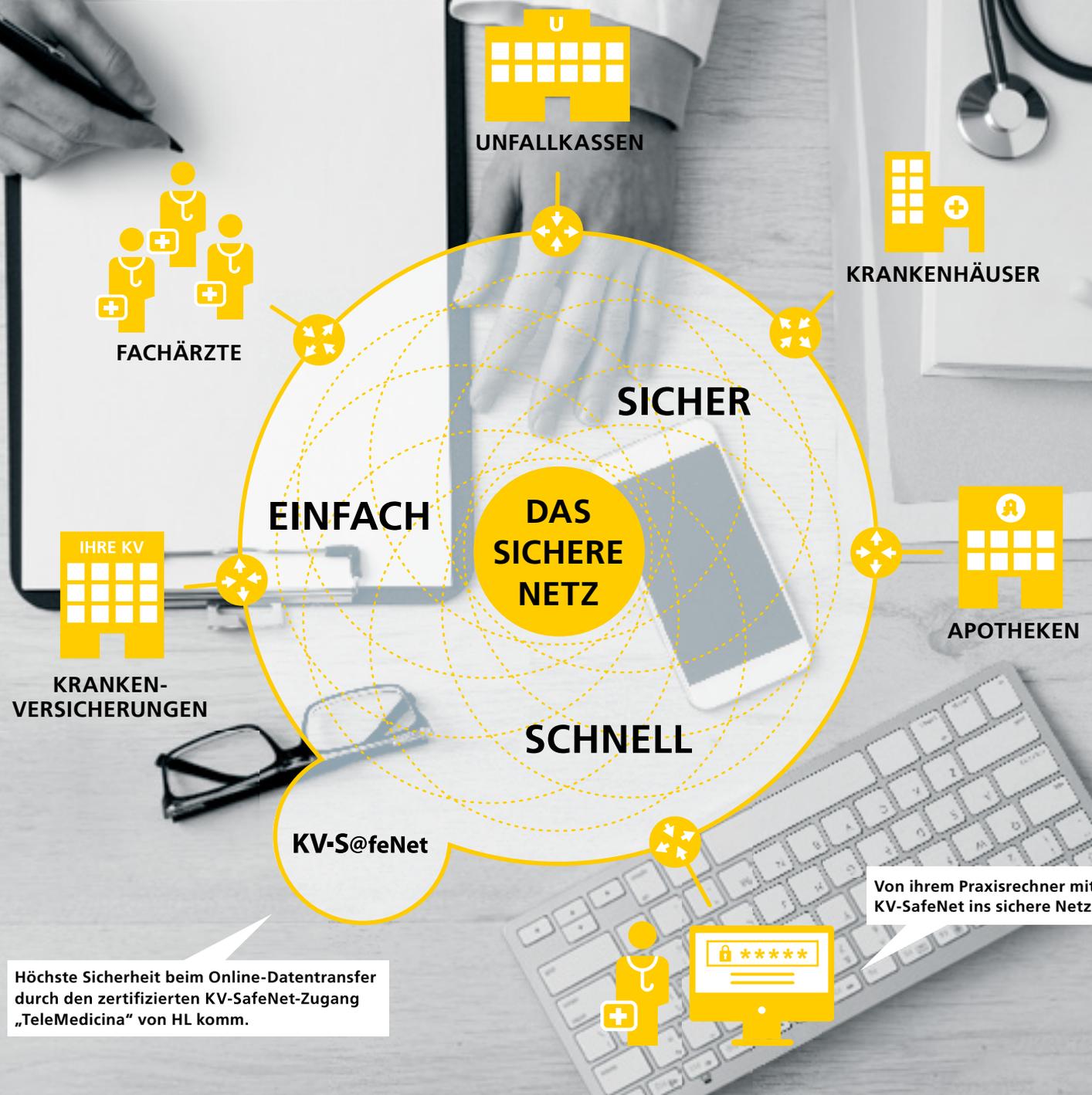
Dr. Jürgen Krug | Dr. Mario Braunert  
Die Kraft der Schilddrüse –  
wenn Hormone verrücktspielen

17.10.2016

Privatdozent Dr. Amir Hamza  
Prostatakrebs – wann muss  
behandelt werden?

05.12.2016

www.sanktgeorg.de



**WIR HABEN IHREN  
KV-SAFENET-ZUGANG  
MIT MEHRWERT**



Über den KV-SafeNet-Zugang „TeleMedicina“ und das Glasfaser-Netz von HL komm gelangen Sie direkt ins sichere Netz der KVen (SNK) für Ärzte und Psychotherapeuten. Das Rundum-sorglos-Paket für die sichere Online-Verbindung wird von Datenschützern empfohlen und ist bundesweit verfügbar. Steigen Sie jetzt um und profitieren Sie von zusätzlichen Fördermöglichkeiten und Rabatten. Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gern!

TeleMedicina – Ein Produkt der HL komm Telekommunikations GmbH

