



DAS KLINIK JOURNAL

www.salzachklinik-fridolfing.de



FRIDOLFING



Das Journal zum Mitnehmen



Einweihung und Segnung mit zahlreichen Ehrengästen

Feierlicher Abschluss der Um- und Neubaumaßnahme



Es brennt an der Salzachklinik!

Großübung für den Ernstfall



Physiotherapie an der Salzachklinik

Schmerzen lindern, Mobilität erhalten – gut für Körper und Psyche

Bluthochdruck

Gut besuchter Vortrag von Dr. Michael Hüller

In regelmäßigen Abständen finden in der Salzachklinik Vorträge zu Gesundheitsthemen statt, um die Bevölkerung zu Krankheitsbildern, Behandlungsmöglichkeiten und vorbeugenden Maßnahmen zu informieren. Ende 2019 hielt der Internist Dr. Michael Hüller einen interessanten Vortrag über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Bluthochdruck. Der mit fast 90 Besuchern vollbesetzte Mehrzweckraum der Klinik machte deutlich, wie viele Menschen direkt oder indirekt von Bluthochdruck betroffen sind.

Der Blutdruck

Der Blutdruck wird durch das Zusammenziehen und Entspannen des Herzmuskels erzeugt. Er ist erforderlich, damit das Blut Nährstoffe und Sauerstoff durch die Adern zu den Körperzellen transportieren kann. Beim Messen des Blutdrucks unterscheidet man zwei Werte: **Systolischer Blutdruck** – entsteht, wenn sich der Herzmuskel zusammenzieht und sauerstoffreiches Blut in die Gefäße pumpt. **Diastolischer Blutdruck** – misst den Druck auf die Gefäße, wenn der Herzmuskel erschlafft.

Die Messwerte werden stets paarweise angegeben. Dabei steht der höhere, systolische Wert vorn und der niedrigere, diastolische Wert hinten. Ideal wäre ein Wert von 120-140 mmHg zu 80-85 mmHg. Liegt der systolische Wert über 140 mmHg und/oder der diastolische Wert über 85 mmHg spricht man von Bluthochdruck. Doch es gibt auch zu niedrigen Blutdruck, wenn die Messwerte unter 105 mmHg zu 65 mmHg fallen.

Bluthochdruck – was tun?

Neben der richtigen Medikation, die der Hausarzt je nach Ursache für den Bluthochdruck festlegt, ist es wichtig, seinen Lebensstil anzupassen. Dr. Hüller erklärte, was der Einzelne selbst tun kann, um seinen Blutdruck zu senken:

- ◆ **Verzicht auf Rauchen und Alkohol**
- ◆ Ausgewogene Ernährung mit **wenig Salz**
Eine hohe Salzzufuhr erhöht den Blutdruck. Probieren Sie mal frische Kräuter statt Salz. Halten Sie ihre tägliche Kochsalzzufuhr unter 6 g.
- ◆ **Kein Stress**
Übermäßiger Stress ist ein Blutdrucktreiber. Deshalb ist es wichtig, Stressursachen zu erkennen und nach Möglichkeit zu beseitigen oder wenigstens zu redu-



Dr. Michael Hüller referierte über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Bluthochdruck (Hypertonie)

zieren. Sorgen Sie z. B. mit Hobbies für einen seelischen Ausgleich oder entspannen Sie mit Yoga, autogenem Training o.ä.

◆ Regelmäßige Bewegung

Wer Sport treibt, tut seinem Körper etwas Gutes und hilft zusätzlich seinen Blutdruck zu senken. Gut für das Herz-Kreislauf-System sind vor allem Sportarten mit einer mäßigen Ausdauerbelastung, wie z. B. Joggen, Nordic-Walking, Wandern, Skilanglauf, Radfahren und Schwimmen oder einfach mehrmals wöchentlich mindestens 30 Minuten flott spazieren gehen.

◆ Körpergewicht

Das Körpergewicht beeinflusst den Blutdruck. Es ist oft nicht einfach, sein Übergewicht zu reduzieren. Doch durch die Normalisierung des Körpergewichts lässt sich ein zu hoher Blutdruck in den meisten Fällen wirkungsvoll senken.

Wer nichts tut, geht ein großes Risiko ein, erklärte Dr. Hüller. Bluthochdruck kann die Ursache für Schlaganfall, Herzinfarkt oder eine Hirnblutung sein. Darum ist es wichtig, seinen Blutdruck in regelmäßigen Abständen vom Arzt testen zu lassen oder mit einem eigenen Blutdruckmessgerät zu überprüfen. Viele Besucher hatten ihr Blutdruckmessgerät mitgebracht. So konnten Dr. Hüller und seine beiden Arzthelferinnen erklären, wie man dieses optimal benutzt, um zuverlässige Werte zu erzielen.

Im letzten Teil seines Vortrages beantwortete Dr. Hüller die Fragen der Besucher. Es ging um Medikamente und ihre Wirkungsweisen. Oder welche gesundheitlichen Folgen dauerhaft zu hoher oder zu niedriger Blutdruck haben kann. Eine Besucherin fragte nach Alternativen zur Schulmedizin.

Grußwort

**vom Vorsitzenden des
Fördervereins der
Salzachlinik,
Eugen Stadler**

*Grüß Gott liebe Leserinnen und Leser,
liebe Patientinnen und Patienten,*

nicht nur für Fridolfing sondern für alle Menschen in der Region ist die Salzachlinik von großer Bedeutung. Sie bietet beste medizinische Versorgung, bei der der Mensch mit seinen individuellen Bedürfnissen im Mittelpunkt steht – und das in Wohnortnähe.

Der Förderverein der Salzachlinik hat mittlerweile mehr als 400 Mitglieder. Seit der Gründung im Jahre 2003 bin ich erster Vorsitzender. Wir bemühen uns, die Salzachlinik ideell und vor allem finanziell zu unterstützen. Der Förderverein finanziert z. B. gestalterische Maßnahmen im Klinikgebäude und unterstützt die Anschaffung zusätzlicher medizinischer Geräte, um die ohnehin sehr guten Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten noch weiter zu verbessern. Bestes Beispiel sind die auf Seite 4 aufgeführten Geräte für die Kardiologie.

Im vergangenen Jahr gab es einen Wechsel in der Vorstandschaft. Unser verdienter 2. Vorsitzender Dr. Bernd Kurz verstarb Ende 2018. Er hat in jahrzehntelanger Tätigkeit als Arzt mit viel Herzblut die Innere Abteilung auf- und ausgebaut und gemeinsam mit der Gemeinde für Erfolg und Fortbestand unserer Salzachlinik gesorgt. Seine Nachfolge hat der langjährige Gemeinde- und Kreisrat Robert Aigner angetreten. Es freut mich, dass wir mit ihm wieder einen engagierten Mitstreiter gewinnen konnten, dem das Wohl der Salzachlinik und ihrer Patienten sehr am Herzen liegt.

Die steigende Mitgliederzahl und die regelmäßigen Spenden von ehemaligen sehr zufriedenen Patienten und Angehörigen sowie die großzügige Unterstützung vieler Firmen sind ein deutliches Zeichen für den hohen Stellenwert der Salzachlinik.

Selbstverständlich freuen wir uns über jedes neue Mitglied. Ich darf Sie herzlich einladen, sich bei der Lektüre dieses Klinikjournals ein Bild unserer hervorragenden Salzachlinik und des Fördervereins zu machen. Gesundheit ist das höchste Gut und das wünsche ich Ihnen: Bleiben oder werden Sie gesund.

Ihr



Eugen Stadler

1. Vorsitzender des Fördervereins



Förderverein Salzachlinik Fridolfing e. V.

Informationen und Beitrittsformulare bei der Gemeinde, der Salzachlinik oder unter www.salzachlinik-fridolfing.de

Bankverbindungen:

VR-Bank Oberbayern Südost,
BIC: GENODEF1BGL
IBAN: DE69 7109 0000 0005 7441 05

Sparkasse Traunstein-Trostberg,
BIC: BYLADEM1TST

IBAN: DE85 7105 2050 0008 0770 18

Termine

„Fridolfinger
Medizingespräche“
in der Salzachlinik:

- ▶ 26. März 2020, 19 Uhr
Wenn der Fuß schmerzt
Moderne Verfahren in der
Fußchirurgie
Vortrag von
Chirurg und Orthopäde
Dr. Artur Bergmann und
Physiotherapeutin
Franziska Wilsch
- ▶ 23. April 2020, 19 Uhr
Cholesterin
Vortrag von Internist
und Kardiologe
Dr. Florian Kraher
und Ernährungs-
beraterin Maria Stadler
- ▶ im September 2020
Lungentag

Inhalt

Bluthochdruck

Gut besuchter Vortrag von Dr. Hüller . . . 2

Förderverein der Salzachlinik . . . 4

Truna 2019 5

Einweihung und Segnung des neuen Anbaus Haus C

Ehregäste und Bevölkerung
besichtigten die Salzachlinik. 6

Es brennt!

Großübung an der Salzachlinik 8

Wo der Mensch noch Mensch ist . . . 9

Physiotherapie an der Salzachlinik

Gut für Körper und Psyche 10

Rote Beete

Infos und Rezept von Maria Stadler . . 11

Förderverein der Salzachklinik

Förderverein unterstützt die Salzachklinik mit medizinischen Geräten u.v.m.

Der Förderverein der Salzachklinik hat mittlerweile mehr als 400 Mitglieder und zahlreiche regelmäßige Spender. Mit seinen Fördergeldern und Mitgliedsbeiträgen unterstützt er die Klinik seit vielen Jahren.

Förderverein finanziert neuen Notfallwagen

Notfallwagen sind Rollwagen, die mit allen wichtigen Medikamenten und Instrumenten für die Notfallversorgung eines Patienten bestückt sind. In den vielen Schubladen ist alles enthalten, was im Ernstfall zur schnellen Hilfeleistung benötigt wird.

Vor kurzem übergab der Förderverein der Salzachklinik den neuen Notfallwagen im Wert von ca. 2.500 Euro. Dieser ermöglicht die notfallmedizinische Versorgung im gesamten Erdgeschoss der Klinik.



Übergabe des neuen Notfallwagens
v.l.n.r.: Robert Aigner (2. Vorsitzender), Dr. Ullrich Rehme (leitender Belegarzt), Altbürgermeister Eugen Stadler (1. Vorsitzender), Wilma Haas (Krankenschwester im Funktionsdienst), Johanna Hummelberger (stellv. Stationsleitung), Johann Prams (Kassier) und Elisabeth Sinzinger (Klinikleitung)



Nach dem Tod des verdienten 2. Vorsitzenden Dr. Bernd Kurz im vergangenen Jahr hat Robert Aigner das Ehrenamt übernommen. v.l.n.r. Robert Aigner (2. Vors.), Johann Prams (Kassier), Marianne Günther (Schriftführerin), Altbürgermeister Eugen Stadler (1. Vors.) und Hans Gschirr (Beisitzer)

Neue TEE-Sonde für die Kardiologie

Mit rund 19.000 Euro finanzierte der Förderverein eine neue TEE-Sonde für die Salzachklinik. Sie liefert brillante Bilder für die kardiologische Diagnostik und ist eine wichtige Ergänzung für die Kardiologie der Salzachklinik.

Eine transösophageale Echokardiographie (TEE) – ugs. Schluckecho – ist eine Ultraschalluntersuchung des Herzens. Die Ultraschallsonde wird in die Speiseröhre eingeführt und bis auf Herzhöhe vorgeschoben. Da der Schall bei dieser Untersuchung nicht durch Lunge und Rippen gedämpft wird, lassen sich insbesondere Veränderungen und Undichtigkeiten der Herzklappen noch genauer erkennen.

Stressecho-Modul

Auch die ca. 5.000 Euro für das neue Stressecho-Modul stellte der Förderverein zur Verfügung. Hierdurch ist bei Verdacht auf eine Herzkranzgefäßerkrankung eine rasche und zuverlässige Abklärung möglich. Es ist eine gute Ergänzung zum bestehenden Ultraschallgerät der Salzachklinik und erweitert das diagnostische Spektrum für unsere Patienten.

Eine Stress-Echokardiographie wird bei Verdacht auf Durchblutungsstörungen des Herzens durchgeführt. Sie zeigt z. B. das Pumpverhalten des Herzens oder Herzklappenfehler. Weil Symptome für Herzbeschwerden oft erst bei Belastung auftreten, ist eine Untersuchung „unter Stress“ nötig. Der „Stress“ wird durch Einnahme eines Arzneimittels, das eine höhere Herzfrequenz auslöst, imitiert.



Verschönerung des OP-Aufwachraums

Aus der Narkose aufwachen und einen prächtigen Blick auf Berge, Wiesen und Seen genießen ... das können die Patienten der Salzachklinik seit kurzem. Wegen der baulichen Gegebenheiten zeigte ein Blick aus den Fenstern von OP- und Aufwachraum bislang die kahle Betonwand des Anbaus. Zur Freude aller und Dank der finanziellen Unterstützung des Fördervereins wurden diese Fenster mit attraktiven Naturmotiven verschönert.



Dank der Spenden des Fördervereins ist die Salzachklinik in der Lage, verschiedene Anschaffungen wie medizinische Geräte oder Einrichtungen, die sonst zurückgestellt werden müssten, zu verwirklichen.



Truna 2019

Die Salzachklinik präsentierte sich den zahlreichen Besuchern



Seit 1979 gibt es in Traunstein alle zwei Jahre die große Gewerbeschau Truna, wo heimische Betriebe sich einem großen Publikum darstellen. Auch 2019 waren der Genusort Fridolfing und die Salzachklinik Fridolfing wieder mit einem gemeinsamen Stand vertreten. Das Interesse der Besucher war sehr groß. Allein am Gewinnspiel der Salzachklinik haben mehr als 550 Besucher teilgenommen und Fragen rund um die Klinik beantwortet. Über je einen Frühstücks- bzw. Einkaufsgutschein freuten sich die Gewinner Fr. Kirschbaum aus Nußdorf, Hr. Freymayer aus Traunreut, Fr. Sinzinger aus Tittmoning, Hr. Reischl aus Fridolfing, Hr. Huß aus Fridolfing und Fr. Greinecker aus Neukirchen.

Die Klinikleiterin Elisabeth Sinzinger und der 2. Bürgermeister Egon Kraus bei der Auslosung des Gewinnspiels

Einweihung und Segnung des neuen Anbaus Haus C

Ehrengäste und Bevölkerung besichtigten die neuen Räume der Salzachklinik

Das neue Haus C der Salzachklinik wurde nach rund zwei Jahren Bauzeit im Oktober 2019 eingeweiht.

Rund 90 Ehrengäste am Vormittag

Unter den Ehrengästen waren neben Gemeinderäten, Ärzten und Nachbargemeindeführern auch Landrat Siegfried Walch, Altlandrat Hermann Steinmaß, Bundestagsabgeordnete Dr. Bärbel Kofler, Landtagsabgeordnete Gisela Sengl, Architekt und Planer Hans Romstätter u.v.m.



Bürgermeister J. Schild, Landrat S. Walch, Dr. M. Hüller und Altlandrat H. Steinmaß bei der CT-Besichtigung

Bürgermeister Johann Schild dankte in seiner Ansprache allen Anwesenden für das gute Für- und Miteinander auf allen Ebenen, das den erfolgreichen Abschluss dieser Baumaßnahme erst ermöglicht habe. Er freute sich über die neue Radiologie mit dem hochmodernen Computertomographen, der die Diagnostikmöglichkeiten vor Ort nicht nur für mehr als 2.000 stationäre Patienten im Jahr sondern für die ganze Bevölkerung in der Region erweitert. Der Bürgermeister betonte in seiner Ansprache, dass die hervorragende Zusammenarbeit mit allen Anwesenden der Schlüssel zum Erfolg der Salzachklinik sei und bedankte sich recht herzlich. Der Mensch stehe im Mittelpunkt und dieser familiäre Grundsatz mache die Salzachklinik aus: Beste medizinische Versorgung mit Herz und das ganz in Ihrer Nähe.

Landrat Siegfried Walch würdigte die Salzachklinik als wichtigen Baustein der regionalen Gesundheitsversor-

gung und beglückwünschte die Gemeinde Fridolfing zum abgeschlossenen Bauprojekt, das eine „Investition in die Zukunft“ darstelle. An die Mitarbeiter und Ärzte gerichtet sagte er: „Die Patienten fühlen sich bei euch wohl und gut aufgehoben, weil Ihre Herzlichkeit ausstrahlt – und das, obwohl Ihr unglaublich hart arbeiten müsst. Das ist eine riesige Leistung, für die Ihr den Respekt der gesamten Bevölkerung verdient.“

Dr. Ullrich Rehme verglich die Salzachklinik mit einer Hummel, die rein physikalisch gesehen nicht fliegen können dürfte. „Wir sind der lebendige Beweis, dass auch kleine Häuser wirtschaftlich arbeiten können, denn Nähe sticht Größe!“ Er freute sich über die neue Radiologie mit Computertomographen, die stationären Patienten nicht nur lange, anstrengende Transporte erspare sondern auch noch Geld und CO₂.

Nach den Segensgebeten begab sich eine kleine Abordnung mit Pfarrer Ludwig Westermeier in den Neubau. Dort segnete der Geistliche die neuen Räume im Haus C und wünschte der Salzachklinik, allen, die darin arbeiten, und den Patienten Gottes reichen Segen.

Petra Ohlendorf, Josef Pallauf und Wolfgang Grösch umrahmten die Feier musikalisch.

Kunst in der Salzachklinik

Genesung ist ein ganzheitlicher Prozess von Körper, Geist und Seele. Sich-Wohlfühlen ist hier ganz wichtig. Dazu tragen die neuen Kunstobjekte und Bilder im Haus C bei. Die ansprechenden Bilder in den Fluren hat die Fridolfinger Künstlerin Gudrun Reubel erstellt. Die Bronzefiguren im Eingangsbereich von Haus C stammen aus den Händen des Künstlers Ekkehard Wiegand.

Besichtigung durch die Bevölkerung

Am Nachmittag des Einweihungstages war die Bevölkerung zur Besichtigung der neuen Räume und Einrichtungen im Anbau der Salzachklinik eingeladen. Hunderte von Interessierten nutzten die Gelegenheit und so herrschte reger Betrieb.

Im Abstand von 20 Minuten fanden jeweils drei oder vier Führungen statt. Sie wurden von der Klinikleitung Elisabeth Sinzinger, dem leitenden Belegarzt Dr. Ullrich Rehme und den stellvertretenden Stationsleitungen Johanna Hummelberger und Miriam Alles geleitet.



Klinikleiterin Elisabeth Sinzinger führte Besucher durch Haus C

In der neuen Radiologie, die seit April vom Radiologischen Zentrum Alpenrand als Zweigstelle betrieben wird, erklärten Dr. Ralf Felbinger und Mitarbeiterin Franziska Gruber, wie CT-Untersuchungen ablaufen.

Wir für unsere Salzachklinik

Im Anschluss an die Führungen waren die Besucher eingeladen, sich bei Kaffee und Kuchen gemütlich zusammenzusetzen. Einige Beschäftigte der Salzachklinik und des Rathauses hatten Kuchen gebacken und übernahmen die Bewirtung der Gäste zu Gunsten des Fördervereins der Salzachklinik. Die Vorstandsmitglieder des Fördervereins informierten an einem Stand über ihre Arbeit zum Wohl von Klinik und Patienten. Obwohl viele Besuchern bereits Mitglied des Fördervereins waren, konnten dennoch einige „Neue“ hinzugewonnen werden. Das Echo der zahlreichen Besucher war mehr als positiv. Sie waren begeistert von den Neuerungen und der Leistungsfähigkeit der Salzachklinik. Aus der Bewirtung konnten mehr als 500 Euro an den Förderverein übergeben werden.



Viele Besucher gönnten sich zum Abschluss noch eine Erfrischung

Die Neu- und Umbaumaßnahme mit Gesamtkosten von 3,3 Mio. Euro bezuschusste der Freistaat Bayern mit 2 Mio. Euro und der Landkreis Traunstein mit 500.000 Euro, sodass der Gemeinde ein Eigenanteil von 800.000 Euro verblieb.

Strukturverbesserungen 2017–2019 an der Salzachklinik

Der dreigeschossige Anbau, Haus C wurde fertiggestellt. Darin finden sich ...

► Neue Radiologie mit CT

Im Erdgeschoss hat eine moderne Zweigstelle des Radiologischen Zentrums Alpenrand mit Computertomograph (CT) im April 2019 den Betrieb aufgenommen. Der hoch moderne CT unterstützt die behandelnden Ärzte vor Ort an der Salzachklinik und in den umliegenden Hausarztpraxen beim schnelleren Stellen der Diagnose und erleichtert die Behandlung der Patienten im Rupertiwinkel. Es erspart ihnen weite Wege und viel Zeit. Für die stationären Patienten der Salzachklinik entfallen umständliche zeitraubende Transporte von der Salzachklinik zu auswärtigen radiologischen Praxen.

► Neue Patientenzimmer

Im 2. Obergeschoss entstanden fünf neue helle Patientenzimmer mit Du/WC. Zwei davon können als Schleusenzimmer, z. B. bei ansteckenden Krankheiten, verwendet werden. Damit stehen mehr Einzelzimmer zur Verfügung, um den Patienten den Aufenthalt in der Klinik angenehmer und komfortabler zu gestalten. Die Gesamtanzahl von 45 Betten bleibt unverändert.

► Räume für das Personal

Das Personal der Salzachklinik freut sich über einen neuen hellen Aufenthaltsraum mit kompletter Küche und moderne Umkleieräume mit Dusche.

► Büros, Lager und Technikbereich

Außerdem wurden ein Bereitschaftsraum für den Notarztstandort Fridolfing und neue Büros neben Lager, Technikräumen, Bettenlager, Archiv usw. geschaffen.

Nach der Verlagerung einiger Bereiche in den Neubau konnte der Schwesternstützpunkt in Haus A erweitert werden. Es wurde z. B. ein reiner Arbeitsraum eingerichtet. Dort können die Schwestern in Ruhe Medikamente und Infusionen für die Patienten herrichten. Damit erfüllt die Salzachklinik neue hygienische Aspekte und verbessert die Arzneimitteltherapiesicherheit.

Es brennt!

Großübung an der Salzachklinik



Bei der Übung wurde der Ernstfall mit täuschend echter Rauchentwicklung simuliert

Nachdem der Neubau an der Salzachklinik fertiggestellt und eingeweiht war, sollte auch das Sicherheits- und Rettungskonzept aktualisiert werden. Deshalb organisierte der Brandschutzbeauftragte der Gemeinde Fridolfing, Hans Heinrich, eine Großübung. Anfang November wurde der Ernstfall geprobt.

Das Szenario:

Ein nächtlicher Brand im Untergeschoss des Neubaus Haus C mit starker Rauchentwicklung, fünf zu evakuierenden Patienten im Neubau, fünf eingeschlossenen Personen im verrauchten Keller und eine Person auf dem Dach.

Um 9.30 Uhr erklang der Alarm. Die beiden Nachtschwwestern begaben sich sofort zur Brandmeldeanlage, die die Meldungen aller Rauchmelder anzeigt.

Sie ermittelten den Brandort und bis zum Eintreffen von Feuerwehr und Rettungskräften evakuierten sie die Patienten aus Haus C, d. h. sie brachten sie in den nächst sicheren Brandabschnitt im Haus B. Oberstes Gebot dabei war, die stationären Patienten mit Betten oder Rollstühlen zügig in Sicherheit zu bringen. Alle Sicherheitsmaßnahmen wie Sauerstoffversorgung usw. waren einzuhalten und jeder einzelne musste sachlich und ruhig informiert werden, um eine Panik zu vermeiden. Die Feuerwehren aus Fridolfing, Pietling, Tittmoning, Kirchanschöring und Petting rückten an. Mit Atemschutzmasken ausgerüstete Feuerwehrmänner retteten die im verrauchten Keller eingeschlossenen Personen. Mit Fluchthauben ausgestattet wurden sie ins Freie geführt und den Rettungssanitätern des Fridolfinger Roten Kreuzes übergeben.

Während vier Feuerwehren Schlauchleitungen legten und mit der Brandbekämpfung begannen, bargen die Tittmoninger von der anderen Seite des Gebäudes mittels Drehleiter eine Person vom Dach des Klinikgebäudes. Das RK Tittmoning kam mit zwei weiteren Fahrzeugen, holte mit der Rettungsliege eine verletzte Person aus dem Inneren der Klinik und brachte sie zur Versorgung in den Rettungswagen. Dank der guten Organisation arbeiteten alle Feuerwehren Hand in Hand. Nach einer Stunde konnte Entwarnung gegeben werden: „Alle Personen in Sicherheit, Brand unter Kontrolle!“

Die Verantwortlichen von Gemeinde, Feuerwehren und Rettungsdiensten waren mit der Übung mehr als zufrieden. Der Verlauf der Großübung hätte gezeigt, dass man für den Ernstfall, der hoffentlich nie eintreten wird, Dank guter Ausbildung und Ausstattung bestens gerüstet sei.

Die Einsatzleitung innerhalb der Salzachklinik ...



Wo der Mensch noch Mensch ist

Ihre Salzachklinik in Fridolfing – vielfältig und persönlich

Die Salzachklinik Fridolfing ist für die besondere Zuwendung zu ihren Patienten bekannt. Bei uns wird nicht über den Infarkt von Zimmer 3 oder den Fuß von Zimmer 5 gesprochen, nein, jeder Patient hat einen Namen. Der Mensch mit all seinen Anliegen, Bedürfnissen und sein Wohlergehen stehen im Mittelpunkt unseres Handelns.

Optimale Pflege steht im Vordergrund

Wir sind kein Schwerpunktkrankenhaus oder Maximalversorger, das ist auch nicht unser Anspruch. Unser Anspruch ist es, in den medizinischen Bereichen der Chirurgie und Inneren Medizin eine optimale Pflege anzubieten.

In unserer Inneren Medizin versorgen wir Patienten, die an unterschiedlichen internistischen Erkrankungen wie Herzschwäche, Asthma, Bluthochdruck oder COPD leiden, ebenso wie Patienten mit Demenzerkrankungen, Suchterkrankte oder Patienten mit onkologischen Krankheiten. Auch wenn wir keine Fachabteilung für Palliativmedizin vorhalten, betreuen wir Menschen auch palliativ. Dabei liegt unser Augenmerk auf einer ganzheitlichen Versorgung unserer Patienten. Nicht nur das erkrankte Organ, sondern die „Rundumversorgung“ liegt uns am Herzen. Patienten und deren Angehörige, werden in den Krankheitsphasen durch das Pflegepersonal fürsorglich begleitet. Unterstützende Maßnahmen sollen dem Patienten den Aufenthalt erleichtern.

Individuelle Betreuung

Die bei der Pflegeanamnese gewonnenen Informationen über

Wünsche und Vorlieben werden von den Schwestern und Pflegern umgesetzt. Ein Beispiel: Leidet ein Patient an Schluckstörungen, hat aber schon immer gern Wein oder Bier getrunken, wird mithilfe einer Sprühflasche sein Mundraum mit

Operateure bieten von Knochenbrüchen, Knie- und Fußoperationen mit und ohne Plastiken, Leistenbrüchen bis hin zu Schilddrüsenoperationen ein breites Spektrum an. Die Nachbetreuung, gezielte Krankenbeobachtung und



dem Lieblingsgetränk befeuchtet, so dass er dieses Geschmackserlebnis erneut verspüren kann. Auch die Körperpflege kann mit verschiedenen Aromaölen wie z. B. Orange, Minze und Lavendel durchgeführt werden, was zu einem Wohlfühl führen oder entspannend wirken kann.

Doch nicht nur in der Inneren Medizin betreuen wir unsere Patienten individuell. Auch im Bereich der Chirurgie haben wir Patienten mit unterschiedlichen Operationen und postoperativen Nachbetreuungen. Die verschiedenen

Aufnahme der Beschwerden mit ziel- und zeitgerechter Einleitung unterschiedlichster Maßnahmen in Absprache mit den behandelnden Ärzten dient dem Wohle unserer Patienten und deren Gesundheit. Pflege und Medizin stellen sich flexibel auf die Patienten ein und sind bestrebt ihr Fachwissen stetig zu erweitern.

Für die Mitarbeiter der Salzachklinik Fridolfing zählt vor allem eines: der MENSCH. Ob er sich nun selbst oder notfallmäßig in die Salzachklinik begibt, bei uns ist der Mensch noch Mensch.

Physiotherapie an der Salzachklinik

Schmerzen lindern, Mobilität erhalten – gut für Körper und Psyche

Physiotherapie ist ein wichtiger Bestandteil im modernen Krankenhausbetrieb. An der Salzachklinik unterstützen Physiotherapeuten die stationären Patienten mit individuell zugeschnittenen Behandlungen. Sie lindern Schmerzen, verbessern Körper- und Gelenkfunktionen, fördern das Körperbewusstsein und stärken die Muskulatur. Die Bewegung wirkt sich auch positiv auf die Stimmung, die Psyche des Patienten aus.



Physiotherapeutin Franziska Wilsch
von der Praxis „Frank PHYSIO AKTIV“,
einem Vertragspartner der Salzachklinik

„Ich liebe die tägliche Arbeit mit den Patienten der Salzachklinik. Es ist schön zu sehen wenn es den Menschen durch meine Unterstützung körperlich und psychisch besser geht.“

Die Physiotherapeutin Franziska Wilsch arbeitet eng mit den Ärzten der Salzachklinik zusammen. Die behandelnden Chirurgen und Internisten verordnen nach einem Eingriff bzw. während des Krankenhausaufenthaltes notwendige Anwendungen und vermerken diese in der Patientenakte. Nach diesen ärztlichen Anweisungen macht Frau Wilsch in enger Abstimmung mit dem Pflegepersonal Übungen mit



den Patienten. Bei Auffälligkeiten oder Unklarheiten wendet sie sich direkt an den behandelnden Arzt. „Wenn zum Beispiel ein Patient Sauerstoff erhält, muss vor der Physiotherapie geklärt werden, ob Übungen mit oder ohne Sauerstoff erfolgen dürfen,“ erklärt die Physiotherapeutin.

Physiotherapie nach einem chirurgischen Eingriff

Hatte z. B. ein Patient eine „Hallux Valgus“ Operation, bespricht der Chirurg anschließend mit der Physiotherapeutin die notwendigen Behandlungsschritte. Nach einer Fuß-OP muss streng auf die Fußbelastung geachtet werden. Der Patient soll sich aber dennoch bewegen, um die Wundheilung zu unterstützen, die Beweglichkeit zu erhalten und die Muskulatur zu stärken. Der behandelnde Arzt gibt eine Anfangsbelastung für den operierten Fuß vor und die Physiotherapeutin übt mit dem Patienten, genau diese Belastung einzuschätzen. Sie zeigt dem Patienten, wie er seine Krücken richtig einstellt und trotz Gehhilfe mobil bleibt. Neben Treppentraining, der optimalen Haltung und der richtigen Lagerung des Fußes, um Schwellungen zu reduzieren, gibt sie auch Tipps für das richtige Verhalten – was darf ich, was sollte ich vermeiden?

Hilfe für Schmerzpatienten

Für Patienten, die sich an der Salzachklinik z. B. einer Schmerztherapie der Wirbelsäule unterziehen, ist eine begleitende Physiotherapie eine große Hilfe. Nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt zeigt Fr. Wilsch den Patienten schmerzlindernde, entlastende und kräftigende Übungen für den Wirbelsäulenbereich. Ein Muskelaufbau an der richtigen Stelle ist wichtig, um Abnutzungserscheinungen auszugleichen. Die Physiotherapeutin veranschaulicht u.a. eine rüchenschonende Arbeitshaltung und gibt Tipps für gesundes Verhalten, wie entlastende Übungen, am Arbeitsplatz.

Bewegung ist wichtig

Vor allem bei älteren Menschen gilt es, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu verbessern und den Kreislauf in Schwung zu halten. Hier hilft Physiotherapie mit einfachem, aber effektivem Bewegungstraining wie z. B. Aufsteh- und Hinsetzübungen. Diese Übungen kräftigen die Beine, den Rumpf, regen den Kreislauf an, fördern die Ausdauer und stärken die Kondition.



Bewegung wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden aus – Fr. Wilsch motiviert und unterstützt eine Patientin, sich mit dem Rollator in Bewegung zu halten, damit sie aus ihrem Zimmer kommt, andere Menschen sieht, sich in einer anderen Umgebung bewegt.

Eine große Hilfe für Patienten, die im Bett liegen müssen, sind aktive oder passive Bewegungsübungen und eine spezielle Atemtherapie. Atemübungen belüften die Lunge, verbessern die Durchblutung, den Sauerstoffaustausch und unterstützen das Abhusten von Schleim. Mit aktiven Atemübungen wird einer Lungenentzündung vorgebeugt.



Leben Sie das Motto von Franziska Wilsch
*„Auch wenn man Schmerzen hat, immer in Bewegung bleiben – im schmerzfreien Bereich, den Umständen angepasst.
 Dann geht es der Psyche und dem Körper besser!“*

Rote Beete

Power fürs
 Immunsystem



„Rote Beete ist eine der gesündesten Gemüsesorten. Ob als Saft, Salat, Suppe oder Gemüsebeilage, im Knödel, Kartoffelpuffer, Bratling oder Kuchen – Rote Beete lässt sich vielseitig zubereiten.“



Maria Stadler
 Ernährungs- und Diätberaterin
 Diabetesassistentin | Kochkurse
 Tel. 08684 985-165 (12–13 Uhr)

Rote Beete gibt es nicht nur in Rot sondern auch mit gelblich bis orangefarbenem, fast weißem oder auch rosa-rot-gestreiftem Fruchtfleisch. Die gelben oder weißen Beete sind alte Sorten, die im Geschmack etwas milder und süßlicher sind.

Mit einem hohen Gehalt an Vitamin C und B unterstützt Rote Beete unser Immunsystem. Zudem enthält sie viele Ballaststoffe, die die Verdauung fördern, sowie Folsäure, Eisen, Kalium, Magnesium, Zink und Eiweiß. Und sie hat dabei kaum Kalorien.

Das und vieles mehr kann Rote Beete:

- Reduziert Entzündungen
- Unterstützt die Entgiftung des Körpers
- Senkt den Blutdruck
- Hilft bei der Wundheilung
- Wirkt stimmungsaufhellend
- Steigert die Fitness
- Hilft beim Abnehmen



Rote Beete findet man das ganze Jahr fertig gekocht und vakuumiert im Supermarkt (das spart Zeit) sowie im Herbst als frische Knolle.

Probieren Sie meinen Rezeptvorschlag – ein sehr einfaches Rezept zum Nachkochen. Gutes Gelingen.

Ihre Maria Stadler

Rote Beete-Orangen-Salat

Zutaten: Vakuumierte Rote Beete, 1 Orange, Walnüsse, Zitronensaft, etwas Honig, Olivenöl oder Rapsöl, Petersilie

Zubereitung: Rote Beete in kleine Stücke oder Scheiben schneiden. Orange schälen und in Stücke schneiden. Walnüsse grob hacken. Alles in eine Schüssel geben. Den Salat mit einer Mischung aus Zitronensaft, etwas Honig und Öl anmachen. Mit frischer gehackter Petersilie bestreuen.



Salzachklinik Fridolfing



moderne Medizin - ganz in Ihrer Nähe

Zentrale:

Telefon + 49 (0) 8684 985-0
Telefax + 49 (0) 8684 985-170
verwaltung@salzachklinik-fridolfing.de

24h-Telefon:

Telefon + 49 (0) 8684 985-298

Klinikleitung:

Elisabeth Sinzinger
klinikleitung@salzachklinik-fridolfing.de

Pflegedienstleitung, Einkauf:

Michael Nürbauer
Beauftragter für QM, Risiko- und
Beschwerdemanagement
pdl@salzachklinik-fridolfing.de

Leitender Belegarzt:

Dr. med. Ullrich Rehme

Chirurgie:

Dr. med. Ullrich Rehme
Dr. med. Artur Bergmann
Dr. med. Thomas Schmid
Dr. med. Alfred Leitner
Dr. med. Andreas Stücher
Dr. med. Jochen Weinert

Anästhesie:

Dr. med. Thomas Gerber

Innere Medizin:

Dr. med. Johannes Kern
Barbara Kirsch (Ärztin)
Dr. med. Florian Kraher
Dr. med. Christiane Schauer
Dr. med. univ. Claudia Hörmann
Dr. med. Michael Hüller
Dr. med. André Hoffmann
Dr. med. Stefan Bech

Ärztliche Versorgung für die ganze Familie – an Wochenenden und Feiertagen

Hausärztliche BEREITSCHAFTSPRAXIS Rupertiwinkel

Sa, So, Feiertag 9–13 Uhr und 17–18 Uhr
im Untergeschoss der Salzachklinik Fridolfing
ohne Anmeldung, Tel. 08684 985-154

Chirurgische Bereitschaft Praxis Dr. Rehme

Notfallsprechstunde am Wochenende:
Sa 10–11 Uhr, So 10 Uhr
ohne Anmeldung, Tel. 08684 985-100

Im Notfall: 112

Notfall – wie reagiere ich richtig?

Über die kostenlose 112 erreichen Sie in ganz Europa
automatisch die nächstgelegene Rettungsleitstelle
und können dort medizinische Notfälle, Unfälle oder
Feuer melden – aus dem Fest- oder jedem Mobilfunk-
netz. Nutzen Sie dafür die 5 W-Fragen:

- ▶ **Wo** ist der Notfall/Unfall passiert?
- ▶ **Was** ist geschehen?
- ▶ **Wie viele Verletzte** gibt es?
- ▶ **Welche Art der Verletzung?**
- ▶ **Warten** auf Rückfragen der Rettungsleitstelle!

Impressum:

Ausgabe: 01/2020 | Auflage: 2.050 Exemplare

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Salzachklinik Fridolfing | Krankenhausstraße 1 | 83413 Fridolfing
www.salzachklinik-fridolfing.de | Tel. 08684 985-0 | klinikleitung@salzachklinik-fridolfing.de

Arbeitskreis/Redaktion: 2. Bgm. Egon Kraus (Leitung) | Robert Speigl | Dr. Johannes Kern | Dr. Ullrich Rehme
PDL Michael Nürbauer | Elisabeth Sinzinger | Werbe&Co

Bildnachweis: Rezept/S.11 Pixabay

