



**GPR** Gesundheits- und Pflegezentrum  
Rüsselsheim gemeinnützige GmbH

# StippVisite



Automatisch und farbenfroh: GPR Klinikum hat neue Bekleidungsfarben und Wäscheautomaten eingeführt



12

Vorstellung:  
Die GPR Service GmbH



22

Die Arbeit  
auf der Covid-Station



24

Mit Ultraschall  
gegen Prostatakrebs

## GPR Gesundheitscafé

Das GPR Gesundheitscafé lädt zu kurzweiligen Nachmittagen in geselliger Runde ein. Bei kostenlosem Kaffee, Tee und Kuchen referieren Fachleute aus dem GPR Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim zu interessanten Themen und stehen für persönliche Fragen gern zur Verfügung.

- Mi, 1. Juli 2020** **Blasenschwäche – Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten**  
Dr. med. Marcus Benz, Leitender Oberarzt der Klinik für Urologie und Leiter des Kontinenzentrums am GPR Klinikum
- Mi, 5. August 2020** **Colitis Ulcerosa und Divertikulitis – wenn der Darm sich entzündet!**  
Dr. med. Lars Leupolt, Leitender Oberarzt der Klinik für Allg., Visceral- und Thoraxchirurgie am GPR Klinikum
- Mi, 2. Sept. 2020** **Sturzprophylaxe – „Sturzrisiko und Empfehlungen“**  
Anja Kleist, Leitende Oberärztin der Geriatrischen Klinik am GPR Klinikum

Das GPR Gesundheitscafé findet jeweils am ersten Mittwoch im Monat um 15.30 Uhr in der Personalcafeteria statt, Einlass ab 15.00 Uhr.

## Frühstücken wie ein Kaiser ...

Interessante Vorträge zur Gesundheit gibt es an jedem dritten Samstag im Monat ab 10.15 Uhr in unserer Cafeteria direkt am Haupteingang. Zuvor besteht ab 8.30 Uhr die Möglichkeit, zum Preis von 6 Euro ein Frühstück von einem reichhaltigen Büfett inklusive Getränke zu genießen. Das Parken vor dem Haupteingang und gegenüber dem GPR Klinikum vor der Hochschule RheinMain ist im Rahmen der zur Verfügung stehenden Plätze im Preis inbegriffen. Herzlich willkommen und guten Genuss!

- Juli 2020** **Sommerpause**
- August 2020** **Sommerpause**
- Sa, 19. Sept. 2020** **Der PSA-Test in der Prostatakrebs Früherkennung – Nutzbringender Laborwert oder gefährliche Abzocke**  
Dr. med. Guido Platz, Chefarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie und onkologische Urologie

*On Tour*

- Sa, 22. August 2020 im Gemeinschaftshaus in Berkach (Groß-Gerau)**  
**Nacken- und Armschmerzen! Ist die Halswirbelsäule schuld?**  
Dr. med. Abdi Afsah aus der Neurologischen Gemeinschaftspraxis Wiesbaden mit Zweitpraxis im GPR Klinikum

## Erweiterte Elterninformationsabende mit Vortrag und Kreißaalführung

Zweimal im Monat, jeweils am ersten und dritten Donnerstag, bietet das GPR Klinikum Bürgerveranstaltungen speziell für junge und werdende Eltern in der Cafeteria des GPR Klinikums mit einem Vortrag um 18.30 Uhr – gefolgt von einer Kreißaalführung um 19 Uhr – an. Der Vortrag wird vom medizinischen Fachpersonal der Frauenklinik, der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin oder ausgewählten Experten vorgetragen. Die anschließende Kreißaalführung wird informativ durch eine Hebamme und den Chefarzt der Frauenklinik des GPR Klinikums Professor Dr. med. Eric Steiner begleitet.

- Do, 2. Juli 2020** **Sicherheit für das Baby zu Hause**
- Do, 16. Juli 2020** **Geld für Kinder – wer unterstützt was und wie?**
- Do, 6. August 2020** **Yoga in der Mutterschaft: Bewegung vor und nach der Geburt**
- Do, 20. August 2020** **Was ist normal bei Neugeborenen? – Tipps für zu Hause**
- Do, 3. Sept. 2020** **Am B.E.St.en stillen**
- Do, 17. Sept. 2020** **Ernährung des Kleinkindes – gesund, aber nicht dick**

Interessierte und zukünftige Eltern sind herzlich eingeladen, an den informativen Vorträgen teilzunehmen. Selbstverständlich können die Kreißaalführungen auch ohne Teilnahme am Vortrag besucht werden.

## Müttercafé

Der Treffpunkt für alle interessierten Mütter und Väter (gerne auch Omas und Opas) mit ihren Kindern bis zwei Jahre. Während die Kleinen miteinander spielen, können Sie bei Kaffee und Kuchen Erfahrungen austauschen und Fragen stellen. Dafür stehen Sandra Rohrbach, Monja Giebe und Katharina Giese (Kinderkrankenschwestern) sowie ein anwesender Kinderarzt im GPR Klinikum zur Verfügung. Außerdem gibt es bei jedem Termin wertvolle Informationen von den Fachleuten des GPR Klinikums zu wichtigen Themen rund um Eltern und Kind. Das Müttercafé findet alle 14 Tage dienstags von 14.30 bis 16.30 Uhr im neuen Bewegungsforum (ehemalige Kapelle) statt. Bitte dicke Socken oder Hausschuhe mitbringen, da der Raum nicht mit Straßenschuhen betreten werden darf. Bei Rückfragen gibt Sandra Rohrbach (Tel.: 06142 88-1942) gerne Auskunft.

Termine: 7. und 21. Juli, 4. und 18. August, 1. und 15. sowie 29. September, 13. und 27. Oktober, 10. und 24. November, 8. Dezember

## Säuglings- und Kleinkinderschwimmen

Im wohltemperierten Schwimmbecken des GPR Therapiezentrums PhysioFit finden wöchentlich Schwimmkurse mit durchschnittlich sechs Babys oder Kleinkindern statt. Jeder Kurs setzt sich aus acht Kurseinheiten zusammen und kostet 120,- Euro. Weitere Informationen erhalten Sie im GPR Therapiezentrum PhysioFit unter der Telefonnummer 06142 88-1419.

**Kurse finden an jedem Wochentag statt. Bitte erfragen Sie die individuell geeignete Uhrzeit telefonisch.**

## Beschwerdemanagement

Wenn Sie einmal Grund zu Beschwerden – zum Beispiel über die Behandlung oder die Unterbringung im GPR Klinikum – haben sollten, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an uns. Ihre Ansprechpartnerinnen sind:

**Nadine Ringler, Zimmer 26.015, Ebene 6, Telefon: 06142 88-4004, E-Mail: ringler@GP-Ruesselsheim.de,**  
**Carola Krug-Haselbach, Zimmer 26.014, Ebene 6, Telefon: 06142 88-4002, E-Mail: krug-haselbach@GP-Ruesselsheim.de und**  
**Heilke Zwirn, Zimmer 28.026, Ebene 8, Telefon: 06142 88-1881, E-Mail: zwirn@GP-Ruesselsheim.de (alle erreichbar über Aufzug A).**

## Patientenfürsprecher

Nicht immer kann ein Patient seine Sorgen und Nöte so ausdrücken, wie er es möchte. Damit sie formuliert und an die richtige Ansprechpartnerin vermittelt werden, ist eine ehrenamtliche Patientenfürsprecherin für Sie da. Sie klärt Ihre Anliegen klinikunabhängig und vertraulich.

**Rita Vogel (Stellvertreter Egon Lang) Telefon: 06142 88-1499, Sprechstunde donnerstags von 15 bis 16 Uhr (und nach Vereinbarung), Ebene 5, Zimmer 65.028 (erreichbar über Aufzug A).**

# Inhalt StippVisite Sommer 2020



**4** Vorwort des GPR Geschäftsführers Achim Neyer

**8** Vorstellung: Die Anästhesie am GPR

**10** Vorstellung: GPR Therapiezentrum PhysioFit

**12** Vorstellung: Die GPR Service GmbH

- 2 Tipps und Termine im GPR Klinikum
- 3 Inhalt/Impressum
- 4 Vorwort des GPR Geschäftsführers Achim Neyer
- 5 Aktion „Höflichkeit braucht keine Händedruck“
- 6 Einführung neuer Bekleidungsfarben und Wäscheautomaten
- 8 Vorstellung: Die Anästhesie am GPR
- 10 Vorstellung: GRP Therapiezentrum PhysioFit
- 12 Vorstellung: GRP Service GmbH
- 14 Neuer Pflegedirektor: Benno Schanz
- 16 Sicheres Schwimmen: Was muss man jetzt können?
- 18 Lotsennetzwerk Rhein-Main
- 20 fitReisen: Zum Medical Wellness in den Thüringer Wald
- 22 Interview mit der Stationsleiterin Gabriele Berndt über die Arbeit auf der Covid-Station
- 24 Mit Ultraschall gegen Prostatakrebs – Focal One
- 27 Behandlungen im GPR Klinikum weiterhin sicher
- 28 Pinnwand vom GPR Klinikum
- 30 Ausreichend viel trinken
- 31 Gesund kochen: Erdnüsse
- 32 Telefonverzeichnis vom GPR Klinikum

**20** Neuer Pflegedirektor: Benno Schanz

**22** Vorstellung der Arbeit auf der Covid-Station

**24** Mit Ultraschall gegen Prostatakrebs – Focal One

**30** Ausreichend viel trinken



## Impressum

### Herausgeber:

TannerMedia Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG  
Postfach 1108, 29694 Walsrode  
E-Mail: stippvisite@tannermedia.de  
Amtsgericht Walsrode HRA 204051 – Finanzamt Soltau 41/204/53838



Persönlich haftende Gesellschafterin:  
Verwaltungs- & Beteiligungsgesellschaft Poststraße 5 Walsrode mbH  
Amtsgericht Walsrode HRB 204883  
Geschäftsführer: Carsten Tanner

### in Kooperation mit:

GPR Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim  
gemeinnützige GmbH, Geschäftsführer Achim Neyer  
August-Bebel-Straße 59, 65428 Rüsselsheim  
Telefon 06142 88 0, E-Mail: info@GP-Ruesselsheim.de

**Konzept, Redaktion Überregional, Anzeigen, Satz und Layout:**  
TannerMedia Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG

**Verantwortlich für den lokalen redaktionellen Inhalt:**  
Joachim Haas

### Quellennachweise Fotos/Abbildungen:

Fotos GPR Klinikum: Volker Dziemballa  
Sonstige Fotos: Bildnachweise stehen in/bei den jeweiligen Fotos

**Auflage:** 6.000 Exemplare pro Quartal

Für den Inhalt der Anzeigen sind die Inserenten verantwortlich. Der Nachdruck der Beiträge dieser Ausgabe bedarf, auch auszugsweise, der ausdrücklichen Genehmigung des Herausgebers.

Hinweis zum Preisrästel Seite 20/21: Aus allen Teilnehmern werden die Gewinner gezogen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung der Gewinne. Teilnahme ab 18 Jahren. Die Mitarbeiter der TannerMedia Verlagsgesellschaft sind von den Gewinnspielen ausgeschlossen. Mehrfachteilnahmen oder eine Teilnahme über einen gewerblichen Gewinnspielservice werden ausgeschlossen und führen automatisch zum Ausschluss aus der Verlosung. Datenschutzhinweis: Zur Durchführung der Gewinnspiele erhebt die TannerMedia Verlagsgesellschaft Ihre personenbezogenen Daten, um Sie im Falle eines Gewinns benachrichtigen zu können. Ggf. wird Ihre Adresse an unsere Gewinnspielpartner weitergegeben, zum Beispiel um Ihnen den Gewinn zukommen zu lassen. Für andere Zwecke werden Ihre Daten nicht verwendet. Eine Datenverarbeitung in Staaten außerhalb der Bundesrepublik Deutschland findet nicht statt. Die Teilnahme an dem Gewinnspiel und die damit verbundene Datenerhebung ist selbstverständlich freiwillig. Rechtsgrundlage für die Datenverarbeitung ist Ihre Einwilligung nach Art. 6, Absatz 1a DSGVO. Nach Beendigung des Gewinnspiels werden Ihre Daten gelöscht.

# Liebe Leserinnen und Leser der StippVisite,

das Corona-Virus hat sich in den vergangenen Monaten weltweit ausgebreitet, doch glücklicherweise sind die hessischen Zahlen im nationalen Vergleich nicht sehr hoch. Die Fallzahlen in der direkten Umgebung im Kreis Groß-Gerau waren bisher sehr moderat und überschaubar. Wir müssen trotz aller erfolgreichen eindämmenden Maßnahmen aber immer noch damit rechnen, dass uns die aktuelle Situation leider weiterhin eine ganze Weile in Atem halten wird.

Das GPR Klinikum hat sich bereits vor Beginn der Pandemie sorgfältig und professionell auf mögliche kommende Aufgaben vorbereitet. Ein Corona-Krisenstab tritt regelmäßig zusammen, bewertet die aktuelle Situation, tauscht vorhandene Informationen aus und trifft Entscheidungen, die entsprechend im Nachgang umgesetzt werden. Dadurch sind wir

grundsätzlich sehr gut gewappnet, falls doch noch eine „zweite Welle“ auf uns zurollen sollte. Die Medien sind seit Monaten voll von Nachrichten über die Corona-Pandemie und überall finden sich Tipps und gute Ratschläge zum Eigen- und Fremdschutz. Wir haben daher bewusst darauf verzichtet, aus der aktuellen StippVisite eine komplette „Corona-Virus-Ausgabe“ zu machen. Natürlich wird das Corona-Virus in einzelnen Artikeln thematisiert, es wurde aber nicht zum Schwerpunkt dieser Ausgabe gemacht.

Das verwendete Bildmaterial zu den Artikeln wurde teilweise lange vor der Corona-Virus-Krise aufgenommen und bildet daher nicht die aktuellen Hygienestandards im GPR Klinikum ab. Selbstverständlich werden hier die Hygienerichtlinien des Robert-Koch-Institutes konsequent um-

gesetzt, Mindestabstände eingehalten und entsprechende Schutzkleidung getragen. Bedenken, das GPR Klinikum aufzusuchen, sind daher völlig unbegründet. Ich wünsche uns allen, aber Ihnen ganz besonders, dass Sie gut auf sich aufpassen und gesund bleiben!



Ihr Achim Neyer



## ***GPR Klinikum beteiligt sich an Aktion „Höflichkeit braucht KEINEN Händedruck“***

Das GPR Klinikum nimmt seit März an der Aktion „Höflichkeit braucht KEINEN Händedruck“ teil. Auch wenn ein fester Händedruck zum guten Ton gehört, wollen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des GPR Klinikums auf dieses Ritual zukünftig verzichten, da nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) immerhin bis zu 80 Prozent aller Infektionskrankheiten über die Hände übertragen werden.

Wenn zukünftig die Patientinnen und Patienten und Besucherinnen und Besucher also „nur“ mit einem freundlichen Wort und einem Lächeln will-

kommen geheißen oder verabschiedet werden, ist dies eine Hygienemaßnahme, die dem Schutz des Gegenübers dient.

Um die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Patientinnen und Patienten sowie Besucherinnen und Besucher auf diese Aktion aufmerksam zu machen, werden in allen Ambulanzen, den Eingangstüren aller Bereiche, den Stationen, dem Eingang und auch auf den Wegen durch das Haus sowie weiteren Präsentationsflächen Plakate aufgehängt. Bereits seit vielen Jahren nimmt das GPR Klinikum an der „AKTION Saubere Hände“ teil und bekam jüngst erneut das Bronze-Zertifikat verliehen.

Die vom Bundesministerium für Gesundheit unterstützte Kampagne hat sich zum Ziel gesetzt, die Zahl der Infektionen durch nosokomiale (= im Krankenhaus erworbene) Keime durch eine Verbesserung des Händedesinfektionsverhaltens zu senken.

„Ich bin mir sicher, dass gerade jetzt das Verständnis der Menschen für den Verzicht auf dieses Ritual als Ausdruck der Höflichkeit sehr hoch ist. Die Frage des Händedrucks im Krankenhaus ist eben nicht nur eine Frage der Höflichkeit, sondern vor allem der Verantwortung und der Sicherheit unserer Patientinnen und Patienten sowie auch der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter“, erklärt GPR Geschäftsführer Achim Neyer.



## **Automatisch und farbenfroh** **GPR Klinikum hat neue Bekleidungsfarben** **und Wäscheautomaten eingeführt**

Seit September vergangenen Jahres hat das GPR Klinikum die Wäscheabgabe automatisiert und gleichzeitig die Farbkombinationen der Bekleidung für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der verschiedenen Unternehmensbereiche geändert.

Vom Professor über die Pflegekräfte bis zum Reinigungspersonal: An den Wäscheautomaten kommt keiner vorbei. Auf Knopfdruck liefern sie dem

Personal des GPR Klinikums rund um die Uhr die passende Kleidung.

Wenn die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter frische Dienstkleidung brauchen, führt der erste Weg am Morgen zum Wäscheautomaten. Dazu wird einfach die Personalkarte an ein Display gehalten. Der Bildschirm zeigt an, was den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern jeweils zusteht. Die Farben variieren je nach Berufsgruppe. Alle Berufsgruppen, die direkten Patientenkontakt ha-

ben wie Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten, tragen weiße Hosen und sind durch die farbig differenzierten Oberteile zu unterscheiden. Die Ärzteschaft trägt türkisblaue Oberteile während die Pflegekräfte an den weinroten und die Therapeuten an den hellgrünen Oberteilen zu erkennen sind. Die Kliniklogistik ist mit dunkelblauen Hosen und hellgrünen Oberteilen im Haus unterwegs und die Reinigungskräfte tragen zu ihren dunkelblauen Hosen hellblaue Oberteile.

Ein kurzes Tippen auf das Display, und kurze Zeit später kommt die Wäsche aus dem Ausgabefach. Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist ein definiertes Kontingent an Wäschestücken zugeordnet. Brauchen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, egal ob Pflegehelferin oder Chefarzt, Nachschub, muss zuerst mal die verschmutzte Wäsche in den dafür vorgesehenen Rücknahmeautomaten eingeworfen werden. Aus den Wäscheautomaten im Erdgeschoss des GPR Klinikums können sich rund 1.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, für die eine Bekleidungsordnung besteht, rund um die Uhr mit Berufsbekleidung versorgen.



Am Wäscheautomaten erhalten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf Knopfdruck rund um die Uhr die passende Kleidung.

Hinter den Automaten steckt ein cleveres Logistik-System. Die Kleidungsstücke kreiseln an Metallbügeln in einer automatischen Förderanlage. Betreten dürfen diesen Raum nur Wäschereimitarbeiter, die das Lager befüllen.

Es wurden bewusst zwei Automaten angeschafft, um im Falle einer technischen Störung an einem der Automaten eine problemlose Wäscheversorgung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter durch den zweiten Wäscheautomaten zu gewährleisten.

Die Wäsche wird vom GPR Klinikum nicht mehr eingekauft, sondern gemietet. Es handelt sich um so genannte Poolware. Um alle Größen vorrätig zu haben, hat die Wäscherei zunächst von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Maße und Art der benötigten Kleidungsstücke ermittelt. Jedes Kleidungsstück ist mit einem Computerchip ausgestattet.

Sobald am Automaten eine Bestellung eingeht, gleicht der Computer die Chip-Daten ab und weiß entsprechend, ob die verschmutzte Wäsche bereits abgeworfen wurde.

„Die Automatisierung der Ausgabe hat viele Vorteile. Die internen Lagerbestände an Berufsbekleidung werden bis auf den Bestand im Automaten reduziert, denn die Wäsche wird nach dem Just in Time-Prinzip angeliefert.“

Wir können dadurch mit weniger Wäsche die gleiche Anzahl an Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern versorgen und haben dadurch eine Kosteneinsparung. Außerdem wird die neue Berufsbekleidung aus den Automaten auch nicht mehr aus umweltschädlicher Baumwolle hergestellt, sondern aus Tencel, einer Bambusfaser“, erklärt Achim Neyer, der Geschäftsführer des GPR.



**Sani Team  
Care Team keil**

Kreuzberger Ring 20  
65205 Wiesbaden  
Telefon 0611 999430  
Telefax 0611 9994310

Als hochqualifiziertes Homecare Unternehmen unterstützen und betreuen wir betroffene Patienten in der Klinik, zu Hause, sowie in stationären Pflegeeinrichtungen im Bereich der:

- ◆ **Stomaversorgung**
- ◆ **Wundversorgung**
- ◆ **Enterale Ernährung**
- ◆ **Parenterale Ernährung**
- ◆ **Inkontinenzversorgung**
- ◆ **Tracheostomaversorgung**

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. 

## Vorstellung

# Die Anästhesie am GPR: Denn sie wissen, was sie tun

Wenn Sie als Patient zu uns ins Krankenhaus kommen, um sich einer Operation oder einem Eingriff zu unterziehen, wissen wir, wie Sie sich fühlen. Daher bieten wir von der Klinik für Anästhesiologie, anästhesiologische Intensivmedizin und perioperative Schmerztherapie Ihnen ein motiviertes und hochspezialisiertes Ärzteteam an, das Sie durch das PERIOPERATIVE Geschehen begleitet



**Sie denken:**  
Eine Narkose  
ist gefährlich.

Fakt ist, dass ein Patient besonders während einer Narkose sehr sicher ist, denn hier wird EIN Patient von EINEM Arzt die ganze Zeit betreut. Der Patient ist zu keinem Zeitpunkt alleine. Anamnesegespräch und verschiedene Untersuchungsbefunde werden von uns durchgeführt und beurteilt, um das geeignete Narkoseverfahren für Sie und mit Ihnen zu finden.



**Sie denken:**  
Hoffentlich wache ich  
nicht intraoperativ auf.

Darauf sagen wir: Aufgrund von modernsten Geräten können wir an jedem Narkosearbeitsplatz die Narkosetiefe individuell messen und uns danach richten. Ein Aufwachen während der Narkose ist nicht möglich.



**Sie befürchten:**  
Ich bin zu alt oder zu  
krank für eine Narkose.

Wir wissen, dass das so nicht richtig ist. Unser hochmotiviertes, freundliches und fachlich exzellentes Team hat die neuesten und modernsten Geräte und Überwachungsmodule zur Verfügung. Damit ist das Risiko einer anästhesiologischen intraoperativen Komplikation minimal.



**Sie haben Angst:**  
Ich wache nicht  
mehr auf.

Wir können Ihnen sagen, dass durch die Verwendung hochwirksamer Medikamente, die Überwachung mittels neuester Technologie und die Begleitung durch unsere hochkompetenten Ärzte dieses Risiko verschwindend gering ist. Sprechen Sie über diese Angst mit Ihrem Narkosearzt. Er weiß, wie Sie sich fühlen.



**Sie haben von  
Anderen gehört:**  
Ich wollte eigentlich gar  
nicht diese Narkoseform.

Wir gehen auf jeden Patienten, seine Erkrankungen, Allergien und Medikationen innerhalb des Prämedikationsgesprächs ein und entscheiden uns immer zusammen mit dem Patienten für die beste Narkoseform.



Chefarzt PD Dr. Gerd Albuszies,  
MBA bei einem Aufklärungsgespräch mit einer Patientin



**Sie können sich noch daran erinnern: Übelkeit und Erbrechen nach der Narkose, ich habe die Narkose nicht vertragen.**

Wir wissen, dass in der Vergangenheit postoperative Übelkeit und Erbrechen eine große Rolle bei den Patienten gespielt haben. Neue Narkoseformen und moderne Medikamente können der Übelkeit und dem Erbrechen vorbeugen. Diesmal wird das Aufwachen für Sie viel angenehmer.

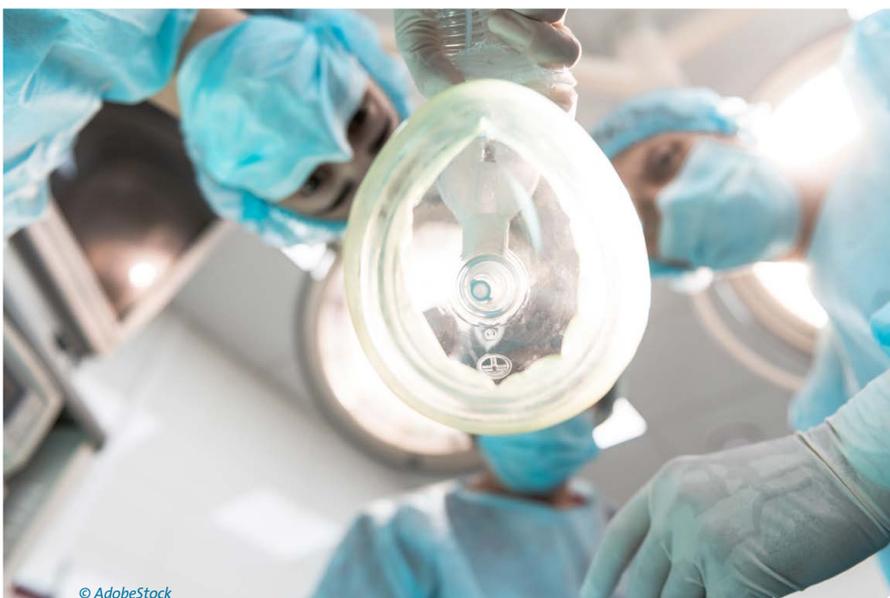


**Sie sind in Sorge: Nach der Operation habe ich bestimmt Schmerzen.**

Darum haben wir eine spezielle, für jeden Patienten individuell angepasste Schmerztherapie entwickelt, die dafür sorgt, dass die postoperativen Stunden für Sie zu keiner schmerzhaften Belastung werden. Neben Regionalanästhesieverfahren, die wir zum Komfort des Patienten mit Ultraschallgeräten als Bildgebung durchführen, bieten wir verschiedene Möglichkeiten, mit denen Sie sich als Patient, je nach Bedarf, selbst Schmerzmittel zuführen können. Damit sind Sie unabhängig in der Linderung Ihrer Schmerzen.

Vertrauen Sie uns, denn wir wissen was wir tun.

**Chefarzt  
PD Dr. med. Gerd  
Albuszies, MBA**



© AdobeStock



*Im GPR Therapiezentrum PhysioFit ist für Sie ein engagiertes Team tätig. Dieses ist sowohl im stationären Bereich als auch im ambulanten Bereich des Hauses im Einsatz. Für die Patienten besteht die Möglichkeit mit einem Rezept von ihrem Haus- oder Facharzt ambulante physiotherapeutische Leistungen in Anspruch zu nehmen. Dies gilt auch für Selbstzahler.*

## Vorstellung **GPR Therapiezentrum PhysioFit**

### Die Tätigkeitsfelder von PhysioFit

- ✓ Physiotherapie auf der Station
- ✓ Ambulante Physiotherapiepraxis mit:
  - ✓ Physiotherapie/Krankengymnastik
  - ✓ Manuelle Therapie
  - ✓ Manuelle Lymphdrainage
  - ✓ Neurophysiologie – nach Bobath-Konzept
  - ✓ Behandlung von Kindern jeden Alters (Bobath und Vojta)
  - ✓ Medizinischer Trainingstherapie (MTT)
  - ✓ Pulmonale Rehabilitation
  - ✓ Gerätegestützte Krankengymnastik
  - ✓ Präventionskurse nach §20
  - ✓ Klassische Massagetechnik
  - ✓ Fußreflexzonenmassage
  - ✓ Bewegungsbad
  - ✓ Stangerbad
  - ✓ Unterwasserdruckstrahlmassage
  - ✓ Elektrotherapie/Ultraschalltherapie
  - ✓ Wärmetherapie/Fango
  - ✓ Kältetherapie
  - ✓ Kinesio-Taping
  - ✓ Schlingentisch



## Kontakt

Anmeldung  
 ☎ 06142 88-1419  
 ✉ [physiofit@gp-ruesselsheim.de](mailto:physiofit@gp-ruesselsheim.de)

### Bewegungsbad

- ✓ Babyschwimmen für Babys und Kleinkinder zwischen 3 Monaten und ca. 5 Jahren sowie Seepferdchenkurse/Kurs für Kinder mit autistischen Entwicklungsstörungen
- ✓ Schwangerenschwimmen
- ✓ Aquafitness für jedermann
- ✓ Bewegungsbad in der Gruppe (5 – 6 Personen): Krankengymnastik im Wasser bei Arthrose, Wirbelsäulenerkrankungen oder nach Operationen

### Medizinische Trainingstherapie – Gerätegestützte Krankengymnastik

Die Medizinische Trainingstherapie (MTT) mit Rückenzentrum ist eine wertvolle Ergänzung unseres Leistungsangebots. An insgesamt 15 me-



dizinischen Rehabilitationsgeräten können Sie Ihre Ausdauer verbessern und Muskelkraft aufbauen. Sie erhalten einen individuellen Trainingsplan. Das GPR Therapiezentrum PhysioFit bietet auch biomechanisches Vibrationstraining im Bereich des medizinischen Trainings an. Die Trainingseinheiten sind wesentlich kürzer als bei einem herkömmlichen Muskeltraining.

### Öffnungszeiten

Mo. bis Do. von 7 bis 19 Uhr  
 Fr. von 7 bis 17 Uhr  
 Samstag und Sonntag sowie außerhalb unserer Öffnungszeiten gerne nach Vereinbarung.

Alle Patienten des GPR Therapiezentrums PhysioFit können für nur 0,50 € auf dem Klinikgelände parken.

# Vorstellung **GPR Service GmbH**

Die GPR Service GmbH ist eine 100-prozentige Tochtergesellschaft der GPR Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim gemeinnützigen GmbH. Ihre primäre Aufgabe ist es, die sekundären Leistungsprozesse für das Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim zu erbringen. Hierunter darf man sich vorstellen, dass qualitativ hochwertige Dienstleistungen kundenorientiert und kostengünstig in den Bereichen der klassischen Hotelleistungen innerhalb des GPR Klinikums und der GPR Seniorenresidenz „Haus am Ostpark“ erbracht werden. In enger Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern des GPR Klinikums und der GPR Seniorenresidenz „Haus am Ostpark“ werden hochwertige Dienstleistungen in den verschiedensten Sektoren gewährleistet.

**Schwerpunktmäßig ist die GPR Service GmbH mit folgenden Aufgaben betraut:**

## Informationszentrale

Die Informationszentrale ist die erste Anlaufstelle des GPR Klinikums. Sie ist an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr besetzt. Hier werden eingehende Telefonate entgegengenommen und Besucher und Angehörige weitervermittelt. Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft sind für uns eine Selbstverständlichkeit!

Die Informationszentrale:

- ✓ ist erster Ansprechpartner für Besucher, Patienten und Telefonteilnehmer
- ✓ vermittelt telefonische Kontakte
- ✓ stellt Ihnen Patiententelefonkarten aus

- ✓ händigt Ihnen Informationsbroschüren des Hauses aus
- ✓ verkauft Kopfhörer für Patientenzimmer
- ✓ verkauft die Vorsorge-Broschüre „Betreuungsverfügungen/ Patientenverfügungen“
- ✓ verkauft jegliche GPR Werbeartikel u. a. Handcreme, Sekt, Plüsch-Elefant Paulchen Rüssel etc.

## Kliniklogistik

Die Kliniklogistik gliedert sich in die Funktionen Patientenlogistik und innerbetriebliche Logistik. Schwerpunkt der Patientenlogistik ist die pünktliche (Just in Time) Anlieferung der Patienten zu den Leistungsstellen, wie z. B. EKG und Röntgen und wieder zurück. Jährlich werden 150.000 Transporte durchgeführt. Neben Patiententransporten werden auch Mate-

rialien wie Blut, Akten, Befunde etc. durch diese Mitarbeiter transportiert. Die Mitarbeiter der innerbetrieblichen Logistik stellen die regelmäßige Ver- und Entsorgung der Stationen und Leistungsstellen sicher. So zählt z. B. der Transport von Speisetransportwagen, die Abholung von Wertstoffen, das Bringen von Apothekengütern und vieles andere mehr zu ihren Aufgaben. Sie ist somit zentrale logistische Anlaufstelle des GPR.

## Bettenaufbereitung

Nach jedem Patientenwechsel wird das gesamte Bett einschließlich Nachttisch desinfizierend gereinigt. Hinzu kommen der Kleiderschrank – sofern dieser nicht schon eingeräumt wurde – sowie das unmittelbare Patientenumfeld und die Ablage in der Nasszelle. Während Ihres Aufenthalts erfolgt wegen der Gewährleistung Ihrer Privatsphäre in der Regel keine weitere Reinigung des Nachttisches.

Sollten Sie eine entsprechende Reinigung wünschen, bitten wir Sie, die Oberflächen wenn möglich frei zu räumen und die Reinigungskraft bei deren Anwesenheit in Ihrem Zimmer darauf anzusprechen. Sollte während des Aufenthalts Ihr Bett einmal frisch bezogen werden müssen, wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal. Dies wird alles Weitere veranlassen.



## Gartenpflege/Winterdienst

Die Gartenpflege ist verantwortlich für den Außenbereich des GPR Klinikums. Im Sommer sorgt die Gartenpflege für grüne Wiesen und blühende Beete. In den kalten Wintermonaten ist sie verantwortlich für das Räumen des Schnees sowie das Streuen der Wege, sodass Sie bei Wind und Wetter sicher und bequem in unserem Hause ankommen.

## Reinigung

Für die Sauberkeit in unserem Klinikum ist die GPR Service GmbH zuständig. Mit den nachfolgenden Informationen möchten wir Ihnen einen kurzen Überblick über den Ablauf der Reinigung in Ihrem Patientenzimmer geben:

## Reinigungsmittel/-chemie

Beim Einsatz der Reinigungsmittel achten wir insbesondere auf eine hochwertige Ausrüstung sowie auf umweltschonende Pflege-, Reinigungs- und Desinfektionsmittel, die gemäß den geforderten Richtlinien des Robert-Koch-Instituts angewendet werden.

## Farb-System

Für die Reinigung der Patientenzimmer kommt ein 3-Farb-System zum Einsatz. Dies bedeutet, dass Ihre Reinigungskraft farblich unterschiedliche Reinigungstücher einsetzt. Reinigungstücher, die zugehörigen Eimer sowie die Reinigungschemie sind – je nach Funktion und Anwendung – durchgehend gekennzeichnet.

Das Farbsystem sieht Folgendes vor:  
Blau – für **alle Oberflächen außer** dem Hygiene- und Sanitärbereich  
Gelb – für den **Hygienebereich**  
Rot – für den **Sanitärbereich**

Die Reinigungstücher sowie die Reinigungswischbezüge werden aus hygienischen Gründen nach jedem Raum gewechselt, um eine Keimverbreitung zu vermeiden.



Die frischen Reinigungstücher werden entsprechend ihrem Einsatz mit der dafür vorgesehenen Reinigungschemie versehen, sodass in der Regel ein Tuch für alle dazugehörigen Oberflächen im Zimmer ausreichend ist. Das Faltsystem der Tücher trägt darüber hinaus dazu bei, dass mehrere Oberflächen mit einem Tuch gereinigt werden können.



## Reinigungsablauf

Beim Einsatz der Reinigungskräfte wenden wir ein modernes Kolonnensystem an. Eine Kolonne besteht aus vier Mitarbeitern, die mit jeweils einem Teilbereich betraut werden. So ist eine Reinigungskraft für die Oberflächen im Patientenzimmer, eine weitere für die Oberflächen im Sanitärbereich und die beiden anderen jeweils für den Boden im Patientenzimmer sowie dem Boden im Sanitärbereich zuständig. Durch die Zuteilung fester Teilbereiche ist es uns möglich einen kontinuierlich hohen Qualitätsstandard aufrecht zu erhalten.

## Schulungen und Qualitätskontrollen

Oberste Priorität bei der Ausübung unserer Dienstleistungen hat die Pa-

tientenzufriedenheit. Durch permanente Schulungen und Einweisungen stellen wir die Qualität unserer Arbeit sicher. Darüber hinaus kontrollieren Mitarbeiter täglich stichprobenartig einige Bereiche. Hiervon betroffen sind auch einzelne Patientenzimmer. Unsere Reinigungskräfte sind täglich im Dienste der Sauberkeit für Sie tätig. Sofern Sie mit den erbrachten Leistungen zufrieden sind, freuen sich unsere Reinigungskräfte auch über ein Lob.

Für weiterführende Informationen und Anregungen rund um das Thema Sauberkeit im Klinikum steht Ihnen ein Mitarbeiter der Service GmbH telefonisch unter der Service-Kurzwahl -1521 zur Verfügung. Sie erreichen ihn bequem von Ihrem Patiententelefon aus.

# Neuer Pflegedirektor Benno Schanz

Am 1. Juni 2020 hat Herr Benno Schanz das Amt des Pflegedirektors des GPR Klinikums übernommen. Sein Vorgänger, Herr Hans-Ulrich Dörr, schied am 31. Mai – nach 31 Dienstjahren – aus dem Unternehmen aus, um seinen wohlverdienten Ruhestand zu genießen. Herr Schanz ist bereits seit dem 1. April im GPR Klinikum beschäftigt und hatte zusammen mit Herrn Johann Hermann den Bereich der Pflegedienstleitung mitübernommen.



„Einen großen Dank möchte ich unserem scheidenden Pflegedirektor, Herrn Hans-Ulrich Dörr, aussprechen. Er hatte dieses Amt seit 2014 inne und in dieser Zeit war er an der Weiterentwicklung der Pflege und der Qualitätsstandards im GPR Klinikum maßgeblich beteiligt. Er hat in beiden Bereichen durch sein unermüdliches Engagement, wie in den gesamten 31 Jahren seiner Tätigkeit in der pflegeri-

schen Leitung unseres Hauses, sehr viele positive Weiterentwicklungen auf den Weg gebracht und begleitet“, würdigte GPR Geschäftsführer Achim Neyer den ausgeschiedenen Pflegedirektor.

Herr Benno Schanz wurde 1967 in Idar-Oberstein geboren und begann seine berufliche Laufbahn in der Rheinhessenfachklinik in Alzey mit einer Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger. Nach dem Zivildienst war er als Pflegekraft vier Jahre lang im St. Hildegardis-Krankenhaus in Mainz tätig. Es folgte das Studium „Pflegeleitung und Pflegemanagement“ an der Katholischen Fachhoch-

schule in Mainz mit dem Abschluss zum Diplom-Pflegewirt und anschließend ein weiteres Studium zum Krankenhausbetriebswirt. Ferner absolvierte er eine zweijährige Weiterbildung Kompetenz & Geist (Führen mit Werten).

An der Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz war er von 1996 bis 2010 erst als stellvertretender Pflegedienstleiter und dann als Pflegedienstleiter in diversen Kliniken tätig. Seit 2011 konnte Herr Schanz in verschiedenen Kliniken als Pflegedirektor Erfahrungen sammeln.

„Ich möchte in enger Kooperation mit allen Beteiligten in meiner täglichen Arbeit das Gute verbessern und das, was noch nicht optimal ist, verändern, um die Patientenversorgung zu optimieren, die Zufriedenheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu erhalten und dabei Spaß haben“, erklärt der neue Pflegedirektor.

„Mit Herrn Benno Schanz haben wir einen nicht nur sehr kompetenten, sondern auch engagierten Kandidaten für die Nachbesetzung der Position des Pflegedirektors gewinnen können. Er verfügt über eine hoch qualifizierte Pflegeausbildung und umfangreiche praktische Erfahrung in diversen Kliniken. Dies alles sind die besten Voraussetzungen dafür, dass seine zukünftig erarbeiteten Maßnahmen innerhalb der täglichen Arbeit des Pflegepersonals auch praktisch umgesetzt werden können. Während seiner beruflichen Laufbahn hat er bereits viele Themen und Projekte, wie beispielsweise Risikomanagement, Qualitätsmanagement und Personalgewinnung, betreut“, sagt Achim Neyer abschließend.



# Aus weiß wird bunt.

Gestaltung. Drucksachen. Werbung. Et cetera.



0 51 61 – 94 94 801



info@tannermedia.de



Agentur | Verlag | Druck

**Tanner** Media

Verlags-gesellschaft mbH & Co. KG  
Fulde 6 | 29664 Walsrode

Zwei starke Partner  
an Ihrer Seite



**inhouse**  
PRINT & PRODUCTION

Brüggemannstraße 23 | 29664 Walsrode

# SICHERES SCHWIMMEN WAS MUSS MAN JETZT KÖNNEN

(djd). Anfang 2020 ist in der Schwimmausbildung in Deutschland eine neue Prüfungsordnung in Kraft getreten. Künftig wird es etwa nur noch ein dreistufiges Deutsches Schwimmabzeichen (DSA) in Bronze, Silber und Gold mit identischen Prüfungsleistungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene geben. Die Anforderungen wurden teilweise verschärft.

Ganz unabhängig vom jeweiligen Abzeichen bleiben Aufsichtspersonen im Schwimmbad für die Sicherheit ihrer Schützlinge zuständig. „Die Aufsichtspflicht minderjähriger Kinder wird nicht an der Kasse abgegeben, sondern mit ins Schwimmbad genommen“, betont Peter Harzheim, Präsident des Bundesverbandes Deutscher Schwimmmeister (BDS). Mehr Infos gibt es unter [www.bds-ev.de](http://www.bds-ev.de).

**Seepferdchen und Schwimmabzeichen in Bronze, Silber und Gold**  
Das Seepferdchen bleibt den Schwimmabzeichen vorgelagert. Hier müssen Kinder künftig auch die Baderegeln kennen. Und einen Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25-Meter-Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage absolvieren.



SWIMMEN?

## Wichtige Aufgabe der Fachangestellten für Bäderbetriebe

Eine einheitliche Prüfungsordnung ist das eine, die generelle Schwimmfähigkeit das andere: Tatsächlich lernen immer weniger Kinder schwimmen. Umso wichtiger ist die Aufgabe der Fachangestellten für Bäderbetriebe (FAB). Wer sich für das Berufsbild interessiert, findet alle wichtigen Informationen auf der Homepage des BDS.

### Schwimmabzeichen in Bronze

Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 Meter zurückzulegen, davon 150 Meter in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 Meter in der anderen Körperlage. Einmal etwa 2 Meter Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes. Ein Paketsprung vom Startblock oder vom 1-Meter-Brett.

### Schwimmabzeichen in Silber

Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 400 Meter zurückzulegen, davon 300 Meter in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100 Meter in der anderen Körperlage. Zweimal etwa 2 Meter Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes. 10 Meter Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand im Wasser. Ein Sprung aus 3 Meter Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1 Meter Höhe.

### Schwimmabzeichen in Gold

Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 30 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 800 Meter zurückzulegen, davon 650 Meter in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 150 Meter in der anderen Körperlage. Startsprung und 25 Meter Kraulschwimmen. Startsprung und 50 Meter Brustschwimmen in höchstens 75 Sekunden. 50 Meter Rückenschwimmen.



# Lotsennetzwerk Rhein-Main

## Ehemals Betroffene und Angehörige von Suchtkranken engagieren sich im GPR Klinikum

Bereits seit mehreren Jahren unterstützt das GPR Klinikum das Lotsennetzwerk und erleichtert damit den Zugang zur (Selbst-) Hilfe, wenn Patienten aus eigener Kraft nicht aus der Sucht „aussteigen“ können. Dabei wollen die Lotsen, die eigene Erfahrungen auf dem Gebiet haben, als Begleiter und Unterstützer helfen.

Lotsinnen und Lotsen sind Menschen aus Selbsthilfegruppen, die sich speziell für diese Tätigkeit haben schulen lassen. Mit ihrer eigenen Erfahrung im Umgang mit Suchterkrankungen und Hilfsangeboten können sie Betroffene in besonderer Weise erreichen und diesen den Weg erleichtern, selbst Hilfe in Anspruch zu nehmen. Betroffene und Angehörige finden in den ehrenamtlich arbeitenden Lotsen verschwiegene, vertrauensvolle Helfer.

Wer sind diese Menschen und was bewegt sie zu helfen? Hier stellen sie sich vor:



Ich heiße **Ursel Lux** und habe mich für den Einsatz als Lotsin entschieden, um suchtkranke Menschen auf dem Weg nach der stationären oder ambulanten Suchttherapie zu begleiten.

Entgiftung und Therapie gehen meist nicht übergangslos ineinander über, was für die Patienten sehr belastend und schwierig zu meistern ist.

Ich möchte auch versuchen, diese Suchtkranken zum Besuch einer Selbsthilfegruppe zu ermutigen. Als ehemalige Betroffene möchte ich die Hilfe, die mir im Kreuzbund gewährt wurde, zurückgeben.



Ich heiße **Josefa Zender**, lebe seit 39 Jahren alkoholfrei und bin Angehörige. Ich kam als Ehefrau meines alkoholabhängigen Mannes mit in eine Gruppe der Guttempler. In den vielen Jahren habe ich viel Not und Leid in den Familien miterlebt. Ich sehe, wie Lebensaussichten und Hoffnungen von der Sucht zerstört werden. Deshalb ist es mir wichtig, als Lotse mitzuarbeiten.

Der oder die Betroffene kann sich beim Lotsen unverbindlich im Gespräch über Hilfsmöglichkeiten informieren oder auch nur über den Stand „seiner Dinge“. Mir ist es ein besonderes Anliegen, dass die Angehörigen einen Gesprächspartner haben, der ähnliches erlebt hat. Ich gehöre zur Guttempler Gemeinschaft „die Chance“.

Wir treffen uns jeden Mittwoch um 19.00 Uhr in der Frankfurter Str. 12 in 65428 Rüsselsheim.



Ich heiße **Roland Liebert** und bin Lotse geworden, weil mir in der Kreuzbundgruppe geholfen wurde. Da habe ich mir gedacht „man hat dir geholfen, gib du dein Wissen weiter“. So wurde ich gefragt als Lotse im GP-Rüsselsheim als Lotse mitzuarbeiten.

**Koordinatorin:**  
Christine Müller  
Diensthandy: 0151 18926241  
[ch.mueller@caritas-darmstadt.de](mailto:ch.mueller@caritas-darmstadt.de)

**Kontakt**  
**Suchthilfezentrum Darmstadt**  
Wilhelm-Glössing-Straße 15 – 17  
64283 Darmstadt  
Telefon: +49 6151 500 28 47  
Telefax: +49 6151 500 28 41

***Wir sind für Sie da!***

# Der Gesundheit ganzheitlich Gutes tun in der Inselsberg Klinik



Zum *Medical  
Wellness*  
in den Thüringer Wald



Im Kneipp-Heilbad Bad Tabarz begrüßt die Inselsberg Klinik ihre Gäste zu regenerierenden Kuraufenthalten. Als Fachklinik für Lymphologie, Gefäßkrankungen und Onkologie mit Schwerpunkt auf Rehabilitation bietet das Haus eine Symbiose zwischen moderner Medizin und den Heilkräften der Natur. Neben kompetenter therapeutischer Beratung und individueller medizinischer Betreuung punktet die Fachklinik mit entspannendem Hotel-

komfort. Die Inselsberg Klinik besteht seit über 25 Jahren und bietet neben professioneller Nachsorge auch vorsorgende Gesundheitskuren an. Sowohl im Reha- als auch im Kurbereich steht eine ganzheitliche Sichtweise auf den Menschen im Vordergrund.

So steigern Gäste unter der Anleitung eines multiprofessionellen Teams aus Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten nicht nur ihr körperliches

Wohlbefinden, sondern auch ihre psychische und soziale Gesundheit.

## In entspannter Atmosphäre das gesundheitliche Wohlfühl steigern

Die 190 Einzel- und 15 Doppelzimmer der Kur- und Rehaklinik punkten mit komfortablem, modernem Ambiente und laden zum Regenerieren ein. Eine freundliche und warme Atmosphäre

sowie die Offenheit des Teams zeichnen die Inselsberg Klinik aus.

Am nördlichen Rand des Thüringer Waldes liegt das Haus unter dem circa 916 Meter hohen Inselsberg – dem Namensgeber der Klinik. Von hier erstreckt sich ein herrliches Panorama über die grünen Baumwipfel bis hin zur Bayerischen Rhön und dem Brockenmassiv. Die landschaftlich reizvolle Umgebung, zum Beispiel am Höhenwanderweg Rennsteig, lädt zu ausgedehnten Spaziergängen, Wanderungen und Radtouren ein, sodass auch Sportbegeisterte auf ihre Kosten kommen. Das milde Mittelgebirgsklima ist besonders geeignet für Menschen mit Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen.

## Die Vorzüge einer Medical Wellness Kur erleben

Das Kururlaubs-Angebot von Fit Reisen und der Inselsberg Klinik besteht aus einer vielfältigen Zusammenstellung von erholsamen Kuren wie „Gewichtsreduktion mit Lymphtherapie“, „Fit und aktiv im Alltag“ oder „Fit und entspannt“. Auch eine Individualkur mit individuellen ärztlich verordneten Anwendungen ist möglich. Bei Vorlage eines Hausarztrezepts kön-



nen zum gebuchten Gesundheitsprogramm auch ambulante physiotherapeutische Leistungen mit Krankenkassen-Zuschuss in der Klinik erfolgen. Für all jene, die im Alltag häufig Stress oder Erschöpfung verspüren, ist die „Medical Wellness Kur“ besonders geeignet. Den Gast erwartet ein Verwöhnprogramm, das ihm dabei hilft, sich rundum fit und leistungsstark zu fühlen. Nach einer ärztlichen Aufnahmeuntersuchung genießt der Gast ein vielseitiges Wohlfühl-Package. Zu den Anwendungen gehören Fußreflexzonen-, Hot Stone- und Hydrojet-Unterwasser-Massagen sowie eine Heublumen- und Moorpackung. Auch ein heilendes Solebad und vitalisierende Wassergymnastik sind im Programm enthalten. Die Steigerung des Wohlbefindens und der persönlichen Fitness wird auch durch den freien Zugang zu Innenpool, Sauna, Kneipp-Tretbe-

cken und Fitnessraum sowie durch die Teilnahme am Aktivprogramm unterstützt. Für Unterhaltung sorgen Kreativkurse wie Malen und Töpfern sowie medizinische Fachvorträge und ein buntes Abendprogramm nach Angebot. Abgerundet wird die „Medical Wellness Kur“ durch die gesunde Vollpension aus der von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zertifizierten Küche.

Das Angebot von Fit Reisen ist in Reisebüros oder online buchbar  
Ferdinand-Happ-Str. 28  
60314 Frankfurt am Main  
Tel +49 (0) 69 405885-0  
Fax+49 (0) 69 405885-12  
www.fitreisen.de  
E-Mail: info@fitreisen.de

Claudia Wagner, Geschäftsführerin von Fit Reisen: „Die Inselsberg Klinik in Bad Tabarz ist eine der renommiertesten Reha- und Kurkliniken Deutschlands. Die medizinische Fachkompetenz kombiniert mit einer komfortablen Wohlfühl-Ambiente macht den Kurbereich der Klinik erstklassig. Das professionelle Team aus Ärzten, Psychologen, Physiotherapeuten, Pflegekräften und Sozialarbeitern versteht es, die Gäste freundlich und kompetent zu beraten und zu betreuen. Gelegentlich im jungen Kneipp-Heilbad Bad Tabarz, umgeben von malerischer Natur, verspricht die Inselsberg Klinik tiefe Entspannung und eine nachhaltige Steigerung des Wohlbefindens für ihre Kurgäste.“

Gewinnerin des Reisequiz aus der Frühjahrsausgabe 2020 der StippVisite ist **Sandra Braun aus Frankfurt/M.** Sie gewinnt mit FIT Reisen das Programm „Gesundheitstage“ mit sieben Übernachtungen für zwei Personen im Göbel's Hotel AquaVita\*\*\*\* in Bad Wildungen-Reinhardshausen.

### Herzlichen Glückwunsch!

**Nicht gewonnen? Fit Reisen sind auch im Reisebüro, telefonisch unter: +49 (0)69 4058 85-0 oder auf [www.fitreisen.de](http://www.fitreisen.de) buchbar.**

Gewinnen Sie mit StippVisite und Fit Reisen die „Medical Wellness Kur“ in der Inselsberg Klinik in Bad Tabarz für zwei Personen mit sieben Übernachtungen im Doppelzimmer und gesunder Vollpension inklusive ärztlicher Aufnahmeuntersuchung, wohltuenden Massagen und Anwendungen, Nutzung von Pool, Sauna, Kneipp-Becken und Fitnessraum, Teilnahme am Aktivprogramm und an Kreativkursen, Vorträgen sowie dem Abendprogramm nach Angebot.



**Fit Reisen und StippVisite wünschen viel Glück!**

### Beantworten Sie bitte folgende Fragen:

- **Seit wie vielen Jahren besteht die Inselsberg Klinik?**
- **Wie hoch ist der Inselsberg?**
- **Für wen eignet sich die „Medical Wellness Kur“ besonders?**

Senden Sie Ihre Antworten mit Adresse und Telefonnummer an: **TannerMedia** – Redaktion StippVisite – Postfach 1108 – 29694 Walsrode  
Online-Teilnahme unter: [www.fitreisen.de/stippvisite](http://www.fitreisen.de/stippvisite)  
Einsendeschluss ist der 17.08.2020



## **Interview mit der Stationsleiterin Gabriele Berndt über die Arbeit auf der Covid-Station**

Die Arbeit auf einer Infekt Station ist immer wichtig – aber während der Corona-Pandemie ist sie es ganz besonders: Wie es ist, auf einer Covid-Station zu arbeiten, erzählt Gabriele Berndt im Interview. Sie ist die Stationsleiterin der Covid-Station 46 im GPR Klinikum.

### **Wie geht es Ihnen und Ihren Kolleginnen auf der Covid-Station?**

Wir sind ein von vielen Stationen zusammengewürfeltes Team. Wir verstehen uns untereinander ausgezeichnet. Gerade vor dem Hintergrund der besonderen Aufgabe ist es wichtig, dass wir auch Spaß miteinander haben.

Die Anzahl der Patienten ist unterschiedlich: Im Maximum hatten wir zwölf Patienten. Jetzt könnte man denken, dass zwölf Patienten nicht viel sind, aber dadurch, dass alle Patienten isoliert sind und auch viele diagnostische Maßnahmen direkt auf unserer Station stattfinden, haben wir manchmal ganz schön viel zu tun.

Hinzu kommt, dass viele Patienten in einem hohen Alter sind, was natürlich auch einen besonderen Aufwand darstellt. Die Arbeit macht uns dennoch Spaß, so dass wir am Ende einer Schicht nahezu immer mit einem guten Gefühl nach Hause gehen.

### **Sind Sie personell gut besetzt?**

Ja, wir sind personell ausreichend besetzt. In Zeiten, in denen wir wenige Patienten haben und auch der Pflegeaufwand nicht zu hoch ist, können wir Überstunden abbauen bzw. auf anderen Stationen aushelfen. Da wir keine gleichmäßige Auslastung auf unserer Station haben, ist es nicht möglich vorauszusagen, wie viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter pro Schicht benötigt werden. Im Mai wird die Besetzung etwas knapp, aber wir sind, zusammen mit der Pflegedirektion, dabei Lösungen zu finden.

### **Wie hoch ist denn der Verbrauch an Schutzkleidung pro Pflegekraft und Schicht?**

Das kann man nicht pauschal sagen. Es kommt immer darauf an, wie viele Patienten in welchem Bereich (positiv oder Verdacht) liegen und wie pflegeintensiv diese Patienten sind. Grundsätzlich wird so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich an Schutz-

kleidung verwendet. Um zu vermeiden, dass unnötig Schutzmaterialien verwendet werden, besprechen wir uns stets, wer von uns in welchem Bereich arbeitet.

### **Ein interdisziplinäres Expertenteam bereitete das GPR Klinikum im Februar auf die Coronavirus-Pandemie vor. Fühlen Sie sich gut unterstützt?**

Wir haben zu jeder Zeit die Informationen zur Verfügung, die wir benötigen. Frau Carmen Klose gehört auch zu unserem Team und auch wenn sie nicht permanent auf unserer Station eingesetzt ist, ist sie doch sozusagen unser Außenposten. Nicht zuletzt über sie bekommen wir alle wichtigen Informationen.

Darüber hinaus stehen wir in engem Austausch mit unseren Hygienefachkräften, Frau Doris Seidl und Frau Anke Wittek, die uns hervorragend geschult haben, und uns, da sie regelmäßig am Corona-Krisenstab teilnehmen, auch

über den neuesten Stand informieren. Außerdem haben wir mit Dr. Berthold Fitzen einen zu jeder Zeit erreichbaren Arzt an unserer Seite.

**Die Arbeit ist ja nicht ohne Risiko, Sie könnten sich trotz Schutzausrüstung mit dem Coronavirus anstecken. Haben Sie Angst?**

Wir arbeiten auf unserer Station unter absolut geschützten, gut organisierten Bedingungen. Man könnte zwar meinen, dass wir einer besonderen Gefahr ausgesetzt wären, da bei uns die bestätigten als auch die Verdachtsfälle liegen, dem ist aber nicht so, da uns bekannt ist, dass die Patienten, welche wir aufnehmen, den Virus haben könnten. Darüber hinaus kennen wir uns - weil es früher auch schon Patienten gab, die isoliert werden mussten - grundsätzlich mit den Maßnahmen aus. Wenn wir alle konsequent das einhalten, was man in solchen Situationen zu tun hat, sehe ich kein erhöhtes Risiko. Daher kann man wohl sagen, dass keine Station so sicher ist wie unsere Station.

**Wie ist das Arbeitsklima auf Station 46 unter den derzeitigen verschärften Bedingungen?**

Das Arbeitsklima auf unserer Station ist ausgesprochen gut. Wir wissen, dass wir alle voneinander abhängig sind. Ich muss an dieser Stelle dem Team einmal ein großes Lob aussprechen, man spürt es tatsächlich jeden Tag in der Praxis, dass wir uns gegenseitig unterstützen. Das spüren wir auch, wenn ich den Dienstplan schreibe, dass meine Kollegen und Kolleginnen sehr flexibel sind. In so einem Team zu arbeiten macht aus meiner Sicht sehr viel Spaß.

**Deutschlandweit werden Pflegekräfte zurzeit als Helden gefeiert und beklatscht. Wie finden Sie das?**

Ich habe kein Verständnis dafür, uns als Helden zu bezeichnen. Wir alle haben den Beruf einmal gewählt und es war uns klar, dass wir auch in Situationen arbeiten müssen, die andere als gefährlich einstufen. Wie ich vorhin bereits gesagt hatte, sehe ich, weil wir unter sehr kontrollierten Bedingungen arbeiten, kein erhöhtes Risiko. Das kontrollierte Risiko gehört einfach zu unserem Berufsbild.



Es gibt auf dieser Welt sicherlich Situationen und Ereignisse, in denen Pflegekräfte unter wesentlich gefährlicheren Bedingungen arbeiten und dies auch tun, weil sie eben Pflegekräfte sind. Dafür haben wir uns schließlich zu Beginn unserer Ausbildung entschieden. Das ist unser Job.

Mir macht es Spaß, mit einem tollen Team unter außergewöhnlichen Bedingungen so zu arbeiten, dass sich unsere Patienten bei uns gut aufgehoben fühlen.

# Mit Ultraschall gegen Prostatakrebs – Focal One, die neueste Generation

„Mit Ultraschall gegen Prostatakrebs“ hieß vor rund 10 Jahren die Schlagzeile, mit der auf ein neues Behandlungsangebot für Patienten mit Prostatakrebs im GPR-Klinikum in Rüsselsheim aufmerksam gemacht wurde. Seitdem wurden über 150 Patienten mit gutem Erfolg behandelt. Die Anwendung von Ultraschall als harmlose und schmerzfreie Untersuchungsmethode ist heutzutage Standard in der medizinischen Diagnostik. Dass Hochintensiver fokussierter Ultraschall (HIFU) aber auch in der Behandlung von Prostatakrebs eingesetzt wird, ist zwar eine seit Jahren etablierte Behandlungsmethode, trotzdem ist diese Möglichkeit vielen Patienten nicht bekannt. Die Klinik für Urologie, Kinderurologie und onkologische Urologie des GPR Klinikums in Rüsselsheim unter der Leitung von Dr. Guido Platz lässt die bisherigen guten Erfahrungen mit der Ultraschallbehandlung nun auch in die Behandlung mit der verbesserten, neuesten Gerätegeneration einfließen.



Das Prostatakarzinom ist die häufigste Krebserkrankung beim Mann. Allein in Deutschland rechnet man mit mittlerweile ca. 60.000 Neuerkrankungen sowie rund 11.000 Todesfällen pro Jahr. Für viele Männer bedeutet diese Diagnose mit der daraus resultierenden Behandlung eine erhebliche Beeinträchtigung ihrer Lebensqualität.

Als Standardtherapie zur Heilung von Prostatakrebs gilt die radikal-chirurgische Entfernung der Prostata, wie sie auch in Rüsselsheim seit Jahren erfolgreich durchgeführt wird. Eine Alternative zur Operation ist die Strahlentherapie der Prostata, wie sie beispielsweise von der Strahlenthera-

piepraxis RheinMainNahe, einem engen Kooperationspartner der Klinik für Urologie, angeboten wird. Beide Behandlungsmethoden sind sehr erfolgreich in der Primärtherapie des lokal begrenzten, also noch nicht ausgebreiteten Prostatakarzinoms und die wichtigste Behandlungsart im Kampf gegen den Prostatakrebs. Allerdings sind mit beiden Methoden durchaus auch erhebliche Belastungen für den Patienten verbunden.

Nun gibt es aber Männer mit nur kleinen, sogenannten „Niedrig-Risiko-Tumoren“, bei denen eine Behandlung zwar sinnvoll erscheint, die aber aus medizinischen Gründen für eine radi-

kale Vorgehensweise ungeeignet sind oder bei denen eine radikale Operation oder auch eine Strahlenbehandlung eine Übertherapie darstellen würde. Wurde in den vergangenen Jahren beim Einsatz der HIFU-Therapie in der Regel die ganze Prostata mittels hochenergetischem Ultraschall therapiert, hat sich dies mit der neuesten Gerätegeneration, dem sogenannten „Focal-One“ verändert. Jetzt ist der Urologe in der Lage, sich genauer an den Ergebnissen der Prostatabiopsie zu orientieren und nur gezielt, also fokal, die befallenen Areale in der Prostata zu behandeln. Für den Patienten bedeutet dies eine wesentlich schonendere Vorgehensweise mit noch weniger Neben-



# Lammert SANITÄTSHAUS

Kompressionstherapie  
Bandagen

## ORTHOPÄDIETECHNIK

Arm- und Beinprothetik  
Stütz- und Korrekturorthesen

## ORTHOPÄDIESCHUHTECHNIK

Schuheinlagen  
Handgefertigte Maßschuhe

## REHABILITATIONSTECHNIK

Rollatoren und Rollstühle  
Pflegebetten

## BRUSTPROTHETIK

Brustepithesen  
Spezial-Dessous und Bademode

## Ihr Sanitätshaus in Ihrem Klinikum!

Sie finden uns direkt am  
Haupteingang des GPR.

☎ 06142 881814

 [www.sanitaetshaus-lammert.de](http://www.sanitaetshaus-lammert.de)



wirkungen bei gleicher Behandlungssicherheit. Aber auch Patienten, bei denen sich nach einer Strahlentherapie erneut Krebszellen in der Prostata finden, können mit der fokalen HIFU-Therapie schonend behandelt werden.

„Da eine nochmalige Bestrahlung der Prostata nicht möglich ist, bietet der hochintensive fokussierte Ultraschall eine weitere gute Chance auf Heilung“ so Dr. med. Guido Platz, Chefarzt der Urologie am GPR Klinikum.

Welche Art der Behandlung sich letztendlich für welchen betroffenen Mann eignet, finden Arzt und Patient in einem gemeinsamen Gespräch heraus. Wichtigstes Kriterium ist dabei die individuelle Einschätzung der Situation des Betroffenen. „Für diese Beratungsgespräche nehmen wir uns ausreichend Zeit, damit der Patient in aller Ruhe das Für und Wider der einzelnen

Verfahren abwägen kann“, versichert Dr. Platz.

„Mit dieser neuesten Gerätegeneration in der hochenergetischen Ultraschall-Therapie können wir den Bürgern der Stadt Rüsselsheim und der Region eine weitere Verbesserung der therapeutischen Möglichkeiten im GPR Klinikum anbieten. Diese Therapien können mit höchster Präzision durchgeführt werden und operative Eingriffe werden für unsere Patienten noch sicherer. Das GPR Klinikum investiert jährlich mehr als 2 Millionen Euro in die Verbesserung der medizinischen Infrastruktur und sorgt damit für eine stetige Weiterentwicklung der Versorgung“, erklärte Achim Neyer, Geschäftsführer des GPR Gesundheits- und Pflegezentrums Rüsselsheim.

**Fortsetzung nächste Seite**

# Schonende Behandlung ohne Skalpell

Der narkotisierte Patient liegt gut gepolstert mit angewinkelten Beinen auf der rechten Seite. Die Behandlungssonde wird durch den Enddarm an die Prostata herangeführt. Mittels Ultraschall vermisst der Arzt das Organ und legt die Behandlungsgrenzen fest. Dabei wird besondere Rücksicht auf die umgebenden Nerven genommen, um Folgeschäden zu vermeiden. Nachdem der Computer dann die zu therapierenden Bezirke berechnet hat, werden die gebündelten Schallwellen berührungsfrei und millimetergenau durch die Darmwand auf das Prostatagewebe übertragen. Temperaturen von 85 bis 90° Celsius und der Druck der Schallwellen zerstören gezielt das Tumorgewebe. Während der gesamten Behandlungsdauer, die je nach Größe des Behandlungsfeldes zwischen einer und anderthalb Stunden beträgt, überwacht der Urologe den Behandlungsablauf und ein Narkosearzt das Wohlbefinden des Patienten.

Schon wenige Stunden nach dem Eingriff darf der Patient aufstehen sowie essen und trinken. Auf Grund der minimalen Belastung ist ein kurzer stationärer Aufenthalt von zwei Tagen in der Regel ausreichend. Die Kosten der Behandlung werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

„Selbstverständlich sprechen wir in unseren Beratungsgesprächen auch die möglichen Folgen wie Harninkontinenz und Impotenz an“, erläutert Dr. Platz. Einer der großen Vorteile der fokalen Behandlungsmethode

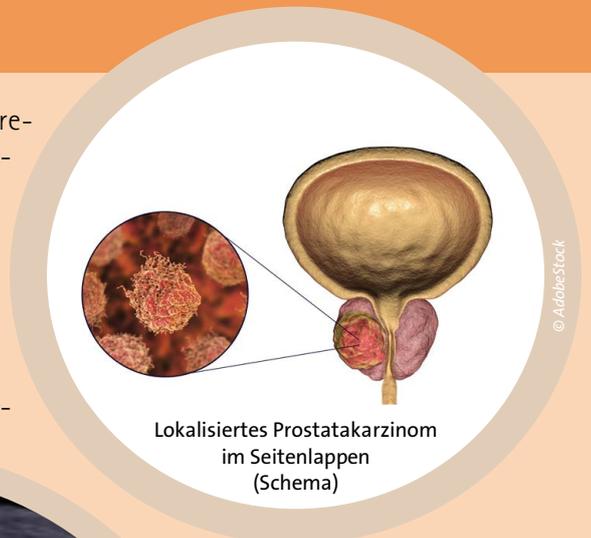
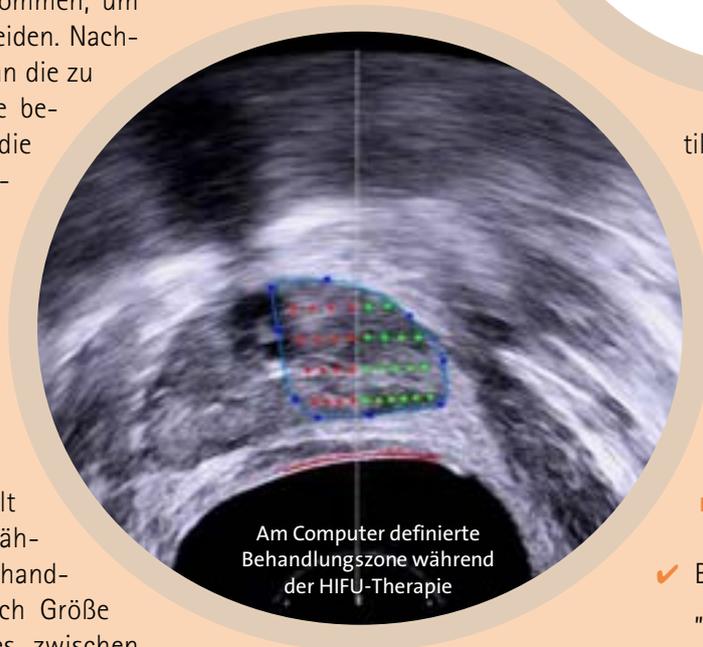
liegt vor allem darin, dass durch die zielgerichtete, umschriebene Behandlung der Prostata die notwendigen Gefäße und Nerven geschont und somit die Kontinenz und die Erektionsfähigkeit sehr viel besser erhalten werden kann als dies nach einer Operation der Fall ist.

Das übergreifende Behandlungskonzept des Prostatakarzinoms in der Urologie im GPR Klinikum Rüsselsheim, bestehend aus Diagnos-

tik, operativer Therapie und medikamentöser bzw. Chemotherapie, wird nun durch die fokale Therapie mit hochintensivem fokussierten Ultraschall (HIFU) im Sinne der Krebspatienten optimal ergänzt.

## Fokale HIFU ist die geeignete Therapie:

- ✓ Bei Männern mit einem „Niedrig-Risiko-Karzinom“:
  - Alter  $\geq$  70 Jahre
  - Lokal begrenztem Tumor
  - PSA  $\leq$  15 ng/dl
- ✓ Wenn Potenserhalt gewünscht wird
- ✓ Bei Unverträglichkeit oder nicht ausreichender Wirkung einer Hormonbehandlung
- ✓ Bei lokal begrenztem Tumor, wenn die radikale Operation aus medizinischen Gründen oder auf Wunsch des Patienten ausgeschlossen wird
- ✓ Wenn nach Strahlentherapie erneut ein Prostatakarzinom nachgewiesen wird



© AdobeStock

# Behandlungen im GPR Klinikum sind auch weiterhin sicher

**In Zeiten der Corona-Krise wird im GPR Klinikum wahrgenommen, dass eine große Verunsicherung innerhalb der Bevölkerung herrscht, ob noch immer eine sichere Behandlung im GPR Klinikum möglich ist. Ängste, das GPR Klinikum aufzusuchen, sind jedoch völlig unbegründet, denn alle Hygiene-Maßnahmen gemäß den Richtlinien und Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts werden im GPR Klinikum konsequent umgesetzt.**

Im GPR Klinikum wurde eine Station zu einer Isolationsstation umgerüstet, die bis auf weiteres ausschließlich für bestätigte COVID-19-Fälle sowie COVID-19-Verdachtsfälle genutzt wird, um das Risiko für eine mögliche Ansteckung mit SARS-CoV-2 und damit auch der Verbreitung im Haus weiter zu minimieren. Die Isolierstation darf nur noch von hierzu befugtem Perso-

nal betreten werden. Der Zutritt für die Öffentlichkeit ist strengstens untersagt.

Sollte ein stationärer Patient auf dieser Station positiv getestet werden, wird dieser sofort in die Kreisklinik Groß-Gerau verlegt, sofern er keiner weiteren Behandlung bedarf, die in der Kreisklinik nicht geleistet werden kann. Dann wird dieser Patient aber isoliert und von speziell geschultem Pflegepersonal behandelt, das keinerlei Kontakt zu anderen Patienten im Haus hat.

„Angst ist immer ein schlechter Ratgeber und unser dringender Appell an alle erkrankten Personen ist deshalb, dass sie bei schwerwiegenden Beschwerden unbedingt

das GPR Klinikum aufsuchen sollten. Es trat bereits ein Fall auf, bei dem ein Patient die Warnsignale eines Herzinfarktes drei Tage lang ignorierte, weil er befürchtete, sich mit dem Coronavirus im Krankenhaus anzustecken. Er wurde schließlich in das GPR Klinikum eingeliefert und verstarb, weil wir ihm nicht mehr helfen konnten“, erklärt GPR Geschäftsführer Achim Neyer.



# PINNWAND



## Hussel-Filiale spendet Osterschokolade an das GPR Klinikum

Kurz vor dem Osterfest kam am Gründonnerstag ein süßes Geschenk aus dem Main-Taunus-Zentrum in Sulzbach. Die dortige Hussel-Filiale spendete Osterschokolade im Wert von 1.500 Euro an das GPR Klinikum. Die Firma Hussel dankt damit allen Mitarbeitenden des GPR Klinikums, die in diesen Zeiten im Einsatz sind. Aber auch den Patientinnen und Patienten, die über Ostern im Krankenhaus bleiben müssen, kann mit dieser Spende eine kleine Freude gemacht werden.

„Wir haben uns überlegt, was wir mit der überschüssigen Osterware machen können, die aufgrund der derzeitigen Situation nicht verkauft wurde. Wir entschließen uns dafür, die Süßigkeiten für wohltätige Zwecke zu spenden. Die Spende soll eine Freude für die Patientinnen und Patienten sein, die ja derzeit keinen Besuch empfangen dürfen“, erklärte Filialleiterin Nicole Hallermann.

## Notaufnahme wird vom Hofladen 'Junges Gemüse' unterstützt

Es ist merklich zu spüren, dass in der Bevölkerung das Bewusstsein für den Stellenwert der Arbeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im GPR Klinikum steigt und insbesondere die Notaufnahme mit vielen wertschätzenden Worten bedacht wird. Manche Menschen lassen den netten Worten dann auch Taten folgen, so wie der Hofladen „Junges Gemüse“ aus Bauschheim, der einmal in der Woche eine Kiste mit Obst und Gemüse an die Notaufnahme des GPR Klinikums spendet. „Ich dachte mir, was kann ich denn im Rahmen meiner Möglichkeiten tun, um die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Notaufnahme zu unterstützen. Naheliegend war für uns natürlich, frisches Obst und Gemüse zu spendieren, damit die Ärzte und Pflegekräfte in der Notaufnahme auch fit bleiben“, erklärte Alexandra Jung, die Chefin des Hofladens, ihre Beweggründe.



## Let's Popcorn spendet 300 Packungen Popcorn an das GPR

Die gespendeten „Pausensnacks“ sind eine Aufmerksamkeit, mit der Let's Popcorn seinen Dank an alle Beschäftigten des GPR Klinikums ausdrückt, die jeden Tag und vor allem während der Corona-Krise Zeit und Energie für die Versorgung erkrankter Menschen einsetzen.

Geschäftsführer Mohamed Kadi ist in Rüsselsheim aufgewachsen und wollte dem Krankenhaus seiner Heimatstadt etwas Gutes tun: „Als Rüsselsheimer Junge wollten ich und meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter uns bei den Menschen bedanken, die sich in der Corona-Krise für andere einsetzen“.



## Grau-Tanne vor GPR Klinikum musste gefällt werden

Sie zierte seit Jahrzehnten den Haupteingang des GPR Klinikums, doch ihre Zeit war gekommen und sie musste gefällt werden. Die 13 Meter hohe Grau-Tanne (Abies concolor), die auf dem begrünten Vorplatz des GPR Klinikums stand, wurde 1956 nach Abschluss der Bauarbeiten des Krankenhauses gepflanzt und stand dort 64 Jahre lang.

Im Dezember wurde sie als überdimensionaler Weihnachtsbaum geschmückt und gab dem GPR Klinikum viele Jahre lang einen weihnachtlichen Anstrich. Volker Schädel, der verantwortliche Mitarbeiter für die Gartenpflege und -gestaltung, musste diese Entscheidung schweren Herzens treffen. „Die Tanne war mittlerweile in die Jahre gekommen und begann abzusterben. Wir haben zwar versucht durch Dünge- und Bewässerungsmaßnahmen den Baum zu retten, jedoch ohne Erfolg. Da die nötige Standfestigkeit auch nicht mehr gegeben ist, haben wir uns aus Sicherheitsgründen dazu entschlossen, den Baum zu fällen“, erklärte Schädel.



(djd). **Mindestens 1,5 Liter sollte ein Erwachsener täglich trinken, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE). Hierfür eignet sich beispielsweise sehr gut Trinkwasser aus der Leitung, zu dem viele Experten raten.**

Der Lungeninformationsdienst vom Helmholtz Zentrum München mit Unterstützung des Deutschen Zentrums für Lungenforschung (DZL) in Gießen ergänzt, dass ausreichend zu trinken für Menschen mit Atemwegserkrankungen besonders wichtig sei, um die Produktion von dünnflüssigem Schleim anzuregen. Atemwegserkrankungen können Teil von normalen Erkältungen oder der saisonalen Grippe, Influenza genannt, sein. Sie entstehen ebenfalls im Rahmen von Allergien, etwa in Form von sich entwickelndem Asthma, das chronisch werden kann, und kennzeichnen auch Covid-19-Erkrankungen. Übermäßig viel sollte jedoch nicht getrunken werden. Denn

zu viel Flüssigkeit kann die Lunge belasten, da sich der Druck in den Blutgefäßen erhöht. Was zu viel ist, lässt sich nicht pauschal beantworten. In der Regel sind bis zu drei Liter pro Tag in Ordnung.

#### **Die Qualität des deutschen Leitungswassers ist sehr gut**

Trinkwasser zählt hierzulande zu den am besten kontrollierten Lebensmitteln. Die über 6.000 regionalen Wasserversorger überwachen täglich in mehreren Tests an verschiedenen Punkten der Lieferkette die Qualität. Sie gewährleisten die Reinheit von Leitungswasser, die im Übrigen in der Trinkwasserverordnung geregelt ist. Diese gesetzliche Regelung ist sehr streng und so ausgelegt, dass wir unser Trinkwasser ein Leben lang ohne Gefährdung der Gesundheit genießen können. Auch angesichts der aktuellen Pandemie gilt das Trinken von Leitungswasser als sicher. Das Umweltbundesamt merkt an: „Leitungswasser ist sehr gut gegen alle Viren geschützt,

einschließlich des neuartigen Coronavirus, und kann bedenkenlos getrunken werden.“

#### **Durst mit Wasser statt mit Süßgetränken löschen**

Wie eine aktuell vom Forum Trinkwasser initiierte Studie zeigt, ist es auf eine bisher wenig beachtete Weise gesundheitsförderlich, seinen Durst mit Wasser statt mit Süßgetränken zu löschen. Ernährungsmediziner des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH) in Lübeck fanden heraus, dass das Darmmikrobiom - also die Gesamtheit aller Mikroorganismen, die unseren Darm besiedeln - bei Wassertrinkern eine größere Artenvielfalt aufweist. „Das gilt als positiv und verringert das Risiko einer Gewichtszunahme sowie der Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes, alles Risikofaktoren auch für einen schwereren Verlauf von Covid-19-Erkrankungen“, kommentiert Professor Dr. Christian Sina, Ernährungsmediziner an der UKSH.

## **Ausreichend viel trinken**

Genügend Flüssigkeit ist gerade für Menschen mit Atemwegserkrankungen wichtig

# Erdnüsse



© EnvatoElements

(djd). Verführerische Düfte aus dem Garten oder vom Balkon nebenan kündigen es an: Sommerzeit ist Grillzeit – und das am liebsten mit jeder Menge Genuss und Abwechslung. Grillmeister probieren mit Kreativität neue Rezepte und Kombinationen aus.

Ein vielfältiger Begleiter der Sommerküche vom Rost ist etwa die **ERDNUSS**. Sie verleiht leckeren Gerichten das gewisse Extra. Dabei ist die Erdnuss nicht nur eine köstliche Zutat, in ihr stecken auch viele wertvolle Nährstoffe, die den Grillgenuss perfekt machen.

So ist der Powersnack reich an Protein, Zink, Magnesium und Ballaststoffen. Ballaststoffe etwa sind ein wichtiger Teil einer ausgewogenen Ernährung und helfen, sich länger satt zu fühlen. Mehr Informationen und Rezepte gibt es unter [www.erdnuesse.de](http://www.erdnuesse.de).

Die Erdnuss ist deshalb eine Zutat für unseren Rezeptvorschlag:  
**Lachs mit Erdnussskruste auf knusprigem Salat**

## Zubereitung:

Sojasoße, Honig und 2 El Öl verrühren. Lachsfilets mit etwas Marinade bepinseln und 15 Minuten kaltstellen. Portkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. In eine Schüssel geben und gründlich durchkneten. Möhren schälen und grob raspeln. Orange heiß waschen, trocken tupfen und die Schale abreiben. Anschließend halbieren und auspressen. Portkohlstreifen, Möhrenraspel, abgeriebene Orangenschale und -saft, Essig und 4 El Öl vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen, kaltstellen.

Erdnüsse fein hacken und unter die übrige Marinade rühren. Lachsfilets in eine Grillschale geben. Mit der Erdnussmarinade beträufeln und zugedeckt auf dem heißen Grill etwa acht Minuten grillen. Rucola putzen, waschen, trocken schüteln und unter den Portkohlsalat heben. Salat und Lachs auf Tellern anrichten.

## Zutaten für 4 Portionen

- 40 ml Sojasoße
- 30 g flüssiger Honig
- 6 El Öl
- 4 Lachsfilets mit Haut
- 1/2 Portkohl
- 400 g Möhren
- 1 Bio-Orange
- 5 El Apfelessig
- Salz und Pfeffer
- 60 g ültje Erdnüsse, geröstet und ohne Salz
- 1 Bund Rucola



© djid/WhiteHouse of Food

## Kliniken/Institute

### I. Medizinische Klinik

- Gastroenterologie mit Endoskopie
- Hepatologie
- Infektiologie
- Endokrinologie mit Diabetologie
- Rheumatologie und Immunologie
- Onkologie und Hämatologie

### II. Medizinische Klinik

- Kardiologie/Angiologie/Intensivmedizin/  
Invasive Kardiologie
- Rhythmologie
- Nephrologie mit Dialyse
- Schlaganfallereinheit (Stroke Unit), Neurologie

### Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie

### Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie

### Klinik für Gefäß- und Endovascularchirurgie

### Geriatrische Klinik

### Klinik für Lungen- und Bronchialheilkunde

### Frauenklinik

### Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

### Klinik für Urologie, Kinderurologie und onkologische Urologie

### Klinik für HNO-Heilkunde, Kopf-, Hals- und Plastische Gesichtschirurgie

### Klinik für Anästhesiologie, anästhesiologische Intensivmedizin und perioperative Schmerztherapie

### Fachbereich Orthopädie

### Institut für Radiologie und Nuklearmedizin

### Institut für Laboratoriumsmedizin

### OP-Stützpunkt

### Ambulantes Chemotherapie-Zentrum

### Notaufnahme

### GPR Operative Tagesklinik (OTK)

- Rüsselsheim**
- Radiologie
  - Nuklearmedizin
  - Laboratoriumsmedizin
  - Onkologie
  - Gastroenterologie
  - Rheumatologie
  - Kardiologie
  - Neurologie
  - Kinder- und Jugendmedizin

### Bauschheim

- Hausärztinnen
- Frauenheilkunde und Geburtshilfe
- Laboratoriumsmedizin

### Nauheim

- Frauenheilkunde und Geburtshilfe
- Hausarzt
- Internistin

### Mörfelden

- Frauenheilkunde und Geburtshilfe
- Hausarzt

### GPR Therapiezentrum *PhysioFit*

### GPR Ambulantes Pflegeteam – Rüsselsheim/Mainspitze

### GPR Sozialstation – Mainz-Oppenheim

### GPR Seniorenresidenz „Haus am Ostpark“

### GPR Krankenpflegeschule

### Klinik-Apotheke

### Mobiler Mahlzeiten-Service „Essen auf Rädern“

### Seelsorge im GPR Klinikum

## Ansprechpartner

## Vorwahl (06142) + Telefon

## Telefax

Chefarzt Professor Dr. Dimitri Flieger	88-1367	
Vorzimmer	88-1367	88-1280
Ambulanz	88-1864	
Dr. Andrea Himsel (Rheuma-Ambulanz)	88-1864	88-4595
Ernährungsberatung	88-1661	
Diabetesberatung	88-1694	
Gastroenterologie, Ltd. Oberarzt Dr. Berthold Fitzen	88-1864	88-4595
Anmeldung	88-1864	88-1280
Chefarzt PD Dr. Oliver Koeth	88-1331	
Vorzimmer	88-1831	88-1224
Terminvergabe	88-3100	
Oberarzt Dr. Michael C. Bott	88-1207	
Hämodialyse, Geschäftsf. Oberarzt Dr. Gerhard Rupprecht	88-1753	
Ltd. Oberarzt Dr. Johannes Richter	88-1958	
Chefarzt Professor Dr. Lothar Rudig	88-1924	
Vorzimmer	88-1924	88-1914
Kommissarische Leitung: Ltd. Oberarzt Dr. Lars Leupolt	88-1402	
Vorzimmer	88-1348	88-1647
Chefarzt Dr. Jaroslaw Nakonieczny	88-1046	
Vorzimmer	88-1046	88-4574
Kommissarische Leitung: Ltd. Oberärztin Anja Kleist	88-1856	
Vorzimmer	88-1857	88-1440
Ltd. Ärzte Dr. Christian von Mallinckrodt, Dr. Torsten Born Facharztpraxis	62122	965079
Chefarzt Professor Dr. Eric Steiner	88-1449	
Vorzimmer und Ambulanz	88-1316	88-1223
Kreislauffauna/Aufnahme	88-1941	
Chefärztin Dr. Christiane Wiethoff	88-1447	
Vorzimmer	88-1391	88-1491
Chefarzt Dr. Guido Platz	88-1362	
Vorzimmer	88-1362	88-1240
Chefarzt Dr. Bernd Korves, Stellv. Ärztlicher Direktor	88-1373	
Vorzimmer	88-1446	88-1695
Ambulanz	88-1612	
Chefarzt PD Dr. Gerd Albuszies, MBA, Ärztlicher Direktor	88-1404	
Vorzimmer	88-1396	88-1274
Ambulanz	88-1212	
Kooperationsärzte Dr. Etienne Heijens, Dr. Manfred Krieger	88-1053	88-1751
Terminvergabe	88-1051	
Chefarzt Dr. Andreas Wieschen	88-1444	
Vorzimmer	88-1320	88-1855
Anmeldung	88-1500	
Chefärztin Dr. Yolanta Dragneva	88-1443	
Vorzimmer	88-1643	88-1592
Leitung Sandra Kalkan-Linay, Anmeldung	88-3230	88-3733
Ärztl. Leitung Oberärztin Sabine Hainke	88-1024	88-1798
Ärztl. Leitung Oberarzt Stefan Münch / Anmeldung	88-3170	88-3706
Leitung Dr. Ralf Bickel-Pettrup	88-1565	
Anmeldung	88-1051	88-1751
Dr. Stephan Bender, Dr. Bettina Wilhelm, Katrin Licht (Radiologie)	88-4500	88-4505
Dr. Dirk Vehling (Nuklearmedizin)	88-4500	88-4505
Dr. Sabine Emrich (Laboratoriumsmedizin)	88-1644	88-1592
Sabine Hainke (Onkologie)	88-1024	88-1709
Dr. Berthold Fitzen (Gastroenterologie)	88-1864	88-4595
Dr. Andrea Himsel (Rheumatologie)	88-1864	88-4595
Dr. Michael C. Bott (Kardiologie)	88-3100	
Dr. Inge Kelm-Kahl, Andrej Janevski (Neurologie)	06142 62611	06142 15595
Dr. Jonas Schönfeld, Sebastian Moosmüller (Pädiatrie)	06142 65357	06142 65015
Giedre Michelkeviciene (Hausärztin), Dr. Almas Temuri (Hausärztin)	06142 71325	06142 73283
Dr. Clemens Wildt, Susanne Petri (Frauenärzte)	06152 69521	06152 64656
Dr. Barbara Heil (Laboratoriumsmedizin)	88-1643	88-1592
Dr. Azita Chennaoui (Frauenärztin)	06105 23696	06105 22747
Wladimir Reinhardt (Hausarzt)	06105 1577	06105 280666
Dr. Binh Tran-My (Internistin)	06105 1577	06105 280666
Irina Kluge, Heike Zajonz (Frauenärztinnen)	06142 22333	06142 21444
Dr. Sebastian Schink (Internist), Dr. Markus Heil (Hausarzt)	06142 926910	06142 926911
Med. Trainingstherapie/Physiotherapie, Terminvergabe	88-1419	88-1777
Gisela Mink	88-1888	88-1880
Katharina Back	06133 5790920	06133 5790922
Heimleitung Eilert Kuhlmann	88-1120	
Pflegedienstleitung Linda Wagner	88-1125	
Vorzimmer	88-1129	561787
Zentrale	88-110	
Sekretariat	88-4821	
Ltd. Apothekerin Maika Bester	88-1420	
Vorzimmer	88-1420	88-1608
Brigitte Anthes	88-3000	
Pfarrer Reinhold Jakob (katholisch)	88-1900 / 738670	
Pfarrerin Loretta Stroh (evangelisch)	88-1272	
Hartmut Schöfer (ehrenamtlich)	88-1900	

Internet: [www.gp-ruesselsheim.de](http://www.gp-ruesselsheim.de)  
 Informationszentrale Telefon: 06142 88-0 • Fax: 06142 88-1371

