



COPD ist eine Volkskrankheit

Erfahren Sie Neues aus der Salzachlinik

Fridolfing schafft moderne
Praxsräume für neue Belegärzte

Lungenerkrankung
COPD – erkennen
und behandeln

Vom Biathlon zur Medizin:
Neuer Belegarzt Christoph Knie

KOMMEDICO eröffnet Praxis in der Salzachklinik

Fridolfing schafft moderne Praxisräume für neue Belegärzte

Die orthopädische Praxis KOMMEDICO aus Traunstein erweitert ihr medizinisches Angebot und eröffnet einen zusätzlichen Standort in der Salzachklinik Fridolfing. Dr. Ullrich Rehme übergab seine Praxis Ende 2023 nach über 30 Jahren an KOMMEDICO. In seinen ehemaligen Räumen entsteht eine moderne Praxis mit hochmoderner Ausstattung und optimierten Abläufen. „Die Arbeiten haben im März begonnen und laufen derzeit auf Hochtouren“, berichtet Dr. Heinrich Mühlhofer von KOMMEDICO. „Sämtliche Praxisräume werden erneuert – von der Anmeldung über das Wartezimmer bis hin zu den Behandlungszimmern.“ Ein wesentliches Merkmal der neuen Praxis ist die geplante Patientensteuerung. „Wir setzen auf ein effizientes Terminmanagement, das kürzere Wartezeiten ermöglicht und den Komfort für unsere Patienten erhöht“, erklärt Dr. Mühlhofer. „Zusätzlich profitieren sie von modernen Behandlungszimmern, einer digitalen Vernetzung und einem optimierten Ablauf.“ In den neuen Räumlichkeiten wird es künftig fünf Behandlungszimmer geben, die durch ein zentrales Wartezimmer direkt erreichbar sind. Eines dieser Behandlungszimmer wird zudem als sogenannter Eingriffsraum für Notfälle und operative Eingriffe genutzt und entsprechend ausgestattet.

Die neue Praxis ermöglicht durch ihren direkten Anschluss an die Salzachklinik eine unkomplizierte Weiterverlegung von Patienten mit schwereren Verletzungen oder akuten Beschwerden, sodass diese in der Klinik optimal versorgt werden können.

Notfallversorgung unverändert

Trotz der neuen Struktur bleibt die Notfallversorgung bestehen: „Berufsgenossenschaftliche Arbeitsunfälle werden weiterhin in der Praxis behandelt, selbstverständlich nach den Richtlinien der BG. Auch andere Notfälle, wie Verletzungen an Armen oder Füßen, werden versorgt“, betont Dr. Mühlhofer.

Das Leistungsspektrum der Praxis umfasst alle konservativen Behandlungen, wie sie auch an den anderen Standorten von KOMMEDICO angeboten werden. „Besonders hervorzuheben ist unsere handchirurgische Sprechstunde“, so Dr. Mühlhofer weiter.

In der neuen Praxis werden Dr. Stukenkemper, Dr. Rehme und weitere Fachärzte von KOMMEDICO tätig sein.



Martin Stukenkemper



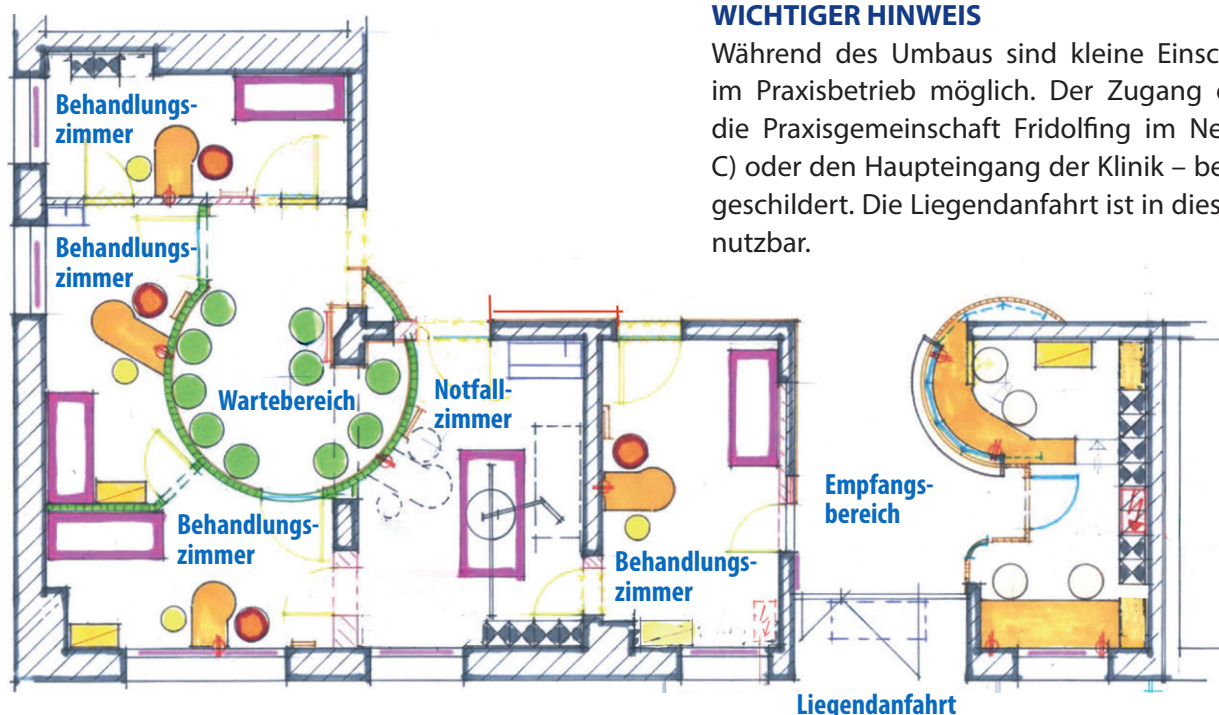
Dr. Ullrich Rehme

Sprechzeiten während der Umbauzeit:

Montag bis Donnerstag 09:00 – 12:00 Uhr

Montag und Mittwoch 16:00 – 18:00 Uhr

Freitag 08:00 – 12:00 Uhr



WICHTIGER HINWEIS

Während des Umbaus sind kleine Einschränkungen im Praxisbetrieb möglich. Der Zugang erfolgt über die Praxisgemeinschaft Fridolfing im Neubau (Haus C) oder den Haupteingang der Klinik – beides ist ausgeschildert. Die Liegendanfahrt ist in dieser Zeit nicht nutzbar.

Auf ein Wort

Gregor Mack
Klinikleitung
Salzachklinik



*Sehr verehrte Leserinnen und Leser,
liebe Patientinnen und Patienten,*

mit großer Freude begrüße ich Sie zur ersten Ausgabe des Klinikjournals im Jahr 2025. Kaum zu glauben, dass bereits sechs Monate vergangen sind, seit ich die Klinikleitung der Salzachklinik übernommen habe. Ich blicke zurück auf spannende und ereignisreiche Monate und bin dankbar über jeden, der mich in meiner Anfangsphase begleitet und tatkräftig unterstützt hat. Gleichzeitig bin ich voller Vorfreude auf die kommenden Monate, in denen uns noch viele Herausforderungen und spannende Projekte erwarten.

Besonders hervorheben möchte ich die positiven Rückmeldungen, die wir sowohl von unseren Patientinnen und Patienten als auch von den einweisenden Ärztinnen und Ärzten erhalten haben. Ihre Zufriedenheit und das Vertrauen, das uns entgegengebracht wird, bestätigen uns darin, dass wir mit unserer Arbeit ein hohes Niveau an medizinischer Versorgung bieten können. Ein ganz besonderer Dank gilt daher unserem gesamten Team – vom ärztlichen Personal über die Pflegekräfte bis hin zu den Verwaltungsangestellten, Servicekräften und nicht zuletzt den Mitarbeitern in der Küche. Alle arbeiten mit großem Engagement und Herzblut, um unseren Patientinnen und Patienten bestmöglich zu helfen.

In dieser Ausgabe des Journals möchten wir Ihnen nicht nur einige Dankeschreiben von Patienten präsentieren, sondern auch einen spannenden Einblick in die Weiterentwicklung unseres ärztlichen Teams geben. Wir sind stolz auf unsere zwei neuen Stationsärzte in der Inneren Medizin und auf die abgeschlossene Weiterbildung in unserem Ärzteteam. Lesen Sie den informativen Beitrag zur chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) und freuen Sie sich auf ein leckeres Rezept von Frau Stadler.

Ich freue mich auf einen weiterhin erfolgreichen Austausch mit Ihnen allen und danke Ihnen für Ihre wertvolle Unterstützung. Zusammen mit Ihnen und unseren Belegärzten können wir viel erreichen und noch viele weitere positive Entwicklungen in unserer Klinik vorantreiben.

*Ihr Gregor Mack
Klinikleiter der Salzachklinik*

Hausärztliche Bereitschaftspraxis Rupertiwinkel

Medizinische Versorgung für die Region

In der Hausärztlichen Bereitschaftspraxis Rupertiwinkel werden jährlich rund 4.000 Patienten versorgt – an Wochenenden und Feiertagen ohne Voranmeldung und mit kurzen Wartezeiten. Die Praxis wird ausschließlich von Fachärzten für Allgemein- und Innere Medizin betreut, die mit vielfältigen Erkrankungen bestens vertraut sind und notwendige Behandlungen sofort einleiten können.

Dank der engen Anbindung an die Salzachklinik profitieren Patienten auch bei schwereren Erkrankungen von einer schnellen Weiterbehandlung. Die zentrale Lage in Fridolfing ermöglicht eine gute Erreichbarkeit für die Menschen im Rupertiwinkel. Zudem stehen ausreichend kostenlose Parkplätze sowie ein Lift für mobilitätseingeschränkte Personen zur Verfügung.

Hausärztliche **BEREITSCHAFTSPRAXIS** Rupertiwinkel

in der Salzachklinik Fridolfing
Krankenhausstraße 1, 83413 Fridolfing
im Untergeschoss

Öffnungszeiten
9.00 – 15.00 Uhr
an Wochenenden
und Feiertagen

Praxistelefon 08684 985154



Lungenerkrankung COPD eine Volkskrankheit

Wenn das Atmen schwerfällt

COPD (Chronisch Obstruktive Lungenerkrankung) ist eine Erkrankung, die die Atmung zunehmend erschwert. Betroffene leiden unter Husten, Atemnot und verminderter Belastbarkeit – zunächst bei Anstrengung, später auch in Ruhe. Obwohl COPD nicht heilbar ist, lässt sich der Verlauf mit der richtigen Behandlung bremsen. Dabei sind die Internisten der umliegenden Praxen sowie die Salzachklinik Fridolfing wichtige Anlaufstellen für Patienten.

Frühe Warnzeichen – Wann sollte ich zum Arzt?

Viele Menschen schieben ihre Atemprobleme lange auf das Alter oder Rauchen, doch oft steckt mehr dahinter. COPD entwickelt sich schleichend. Erste Warnsignale sind ein hartnäckiger Husten mit Auswurf, Atemnot bei Belastung und häufige Infekte der Atem-

wege. Wer regelmäßig außer Atem kommt oder dem schon kleinere Anstrengungen schwerfallen, sollte das ernst nehmen und ärztlichen Rat einholen. Ein Arztbesuch ist besonders wichtig, wenn sich die Symptome verschlechtern oder plötzlich auftreten. Je früher die Diagnose gestellt wird, desto besser lassen sich die Beschwerden behandeln.

Diagnose – Wie stellt der Arzt COPD fest?

Um COPD festzustellen, führt der Arzt mehrere Untersuchungen durch. Zunächst wird in einem ausführlichen Gespräch geklärt, ob es Risikofaktoren wie Rauchen oder eine berufliche Belastung durch Staub oder Chemikalien gibt. Anschließend folgt eine körperliche Untersuchung. Die wichtigste Methode zur Diagnose ist die Lungenfunktionstestung (Spirometrie). Dabei pustet der Patient in ein Gerät, das misst, wie viel Luft eingatmet und wie schnell ausgeatmet werden kann. Typisch für COPD ist eine Verengung der Atemwege, die sich auch nach Gabe eines Medikaments (Bronchodilatator) nicht vollständig zurückbildet. Zusätzlich können eine Röntgenaufnahme oder eine CT-Untersuchung der Lunge erforderlich sein, um andere Erkrankungen auszuschließen. Blutuntersuchungen helfen, den Sauerstoffgehalt im Körper zu überprüfen. Eine frühzeitige Diagnose erleichtert eine gezielte Behandlung.

Behandlung –

Wie lässt sich der Krankheitsverlauf bremsen?

Auch wenn COPD nicht heilbar ist, gibt es verschiedene Ansätze, um das Fortschreiten der Krankheit zu verlangsamen und die Lebensqualität zu verbessern.

Medikamentöse Therapie

Ein zentraler Bestandteil der Behandlung sind Medikamente, die die Atemwege erweitern und Entzündungen hemmen:

- ▶ Bronchodilatoren (z. B. Beta-2-Sympathomimetika oder Anticholinergika) entspannen die Muskulatur in den Bronchien und erleichtern die Atmung
- ▶ Kortisonhaltige Inhalationen werden bei schweren Verläufen eingesetzt, um Entzündungen in der Lunge zu reduzieren
- ▶ Schleimlösende Medikamente können helfen, feststehenden Schleim zu lockern und abzuhusten





Messung des Lungenvolumens

Nicht-medikamentöse Maßnahmen

Neben Medikamenten gibt es viele weitere Möglichkeiten, den Alltag mit COPD zu erleichtern:

- ▶ Atemphysiotherapie hilft, Schleim besser abzutransportieren und Atemtechniken zu erlernen
- ▶ Sauerstofftherapie ist in fortgeschrittenen Stadien nötig, wenn der Sauerstoffgehalt im Blut dauerhaft zu niedrig ist
- ▶ Bewegungstraining verbessert die körperliche Fitness und beugt einem Muskelabbau vor

Gezielte Bewegung ist besonders wichtig, da viele Patienten Anstrengung vermeiden, um Atemnot zu verhindern. Selbst kurze Spaziergänge oder Atemübungen können einen großen Unterschied machen.

Was kann der Patient selbst tun?

Ein aktiver Lebensstil kann den Verlauf der COPD entscheidend beeinflussen. Neben der medikamentösen Therapie gibt es viele Dinge, die Patienten selbst tun können, um ihre Atmung zu verbessern und den Alltag zu erleichtern.

1. Rauchstopp – der wichtigste Schritt

Das Rauchen ist die häufigste Ursache für COPD. Wer damit aufhört, kann das Fortschreiten der Erkrankung erheblich verlangsamen. „Jeder Tag ohne Zigaretten verbessert die Lungenfunktion und reduziert das Risiko für schwere Infekte“, erklärt Dr. Hüller. Auch Passivrauchen sollte unbedingt vermieden werden.



Rauchen gehört zu den häufigsten Ursachen für COPD. Deshalb ist es ein wichtiger Schritt für die eigene Gesundheit, damit aufzuhören – je früher, desto besser.

2. Atemübungen und richtige Atmung

Mit speziellen Techniken kann die Luft besser genutzt werden:

▶ Lippenbremse

Langsames Ausatmen durch die leicht geschlossenen Lippen, um die Atemwege offenzuhalten

▶ Bauchatmung

Tief in den Bauch atmen, statt flach in die Brust, um die Lunge besser zu belüften

▶ Husten-Techniken

Statt stark zu husten, hilft ein kontrolliertes, sanftes Husten, um Schleim zu lösen, ohne die Atemwege zu reizen

3. Bewegung und Training

Viele COPD-Patienten vermeiden Anstrengung, weil sie Angst vor Atemnot haben. Doch leichte Bewegung ist wichtig, um die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Geeignet sind:

- ▶ Spaziergänge an der frischen Luft
- ▶ Radfahren mit angepasstem Tempo
- ▶ Spezielles Lungensport-Training

Jede Bewegung, die möglich ist, trägt zur Verbesserung der Lebensqualität bei.



Wann ist eine stationäre Behandlung in der Salzachklinik Fridolfing sinnvoll?

In manchen Fällen reicht die ambulante Behandlung nicht aus und ein Krankenhausaufenthalt wird notwendig. Gründe für eine stationäre Aufnahme sind:

- ▶ Eine akute Verschlechterung mit starker Atemnot
- ▶ Häufige oder schwere Infekte der Atemwege
- ▶ Notwendigkeit einer intensiveren Medikamenteneinstellung

Die Salzachklinik Fridolfing bietet eine spezialisierte Betreuung für COPD-Patienten. Hier werden nicht nur akute Beschwerden behandelt, sondern auch langfristige Therapiepläne erarbeitet. Ziel ist es, den Patienten wieder zu stabilisieren und ihn bestmöglich auf den Alltag vorzubereiten.

Wie können Angehörige helfen?

Die Unterstützung von Familie und Freunden spielt eine große Rolle. COPD kann Ängste und Unsicherheiten auslösen, deshalb hilft es, geduldig zuzuhören und den Betroffenen zu ermutigen. Wichtige Hilfestellungen sind:

- ▶ Verständnis für Atemnot und Erschöpfung zeigen
 - ▶ Zu regelmäßiger Bewegung und Atemübungen motivieren
 - ▶ An Medikamenteneinnahme und Arztbesuche erinnern
 - ▶ In belastenden Situationen Unterstützung anbieten
- „Es hilft oft schon, einfach da zu sein und gemeinsam kleine Schritte zu gehen“, sagt Dr. Neubauer.

Fazit – Ein Leben mit COPD

COPD ist eine ernsthafte Erkrankung, die den Alltag erschweren kann. Doch mit einer guten medizinischen Versorgung und einer aktiven Lebensweise lässt sich die Lebensqualität deutlich verbessern. Die Internisten der umliegenden Praxen sowie die Salzachklinik Fridolfing stehen Betroffenen zur Seite – von der Diagnose bis zur Therapie. Wer frühzeitig handelt und selbst aktiv bleibt, kann viel dazu beitragen, den Verlauf der Erkrankung positiv zu beeinflussen.

Mit dem Bodyplethysmographen an der Salzachklinik können die Ärzte das Lungenvolumen der Patienten präzise erfassen und bei Bedarf gezielt therapeutische Maßnahmen einleiten

Moderne Klinik, herzliche Betreuung

Andreas Buchta über seine Knie-OP in Fridolfing

Andreas Buchta stammt ursprünglich aus Franken, lebt heute in Laufen und arbeitet in Kirchanschöring. Die Salzachklinik Fridolfing kannte er bisher nur durch die Bereitschaftspraxis Rupertiwinkel, weil er dort schon ein paar Mal mit seinen Kindern war. Dass in einem vergleichsweise kleinen Ort eine so moderne Klinik zu finden ist, überraschte ihn als „Zuagroasten“.

Andreas leidet seit seiner Kindheit an einer Wachstumsstörung, der Osgood-Schlatter-Krankheit. Diese führte bei ihm bereits mit etwa zwölf Jahren zu Problemen. Beide Knie sind betroffen: Sein kräftiger Oberschenkelmuskel übt zu viel Zug auf die Patellasehne aus, sodass das Zusammenspiel der Muskulatur nicht richtig funktioniert. Schon vor Jahren hatte sich ein Knochensplitter gelöst und unter einer Sehne festgesetzt. Dieser wurde damals in einer Klinik in Bad Reichenhall entfernt. Später bildeten sich Vernarbungen. Bei einem Eingriff an der Salzachklinik wurden nun mittels Gelenkspiegelung die Narben und der Knochen durch Dr. Bergmann geglättet.

Der gesamte Ablauf in der Salzachklinik verlief für Andreas überraschend unkompliziert. Am OP-Tag meldete

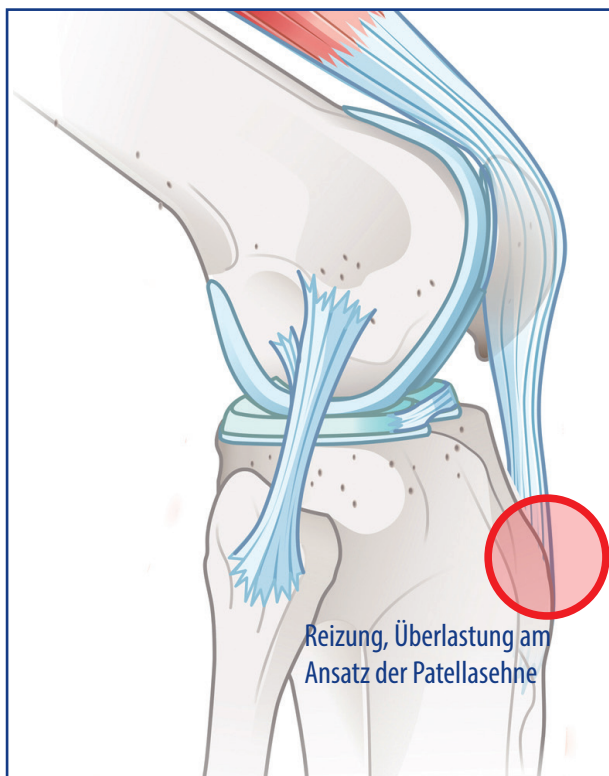
Andreas Buchta
aus Laufen hier im
Renneinsatz



er sich am Empfang an und wurde zügig ins Vorbereitungszimmer gebracht. „Das ganze Personal war sehr freundlich – und das, obwohl ich durch meine eigene Hektik fast den Ablauf durcheinandergebracht habe.“ Er hatte seinen Fragebogen für die OP zu Hause vergessen, da er direkt vom Michelin Le Mans Cup kam. „Trotzdem war das Team entspannt und professionell.“

Der Eingriff dauerte etwa eine Stunde unter Vollnarkose. Nach der OP bekam er noch ein Frühstück, da er zur Behandlung nüchtern erscheinen musste. Und bereits drei Stunden später konnte er wieder nach Hause.

Andreas Buchta merkte noch an: „Die Salzachklinik Fridolfing und ihre Mitarbeiter haben mich in jeder Hinsicht sehr positiv überrascht.“



Die Osgood-Schlatter-Krankheit

Osgood-Schlatter ist eine schmerzhafte Reizung am Sehnenansatz des Oberschenkelmuskels, der sich an der Vorderseite des Schienbeins unterhalb der Kniescheibe befindet. Die Ursache liegt in einer Überlastung der Patellarsehne, die den Oberschenkelmuskel (Quadrizeps) mit dem Schienbein verbindet.

Diese Erkrankung tritt hauptsächlich bei sportlich aktiven Kindern und Jugendlichen zwischen 10 und 14 Jahren auf. Besonders häufig betroffen sind Jungen, da bei ihnen in dieser Altersgruppe das Wachstum und die sportliche Belastung oft gleichzeitig zunehmen. Nach einem Wachstumsschub oder bei intensiver sportlicher Aktivität steigt das Risiko für Beschwerden.

Herzlichen Glückwunsch



Nach Jahren harter Arbeit, viel Geduld und unermüdlichem Einsatz hat Adrian Wenzel seine Facharztprüfung erfolgreich bestanden!

Ein kurzer Blick auf Adrian Wenzels Werdegang

Herr Wenzel stammt aus Stuttgart und war bereits vor seinem Medizinstudium ehrenamtlich im Rettungsdienst aktiv. Sein Studium in der Humanmedizin führte ihn nach München, wo er

zunächst an der LMU und später an der TU Medizin studierte und dort auch sein Staatsexamen machte.

Über die Praxisgemeinschaft Fridolfing von Dres. Buchhorn-Hüller-Neubauer-Strohmeier kam er schließlich das erste Mal in die Salzachklinik.

Weitere wertvolle Erfahrungen sammelte er während seiner Facharztausbildung in der Kreisklinik Bad Reichenhall und im Krankenhaus Freilassing, bevor ihn sein Weg 2023 wieder zurück an die Salzachklinik führte. Die Salzachklinik ist unglaublich stolz auf Adrian Wenzel und freut sich, ihn weiterhin im Team zu haben! Sein Engagement und seine Kompetenz sind ein Gewinn für die Klinik und vor allem für die Patient:innen!

Die Salzachklinik gratuliert
Adrian Wenzel ganz herzlich!

Dankeschön

Nun habe ich mal „die Seiten gewechselt“ und war als Patientin in unserer wunderbaren Salzachklinik. Man kann nur gratulieren!

Ich kenne viele Krankenhäuser – aber hier würde ich in jedem Bereich eine „Note 1“

vergeben, und das aus voller Überzeugung. Die Betreuung durch das kompetente und herzliche Pflorgeteam ist außergewöhnlich. Man spürt den Teamgeist und dass die Freundlichkeit echt ist. Das tut Körper, Geist und Seele gut. Die ärztliche Betreuung ist hochprofessionell und zugleich menschlich zugewandt. Das hervorragende, liebevoll präsentierte Essen wird von freundlichen Servicekräften serviert. Die Reinigungskräfte sorgen flink und diskret für Sauberkeit, gerade auch in den Bädern. Die Physiotherapie passt sich flexibel den individuellen Möglichkeiten der Patienten an, ob Sportler oder Denksportler auf Krücken. Schon die Aufnahme in der Verwaltung vermittelt Sicherheit, und der Sozialdienst hat im Vorfeld meine Wünsche für die Anschluss-Reha freundlich und prompt umgesetzt. Kurzum: Alle, denen ich begegnen durfte, verdienen ein großes Lob und meine tiefe Dankbarkeit. Unser Krankenhaus ist ein Juwel, das es zu bewahren gilt.

Herzlichen Dank!



Petra Ohlendorf

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

Vielen Dank

Mein letzter Krankenhausaufenthalt ist 62 Jahre her. Und nun war ich eine Woche Gast in ihrem kleinen aber sehr feinen Krankenhaus.

Ich möchte mich in dieser Form beim ganzen Team und bei Dr. Michael Hüller bedanken. Ich hab mich sehr gut aufgehoben gefühlt.

Personen die Entscheidungen über kleine Kliniken treffen, sollten mal anstatt den Rechenschieber zu bedienen, einen stationären Aufenthalt in der Salzachklinik machen. Dann würde ihnen bewusst werden, wie wichtig ein regionales Krankenhaus ist.

Ich wünsche der Salzachklinik für die Zukunft nur das Beste und hoffe dass bei Bedarf das gleiche Zimmer frei ist.

*Franz Portenkirchner, Unternehmer
und ehemaliger 2. Bgm. von Kirchchanschöring*





Stationsärztin, Katja Nieschalk

„Ich bin froh, dass es geklappt hat“

Eigentlich war es Zufall, dass Katja Nieschalk Medizin studiert hat – doch bereut hat sie ihre Entscheidung nie. Nach dem Studium in Magdeburg und prägender Zeit in der Neurologie der Uniklinik Freiburg ist die 24-Jährige nun als Stationsärztin an der Salzachklinik Fridolfing tätig. Besonders an der Inneren Medizin fasziniert sie die Vielseitigkeit. Ihr Ziel: Fachlich und menschlich eine gute Ärztin für ihre Patienten und Kollegen zu sein. Stressige Klinikalltage meistert sie mit guten Kollegen – und gutem Kaffee. In ihrer Freizeit fährt sie Rad, wandert oder reist zu Auswärtsspielen des SC Freiburg. Beruflich will sie sich verstärkt im Bereich Prävention und Ernährung fortbilden, um ihren Patienten alltagstaugliche Gesundheitstipps mitzugeben.

Deeskalation für mehr Sicherheit und Respekt

Die Salzachklinik legt großen Wert auf die kontinuierliche Weiterbildung ihrer Mitarbeiter, um ein sicheres und respektvolles Umfeld für Patienten, Angehörige und das Team zu gewährleisten. In diesem Rahmen fand kürzlich ein Deeskalationstraining unter der Leitung von Christian Hellmeier statt.

Im hektischen Klinikalltag können stressreiche Situationen auftreten, die zu Spannungen führen. Längere Wartezeiten, belastende Diagnosen oder Missverständnisse können Konflikte auslösen, die in verbalen oder sogar körperlichen Auseinandersetzungen münden. Das Training zielt darauf ab, solche Situationen frühzeitig zu erkennen und professionell zu entschärfen.

Die Teilnehmer des Workshops erlernten Techniken, um mit Empathie und klarer Kommunikation Spannungen abzubauen und Grenzen zu setzen, ohne zu provozieren. Der Workshop kombinierte theoretisches Wissen über die Entstehung kritischer Situationen mit praktischen Übungen zu Schutzmaßnahmen und Selbstverteidigung, falls eine Situation eskaliert.



Stationsarzt, David Metzloff

„Allgemeinmedizin ist eigentlich perfekt“

Für David Metzloff war schnell klar, dass nur ein Medizinstudium für ihn infrage kommt. Sein breites Interesse an medizinischen Themen führte ihn zur Allgemeinmedizin – für ihn die ideale Fachrichtung. Nach dem Studium an der OvGU Magdeburg und einer prägenden Zeit auf der Intensivstation während seines praktischen Jahres ist er nun als Stationsarzt an der Salzachklinik Fridolfing tätig. Im stressigen Klinikalltag helfen ihm Ruhe, Gelassenheit – und Kaffee. In seiner Freizeit treibt er gerne Sport, vor allem Fußball. Beruflich interessiert er sich besonders für die Rheumatologie. Sein Ziel für die kommende Zeit: einen guten Start ins Berufsleben und eine fundierte Basis für seinen weiteren Weg als Arzt.



Durch regelmäßige Deeskalationstrainings stärkt die Salzachklinik ihr Team und fördert eine angenehme Atmosphäre, in der sich alle sicher und respektiert fühlen. Dies bildet die Grundlage für eine optimale medizinische und pflegerische Versorgung und hält den hohen Standard in der Patientenbetreuung und Mitarbeitersicherheit aufrecht.

Vom Biathlon zur Medizin

Neuer Belegarzt Christoph Knie

Christoph Knie hat eine beeindruckende Karriere hinter sich: Vom erfolgreichen Biathleten bis hin zum engagierten Mediziner in der Orthopädie und Unfallchirurgie. Heute lebt der 40-Jährige in Bergen im Chiemgau und arbeitet in der Praxis Orthopädie Traunstein zusammen mit Dr. Bergmann und damit auch an der Salzachklinik in Fridolfing.

Von der Loipe in den OP-Saal

Als ehemaliger Biathlet war Knie stets auf seinen Körper fokussiert. „Man beschäftigt sich 24 Stunden am Tag mit den eigenen physischen Grenzen und deren Optimierung“, erklärt er. Die Faszination für den menschlichen Körper und seine Funktionsweise wollte er nach seiner aktiven Sportlerlaufbahn auch in seinem neuen Berufsleben fortführen – der Entschluss zum Medizinstudium lag daher nahe.

Seine medizinische Ausbildung führte ihn durch verschiedene Stationen, darunter die renommierte Klinik in Bogenhausen und das Krankenhaus Traunstein der Kliniken Südostbayern. Hier war er Teil eines Teams von Orthopäden und Unfallchirurgen und konnte wertvolle Erfahrungen sammeln. Seit Oktober 2024 ist er nun in der Praxis Orthopädie Traunstein und an der Salzachklinik tätig. Besonders begeistert ihn an der Salzachklinik das familiäre Klima: „Hier grüßt man sich noch an der Tür – das ist in Großstadtkliniken leider nicht mehr selbstverständlich.“

Erfahrungen & Herausforderungen in der Medizin

Auf die Frage nach den größten Herausforderungen in seinem Klinikalltag antwortet Christoph Knie nachdenklich: „Die schwersten Momente sind nicht unbedingt medizinischer Natur, sondern die Einzelschicksale der Patienten.“ Als Orthopäde und Unfallchirurg erlebt er täglich Unfälle und deren Folgen – und die oft tiefgreifenden Auswirkungen auf die Betroffenen. Er erinnert sich besonders an seine internationalen Erfahrungen: In Nepal etwa liefen Kühe durch die Krankenhäuser, in Trondheim erlebte er beeindruckende medizinische Techniken und in St. Gallen war er von den umfassenden Fortbildungsangeboten für Nachwuchsärzte beeindruckt.

Wie er mit stressigen Situationen umgeht? „Beim Biathlon stand ich oft als Staffelschlussläufer beim letzten Schuss unter enormem Druck. Damals dachte ich, dass es nicht schlimmer kommen kann. Aber als Not-



Christoph Knie und Biathlet Philipp Nawrath beim Laktattest

arzt lernt man, dass Stress in der Medizin eine ganz andere Dimension hat. Man muss lernen, Druck in etwas Positives umzuwandeln – und durch gute Planung kann man ihn oft sogar vermeiden.“

Persönliches & Hobbys

Abseits des Klinikalltags beschreibt sich Christoph Knie als verlässlich, heiter und hilfsbereit. Sein wichtigster Ausgleich ist seine Familie: „Sie hat für mich oberste Priorität.“

Auf die Frage nach einem alternativen Karriereweg lacht er: „Mein Plan A war Olympiasieger!“ Trotz einer erfolgreichen Biathlon-Karriere mit zahlreichen Medaillen bei internationalen Wettkämpfen entschied sich Knie für die Medizin. Heute vereint er in seinem Beruf als Arzt zwei seiner größten Leidenschaften: Die Arbeit mit Menschen und die Faszination für den menschlichen Körper. Sein sportlicher Ehrgeiz, seine Erfahrung im Umgang mit Drucksituationen und seine Zielstrebigkeit sind dabei wertvolle Eigenschaften, die ihn sowohl auf der Loipe als auch im OP-Saal ausgezeichnet haben. „Es ist immer der eigene Anspruch auf Perfektion. Das war im Sport so und ist nun im Beruf auch immer mein eigener Anspruch“, so Knie.

Seine besondere medizinische Expertise liegt in der Behandlung orthopädischer Sportverletzungen, wie zum Beispiel der Schulter, mit einem besonderen Schwerpunkt auf – wie sollte es auch anders sein – Knieverletzungen. Durch seine eigene Erfahrung als Leistungssportler kennt er die Herausforderungen und Bedürfnisse von Sportlern genau und kann diese konservativ in der Praxis Orthopädie Traunstein als auch bei operativen Eingriffen in der Salzachklinik optimal betreuen.

Lecker und gesund in den Frühling

Gnocchi mit Kräuterquark und Spinatdip

Zutaten und Zubereitung Gnocchi

500 g Kartoffeln (mehlig kochend)
100 g Mehl
100 g Hartweizengrieß
1 Ei
Salz, Pfeffer
evtl. würzigen Käse zum Überbacken
für Spinat-Gnocchi zusätzlich 200 g Blattspinat

Probieren und
schmecken lassen!



Kartoffeln kochen, schälen, noch warm pressen oder stampfen. Mit Ei, Mehl und Grieß verkneten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für Spinat-Gnocchi den Blattspinat fein hacken und untermischen.

Den Teig zudecken und ca. 30 min ruhen lassen.

Min. 2 Liter Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, etwas Salz hinzufügen, mit 2 Teelöffeln die Gnocchi abstechen und 10 min kochen. Achtung, nur sieden, nicht sprudelnd kochen. Fertige Gnocchi mit einer Lochkelle entnehmen und abtropfen lassen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Gnocchi ca. 10 min knusprig anbraten und, wer mag, mit Käse überbacken.

Zutaten und Zubereitung Kräuterquark

200 g Magerquark
Mineralwasser spritzig
Kräuter nach Geschmack, wie Petersilie, Schnittlauch, Lauch, Bärlauch, Löwenzahnblätter
Essig, Salz, Pfeffer

Quark mit Mineralwasser aufschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist, 1 Schuss Essig hinzufügen, Kräuter fein hacken und unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken

Zutaten und Zubereitung Spinatdip

frischen Blattspinat
frischen Schnittlauch
frisches Basilikum
frische Petersilie
1/2 Zitrone
50 g Cashewkerne
Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Alle Zutaten pürieren und würzen.

Ggf. etwas Wasser hinzufügen.

Guten Appetit

Eure Maria





Salzachklinik Fridolfing

moderne Medizin - ganz in Ihrer Nähe



Folgen Sie uns auf
Facebook und Instagram

www.salzachklinik-fridolfing.de

Salzachklinik Fridolfing
Krankenhausstraße 1
83413 Fridolfing
Telefon + 49 (0) 8684 985-0
Telefax + 49 (0) 8684 985-170

Klinikleitung:

Gregor Mack
klinikleitung@salzachklinik-fridolfing.de

Leitender Belegarzt:

Dr. med. Matthias Buchhorn

Pflegedienstleitung, Einkauf:

Anna-Lena Wilhelmy

Stationsleitung:

Miriam Alles, Julia Püchner

Unsere Ärzte

Chirurgie:

Dr. med. Artur Bergmann
Christoph Knie
Dr. med. Stefan Mengel
PD Dr. med. Heinz Mühlhofer
Dr. med. Ullrich Rehme
Martin Stukenkemper
Dr. med. Andreas Stücher
und weitere Ärzte Kommedico

Anästhesie:

Dr. med. Matthias Amann
Dr. med. Frank Fuß
Dr. med. Thomas Gerber
Dr. med. Ulrich Gilbard
Dr. med. Robert Hauschild

Innere Medizin:

Dr. med. Sandra Auer
Julia Buchhorn
Dr. med. Matthias Buchhorn
Katja Nieschalk
David Metzloff
Dr. med. univ. Claudia Hörmann
Dr. med. Michael Hüller
Dr. Peter Keller
Dr. med. Johannes Kern
Barbara Kirsch
Dr. med. Andreas Neubauer
Dr. med. Eugen Salpius
Dr. med. Manuel Strohmeier
Adrian Wenzel

sowie Kolleginnen und Kollegen



Impressum:

Ausgabe: 2025-1 | Auflage: 1.700 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 | Gregor Mack | Dr. Ullrich Rehme
Dr. Michael Hüller | Dr. Johannes Kern | Sabine Barmbichler | Anna-Lena Wilhelmy | Werbe&Co

