

## SCHMERZEN IM KOPFBEREICH

Azrtpaxis und Caritas Witten:

**Wenn soziale  
Probleme  
krank machen**

Seite 4

Stadt Witten und Polizei:

**Razzien in Kneipen  
und  
Spielhölle**

Seite 5

boni Center im Wandel der Zeit:

**Zwischen Tradition,  
Tik Tok und  
Weltgeschehen**

Seiten 6 und 7



# Alles steht Kopf?



Wir richten es wieder! Unser Team steht Kindern und Erwachsenen mit einem vielseitigen Therapieangebot zur Seite – auch ambulant. Neben klassischer Krankengymnastik bieten wir Ihnen unter anderem:

- Beckenbodentraining
- Atemtherapie
- Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie
- Manuelle Therapie und Krankengymnastik am Gerät
- Behandlung von Fehlstellungen, Funktionsstörungen und Entwicklungsverzögerungen bei Kindern

Zentrum für Prävention, Therapie, Rehabilitation und sportmedizinische Diagnostik der St. Elisabeth Gruppe – Standort: Marien Hospital Witten

Fon 0 23 02 - 173 - 15 01  
Fax 0 23 02 - 173 - 12 93  
zptrs@marien-hospital-witten.de  
www.marien-hospital-witten.de



# Was macht uns eigentlich wirklich Schmerzen im Kopfbereich?

Die weltpolitische Lage und der auch dadurch gebremste gemeinsame Weg gegen eine Klimakatastrophe, kurz gefasst: Putin, Kim Jong-un und alle barbarischen, menschenverachtenden Diktatoren der Erde machen vielen von uns Kopfschmerzen.

Auch die Wiederwahl Trumps zum Präsidenten der USA gehört dazu.

Dass hochrangige AFD-Mitglieder mit direkten Kontakten zum russischen Staat im Bundestag und in verteidigungspolitischen Ausschüssen mit Zugriff auf Geheimakten sitzen, ohne dass dies in den öffentlichen Medien entsprechend diskutiert wird, macht mir auch Kopfschmerzen und Sorgen. Die Moskauhörigkeit der AFD, die die Interessen Deutschlands als Patriotismus getarnt an den Imperialisten Putin verkauft, ist nichts anderes als Verrat am eigenen Land.

Täglich werden wir – dank der Medien – Zeuge von neuen „von oben verordneten“ Verbrechen gegen die Menschlichkeit. Und wir sehen, dass Kritiker niedergeprügelt werden. Da fragt man sich, wie kann es eigentlich sein, dass in unserer heutigen Zeit derart fürchterliche Menschen an Hebeln der Macht sitzen und nur Elend und Leid über die Welt bringen können. Irgendwann werden diese Personen auf dem Müllhaufen der Geschichte landen. Aber bis dahin können sie noch viel, sehr viel angerichtet haben. Und das bereitet Kopfschmerzen und Kopfzerbrechen.

Gegen diese Art von Kopfschmerzen gibt es leider kein Medikament aus der Apotheke. Sorgen lassen sich eher durch viele Gespräche mit Freunden etwas besänftigen, aber eben nicht ausräumen. Politisches Engagement hilft gegen dieses Gefühl von Hilflosigkeit und Ohnmacht.

Das Thema dieser Ausgabe von Witten transparent sind Schmerzen im Kopfbereich, die ja die unterschiedlichsten Ursachen haben können.

Schmerzen im Kopfbereich gehören zu den Allgemeinsymptomen wie auch zum Beispiel Übelkeit und Schwindel, bei denen es verschiedene Ursachen und Auslöser geben kann.

Neben den sogenannten primären Kopfschmerzen, die nicht im Zusammenhang mit einer anderen Erkrankung stehen, gibt es eben viele andere Ursachen.

Die Aufgabe der Hausärztin oder des Hausarztes besteht nach eingehender eigener Abklärung darin, als Koordinator die verschiedenen medizinischen Fachdisziplinen hinzuzuziehen.

Wenn man bedenkt, dass Faktoren wie Flüssigkeitsmangel, Stress, Lärm, Wetterumschwung, Schlafmangel, intensive Sonneneinwirkung, Auslassen von Mahlzeiten oder zum Beispiel Druck durch einen Helm oder Zug durch eine straffe Frisur ursächlich sein könnten, gilt es erstmal dieses große Feld zu überblicken.

Zudem könnten u. a. Infekte (u. a. Erkältung, Nasennebenhöhlenentzündung und auch Hirnhautentzündung), Bluthochdruck, Stoffwechselstörung (z. B. Diabetes), Blutarmut, Hirntumore, Augenerkrankungen (Glaukom, Sehschwäche etc.) oder die Einnahme von Medikamenten (selbst die langjährige Einnahme von Kopfschmerztabletten kann verantwortlich sein) wesentliche ursächliche Rollen spielen.

Erst wenn all dies abgeklärt ist, kann mit einer gezielten Therapie begonnen werden. Auch hier wieder in Abstimmung mit allen Fachdisziplinen unter Koordination der Hausärztin oder des Hausarztes.

In dieser Ausgabe von Witten transparent werden die unterschiedlichen Aspekte aus der Sicht verschiedener Fachdisziplinen beleuchtet.

Klar ist, dass nicht alles betrachtet werden kann und wir bestimmt dieses erneut zum Thema in einer späteren Ausgabe machen werden.

Viel Spaß beim Lesen wünscht  
Ihr



**Dr. Kurt-Martin Schmelzer**

# Wenn soziale Probleme krank machen...

„Gesundheit ist mehr als nur das Fehlen von Krankheiten“ weiß Dr. Kurt-Martin Schmelzer. Seine Praxis mit fünf weiteren Hausärzten liegt an der Hauptstraße und damit im Herzen des Marienviertels.

Die Caritas mit ihrem Sozialarbeiter Rolf Kappel bemüht sich seit langem, das Gemeinwohl rund um die Marienkirche zu stärken. Denn hier wohnen viele ältere und vor allem alleinlebende Menschen, die unter ihrer Einsamkeit leiden.

Möglicher Folgen können Depressionen, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel und damit verbundene Krankheiten wie Diabetes und Herz-Kreislauf Erkrankungen sein. Darum steht bei Dr. Schmelzer wenn nötig zukünftig auch die „soziale Verschreibung“ auf dem Rezeptblock. Wenn er den Eindruck hat, dass bei seinen Patienten sozia-

le Probleme eine Krankheit mitverursachen, rät er ihnen, mit der Caritas Kontakt aufzunehmen. Der gemeinsame Mittagstisch, Gedächtnistraining oder der regelmäßige Spaziergang mit anderen

lassen neue Freundschaften entstehen.

Caritas-Vorstand Andreas Waning freut sich, dass bald auch das Angebot der Seelsorge dazukommen wird. Auch werden weitere Haus-

arztpraxen eingebunden. Wissenschaftlich begleitet wird das Pilotprojekt durch die Universität Witten / Herdecke. Finanziert wird es durch den Armutsfond des Erzbistums Paderborn.



**Neues Sozialprojekt angestoßen:** (von links) Andreas Waning (Caritas), Heike Bergemann (Uni Witten/Herdecke), Rolf Kappel (Caritas) und Dr. Kurt-Martin Schmelzer

## Parents For Future Witten und Klima-Allianz Witten:

### Infoabend zu Mythen und Fakten über die Wärmepumpe

Am 25. April, um 18 Uhr, laden Parents For Future Witten und die Klima-Allianz Witten Interessierte zu einem Informationsabend „Mythen und Fakten über die Wärmepumpe“ in den großen Saal der Pop-Akademie, Ruhrstraße 48, ein. Die Veranstaltung bietet einen umfassenden Einblick in die Nutzung von Wärmepumpen und deren Beitrag zum Klimaschutz. Sie bildet den Auftakt der von den beiden Organisationen geplanten Veranstaltungsreihe „Wittener Klimadialog“.

„Sollte sich der Einbau von Wärmepumpen im Gebäudebestand weiter verzögern, wird das zu einer Verschärfung der Klimakrise beitragen. Leider werden von politischen und wirtschaftlichen Interessengruppen immer noch viele Falschinformationen zum Thema verbreitet. In unserer Veranstaltung am 25. April wollen wir deshalb fundierte Informationen dagegensetzen. Dafür haben wir einen anerkannten Experten nach Witten geholt, der im Anschluss an seinen Vortrag zur Beantwortung weiterer Fragen bereitsteht,“ so Norbert Schier von den Parents For Future Witten.

Referent Dr. Peter Asmuth war in verschiedenen Unternehmen der deut-

schen Energiewirtschaft mit den Schwerpunkten Stromerzeugung, Netzbetrieb und Vertrieb tätig. Verantwortlich war er dabei auch maßgeblich für den Ausbau erneuerbarer Energien mit dem Ziel, möglichst früh Klimaneutralität zu erreichen. In diesem Zusammenhang begleitete er auch die Umsetzung von Konzepten zur Beheizung von Wohnsiedlungen ausschließlich mit Wärmepumpen, wobei als Wärmequellen neben Luft und Erdreich auch das Abwasser in den städtischen Rohrnetzen genutzt wurde. Seit seiner Pensionierung 2018, setzt er sich weiter ehrenamtlich für die Umsetzung der Energiewende ein und ist derzeit unter anderem Vorsitzender des

Landesverbandes NRW der Deutschen Gesellschaft für Sonnenenergie und Mitglied des Aufsichtsrates der BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58.

Weiterhin wird es Infostände von mehreren Energieberatern aus der Region geben, die zur praktischen Umsetzung im eigenen Gebäude und zur Beantragung von Fördermitteln beraten können.

Der Informationsabend richtet sich an alle, die ihre Gebäude wirtschaftlicher und umweltfreundlicher beheizen möchten. Es sind aber auch Wittener Entscheidungsträger und Verantwortliche eingeladen, die in unserer Stadt die Wärmewende organisieren müssen. Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei.

## Gemeinsame Aktion von Stadt Witten und Polizei:

# Razzien in Kneipen und Spielhölle

Unter der Federführung des Ordnungsamtes der Stadt Witten wurden Freitagabend, 12. April, gemeinsam mit dem Bauordnungsamt, der Polizei, dem Zoll (Finanzkontrolle Schwarzarbeit) und der Steuerfahndung NRW fünf Gaststätten und eine Spielhalle in Witten kontrolliert. Grundlage für die Gewerbekontrolle waren der Glücksspielvertrag, das Nichtraucherschutzgesetz, das Gaststättengesetz und die Spielverordnung.

### Geldspielgeräte versiegelt

Unter anderem wurden in zwei Gaststätten Geldspielgeräte außer Betrieb genommen und versiegelt, bei denen ein Abgleich mit der Sperrdatei nicht möglich war. Diese informiert darüber, ob ein Spieler gesperrt ist oder nicht. Eine Gaststätte wurde von einer Person geführt, welche nicht über die erforderliche Erlaubnis verfügte. In telefonischer Absprache mit dem Betreiber wurde die Gaststätte geschlossen. In einer weiteren Gaststätte war der Notausgang verschlossen, was umgehend behoben werden konnte. Bei

der Gewerbekontrolle in der Spielhalle wurden mehrere Paletten Energydrinks in Dosen ohne Pfandsiegel gefunden. Zudem war es einer Person ermöglicht worden, illegal an zwei Geräten gleichzeitig zu spielen. Des Weiteren wurde festgestellt, dass Getränke kostenlos abgegeben wurden, was gegen den Glücksspielvertrag verstößt.

### 50 überprüfte Personen

Insgesamt überprüfte die Polizei 50 Personen. Dabei wurde ein offener Haftbefehl festgestellt und vollstreckt. Etwaige Mindestlohn- und Arbeits-

rechtsverstöße werden seitens des Zolls nachträglich überprüft und ausgewertet.

Das Ordnungsamt der Stadt Witten als federführende Behörde zeigte sich zufrieden mit der Kontrolle, die um 20 Uhr begann und um 2 Uhr morgens endete. Die Zusammenarbeit aller beteiligten Akteure verlief unkompliziert und reibungslos. Zugleich zeigen die verschiedenen Ordnungswidrigkeiten und weiteren Verstöße, dass solche Kontrollen erforderlich sind, um die öffentliche Sicherheit und Ordnung aufrechtzuerhalten, so die Stadt Witten.

## Stadtmarketing Witten lädt zum Sonntagströdel

Bis Oktober können sich die Besucher und Besucherinnen jeden zweiten Sonntag im Monat von 11 bis 16 Uhr in der Wittener Innenstadt auf Schatzsuche und Schnäppchenjagd begeben. Der nächste Trödelmarkt ist für Sonntag, 12. Mai, geplant.

Für die Teilnahme als Händler bzw. Händlerin ist eine Standplatzbuchung erforderlich. Die Standgebühr beträgt für 3 Meter 30 Euro. Gewerbliche Händler und Händlerinnen sind nicht zugelassen. Bei der Buchung kann der Standplatz bzw. können die Standplätze - nach Verfügbarkeit - ausgewählt werden.

Weitere Information zum Trödelmarkt und zur Standplatzbuchung gibt es unter [www.stadtmarketing-witten.de](http://www.stadtmarketing-witten.de)

## Standesamt-Statistik für März

202 Geburten registrierte das Standesamt der Stadt Witten im März 2024: 104 Mädchen und 98 Jungen kamen auf die Welt. Im gleichen Zeitraum gab es 133 Sterbefälle: 89 Frauen und 44 Männer. Weitere Daten, die im Standesamt erfasst werden: 19 Paare haben geheiratet, 59 Ehen wurden geschieden bzw. durch Tod aufgelöst. 24 Männer erkannten ihre Vaterschaft an. Es gab keine Änderungen der Religionszugehörigkeit. 35 Namensänderungen (in der Ehe; nach Auflösung der Ehe; für Kinder) wurden registriert. Bei 16 Kindern wurde die Abstammung geändert und festgestellt, fünf Kinder wurden adoptiert.

**Rundum gut versorgt im boni Center!**

DER SYMPATHISCHE  
LEBENSMITTELMARKT  
IN WITTEN.

Alle Angebote online!

**boni** CENTER  
REWE

boni Center | Tel. 02302 / 910950  
Pferdebachstr. 5-9 | 58455 Witten  
[www.boni-center.de](http://www.boni-center.de)

boni Center zwischen Beständigkeit und stetiger Erneuerung oder:

## Wie Weltgeschehen, Zeitgeist, Influencer und Generationswechsel das Warensortiment mitgestalten

Herr Hippenreuther aus Langendreer (Name geändert) ist ein unmoderner, konservativer Ruheständler und als solcher jeden Freitagmorgen Kunde im Wittener boni Center. Einer der alten Generation eben. Dort zieht es ihn regelmäßig zur Fleischtheke, denn er weiß, dass er im weiten Umfeld nichts vergleichbares findet. Während seines jahrzehntelangen Kundendaseins hat sich im boni Center viel geändert. Das hat er – wenn überhaupt – nur am Rande mitbekommen. Interessierte ihn auch nicht. Er hat dort immer bekommen, was er wollte, und nur das war und ist für ihn wichtig. Umgekehrt ist es für das boni Center extrem wichtig, auf sämtliche externen Geschehnisse, temporäre lokale Einflüsse, geänderte Kauf- und Lebensgewohnheiten der Kunden, veränderte Ansprüche, Generationswechsel innerhalb der Kundschaft und, und, und... flexibel zu reagieren, um eben die (nicht nur von Herrn Hippenreuther geschätzte) Beständigkeit des Vollsortimenters boni Center aufrecht erhalten zu können. Kevin Neale von der boni Center Marktleitung gab im Gespräch mit Witten transparent einen Einblick in dieses ausgesprochen komplexe Thema.

### *Bauliche Veränderungen im boni Center und im Umfeld*

– Mit der Fertigstellung der „Jahrhundertbaustelle“ Pferdebachstraße und der neuen Brücke des Rheinischen Esels hat sich die Abfahrtsituation in Richtung Pferdebachstraße für die mit Pkw anreisenden Kunden deutlich verbessert. Die boni Center-Ausfahrt mündet nun direkt im Kreisverkehr, womit die Verkehrssituation im Ganzen übersichtlicher, komfortabler und auch sicherer geworden ist.

Im boni-Center selbst gab es auch einige Veränderungen, wenn auch nicht so gravierende. So gibt es seit einem Jahr ein neues Kassensystem, mittels dem das boni-Center auch an den Mutterkonzern (Rewe) angeschlossen ist. Das vereinfacht einiges, vor allem bei den Kassenzahlenauswertungen. Hiervon hat der Kunde nichts mitbekommen, vielleicht aber von der neuen Beleuchtung. Kevin Neale: „Es wurde komplett von Leuchtstoffröhren auf LED-Beleuchtung umgestellt.“ Außerdem: Durch neue und modernisierte Regale wirkt das boni Center offener, und auch die Gänge konnten etwas verbreitert werden, was dem Einkaufskomfort zuträglich ist. Weitere Neuerung: Der Sparkassen-Automat wurde aus Sicherheitsgründen entfernt.

**Kunden und Sortiment** – Mit



**Das Fleisch- und Wurstangebot im boni Center sucht seinesgleichen.** Mit der Schließung zahlreicher Metzgereien hat diese Abteilung in Witten noch mehr an Bedeutung gewonnen. Sortimentstiefe und -breite sind überdies mit verantwortlich dafür, dass man gerade auch hier viele Kunden von außerhalb Wittens antrifft. Neben dem üppigen Standardangebot gibt es zusätzliche saisonale Highlights, z. B. zum Start in die Grillsaison.

dem Wegfall der Real-Läden in Annen und Langendreer sowie mit dem Wegfall des Edekas am Crengeldanz ging naturgemäß ein Anstieg der Kundenzahlen im boni Center einher. Dazu gesellt sich die große Zahl der Stammkunden. Eine Kunden-Postleitzahlenerhebung hat ergeben, dass das Gros der Kundschaft aus der Wittener Innenstadt stammt, was aufgrund der Nähe zur City und der guten verkehrlichen Erreichbarkeit nicht weiter verwundert. Kevin Neale: „Unsere Nahversorgungsfunktion ist demzufolge sehr dominant. Allerdings gibt



**Einmal dekorativ-anschaulich in Szene gesetzt** – Ein Teil der Bioprodukte des boni Centers. Ansonsten findet man die Bio-Sachen auch in den normalen Regalen neben den konventionellen Pendanten.

es auch zahlreiche Stammkunden aus entfernter gelegenen Wittener Stadtteilen sowie aus Langendreer und aus Dortmunder Stadtteilen. Diese kommen zum Teil auch schon seit Jahren – der Qualität und der großen Auswahl wegen, wie zu hören war.“

Als Vollsortimenter bietet das boni Center seinen Kunden eine immens große Sortimentspalette und -vielfalt. Dennoch weist Kevin Neale darauf hin, dass auch hier aufgrund externer Einflüsse Engpässe auftreten können. Bei der großen Artikelzahl stellen diese allerdings kein großes Problem dar. Der Marktleiter gibt ein Beispiel: „Wenn wegen politischer Ereignisse oder wegen Streiks im Transportwesen beispielsweise keine italienischen schwarzen Oliven nachgeliefert werden, so wird der Kunde hier aber griechische schwarze Oliven oder sonstige finden.“ Das Weltgeschehen macht also auch vor dem boni Center nicht Halt, es kann sich im Sortiment spiegeln. Besonders hart waren Corona und der Krieg in der Ukraine. In solchen Fällen ist ein flexibles Agieren der Marktleitung erforderlich, um Engpässe zu umschiffen. „Insgesamt haben wir das Sortiment sogar erweitern können, mit Kundenhilfe“, so Kevin Neale. Diesen Umstand kann man auch als Reaktion bezeichnen. Die Kunden kommen mit anderen Ansprüchen. Sie sind zum Teil beeinflusst von z. B. Influencern oder Fernsehköchen und möchten entsprechende Produkte, die sie zum Nachahmen benötigen, im boni Center vorfinden.

**Große Themen „social media“ und „bio“** – Und auch social media ist ein Thema, das auch für das boni Center eine hohe Relevanz bekommen hat. Marktleiter Neale: „Instagram, Tik Tok, facebook und ähnliche Platt-



**Ein Klassiker im boni Center ist das umfangreiche Weinsortiment** – Weingenießer kommen hier auf ihre Kosten; sie werden auf jeden Fall fündig. Zum Sortiment gehören auch immer Messe-Neuheiten. Das Bild zeigt Kevin Neale von der Marktleitung in der Wein-Abteilung.

formen bringen neue Kundenansprüche mit sich. Es ist tatsächlich so, dass die Kunden auf uns zukommen und uns sagen, was wir kaufen sollen. Das ist aber manchmal gar nicht nötig. Da wir selbst sehr viele junge Mitarbeiter\*innen haben, die auf diesen Plattformen unterwegs sind, sind wir zumeist `just in time` was diese speziellen Produkte anbelangt, denn selbstverständlich reagieren wir prompt auf solche Strömungen. Und natürlich achten wir darauf, dass die neuen Produkte eben auch den Qualitätsanspruch vom boni Center erfüllen.“

Das Vorgenannte zeigt mittelbar auch den Generationswechsel innerhalb der Kundschaft. Die jungen Generationen ticken in ihrem – zum Teil vom veränderten Alltag her bestimmten – Einkaufsverhalten anders, als die `jungen Generationen von vor 30 Jahren`. Arbeitsweisen, -zeiten und -umstände (z. B. Stichwort Homeoffice) haben sich geändert, zum Teil auch Essgewohnheiten und Ansprüche an die Nahrungsmittel. Bio, vegetarisch und vegan sind hier zum Beispiel ein paar Stichworte. Ohne Bio im Angebot geht es schon lange nicht mehr. Und schon gar nicht bei einem Vollsortimenter. Bisher hat man allerdings auf eine eigene

Bio-Abteilung verzichtet und die Bioprodukte zu den konventionellen Produkten ins Regal gestellt. Wer also Bio-Nudeln haben wollte oder will, muss nicht erst die Bio-Abteilung suchen, sondern wurde / wird in der regulären Abteilung fündig. Seit geraumer Zeit wird der gestiegenen Nachfrage nach Bio-Produkten aber noch mit besonderen Angeboten – dargeboten in einer separaten Präsentation – Rechnung getragen.

#### **Engagement und Aktionen**

– Corona hatte die sonst üblichen Aktivitäten, wie z. B. das traditionelle Kinderfest des Kinder-Verkehrs-Clubs verhindert. Letzteres wird aus Gründen, die das boni Center nicht zu vertreten hat, auch in diesem Jahr nicht stattfinden. Allerdings

wird ansonsten nach den „Lähmungsjahren“ mit jedwedem Aktivitäten wieder durchgestartet. Laut Kevin Neale liegen bereits Anfragen zu verschiedenen Festen in der Umgebung vor, woran sich das boni Center beteiligen könnte. So etwa beim angedachten Eröffnungsfest der Pferdebachstraße. Er führt aus:

„Wir stehen zudem in enger Kooperation mit der Caritas, wo wir immer gerne helfen. Auch die bekannten Verköstigungen und Sonderverkäufe sollen bald wieder starten. Und dass sich das boni Center zur Fußball-Europameisterschaft nicht lumpen lassen wird, sondern mit Aktionen tatkräftig einsteigen wird, steht ohnehin auf der boni-Agenda. Was wir machen können, werden wir auch machen!“



**Auch die Fischabteilung ist einzigartig in Witten** – Sie ist auch mit einem sehr beliebten Gastronomie-Bereich gekoppelt.

## Brillenmode heute – Form-Anleihen aus den 80ern, umgesetzt mit modernsten Materialien

Man kennt es aus der Frisurenmode und auch aus dem textilen Bereich: Was gut war, kommt irgendwann (in aufgepeppter Form) wieder. Und / oder es gibt Anleihen an bestimmte Trends und Lifestyles, wenn es gilt, neue Designs zu entwerfen. Ähnlich verhält es sich auch in der Brillenmode. Jedoch kommen da neben den stylischen Momenten auch noch andere Faktoren hinzu, insbesondere jene, die den Tragekomfort von Brillen ausmachen. Jüngstes Beispiel: Die Sommerkollektion der Brillenreihe Angels. Michael Schaefers, Geschäftsführer der Stockum Optik GmbH, erklärt, was es damit auf sich hat.

Stockum Optik steht dafür, stets den Finger am Puls der Zeit zu haben, was die Brillenmode angeht. In der Ausstellung des Geschäfts ist zum Teil das zu sehen, was momentan angesagt ist und was den anstehenden Brillen-Sommer prägen wird. Und hier tickt die Uhr leicht rückwärts, zurück in die 80er Jahre. Wie Michael Schaefers erklärt, werden allerdings nicht die 80er-Jahre-Brillen kopiert, es gibt lediglich Ähnlichkeiten in der Formgebung. „Die dahinter steckende Idee der Brillenmode-Designer ist, dass es in diesem Jahr wieder ´etwas mehr Brille´ sein darf. Die Brillen werden wieder etwas breiter, und bei den Herren kommt auch schon mal wieder der klassische Doppelbalken zum Einsatz.“ Das war's aber auch schon, was die Anleihen an die 80er angeht. Alles weitere ist ultra modern. Darauf soll auch der Name „Angels“ hindeuten, der ansonsten für hochwertige Damenmode, insbesondere Hosen und Jeans, steht. Die Farbgebung



enthält mehrere frische aber auch gesetzte Töne, und die Brillenfassungen sind immer durchscheinend, also bis zu einem gewissen Grad transparent. Dies macht die Brillen insgesamt heller, was für viele eine besondere

Erfahrung sein wird. Dabei geht es nicht nur um das Tragegefühl sondern auch um neue Möglichkeiten der Kombinationen mit der aktuellen Mode, Frisurenmode und Make-up. Die Angels-Brillenreihe ist primär eine Kollektion für Damen.

Es gibt aber ein Pendant für Herren: die unter dem Namen „Finch-Hatton“ firmierende Kollektion. Das Design folgt ebenfalls der Vorgabe nach einem etwas kräftigerem Erscheinungsbild, die Farbgebung beschränkt sich aber auf die üblichen Herrenfarben wie Graun, Dunkelblau, verschiedene Brautöne. Aber auch gibt es die Transparenz, also das durchscheinende Material. Die – gegenüber den vorherigen Kollektion – wuchtigeren Erscheinungsbilder

scheinen im Kontrast zu stehen zur optischen Leichtigkeit. Tatsächlich können ab hier die 80er Jahre nicht mehr mitreden, denn die Brillen sind sehr leicht. Es ist ein moderner Kunststoff, der diese besondere Farbgebung und das geringe Gewicht ermöglicht. Und: Hierbei kann auf die Nasenpads verzichtet werden, da sich die Brillen durch eigene größere Auflageflächen auszeichnen. Für viele ein willkommener Komfort. Stockum Optik-Geschäftsführer Schaefers ist selbst begeistert von dieser Kollektion. „Transparentes Material gab es schon früher, aber dieses ist völlig neu. Es ist sehr leicht für einen tollen Tragekomfort und besticht auch mit seinen modernen Farbgebungen.“

**STOCKUM**  
OPTIK

**ANGELS**

**Stockum Optik GmbH Pferdebachstr. 249 58454 Witten**  
[www.stockum-optik.de](http://www.stockum-optik.de)



**DRK Witten zum Welt-Autismus-Tag:****„Es muss noch viel passieren!“**

Das Autismus-Therapie-Zentrum des DRK in Witten bietet Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Autismus-Spektrum-Störungen und ihren Familien spezialisierte Förderung. Ziel dabei ist es, sie in ihrem Alltag, Umfeld und persönlichen Zielen zu unterstützen und Herausforderungen auf Augenhöhe zu begegnen.

Die Autismus-Spektrum-Störung gilt als eine Entwicklungsstörung, die sich in unterschiedlichen Bereichen äußern kann. Dazu gehören Beeinträchtigungen in der sozialen Kommunikation und Interaktion, und auch Einschränkungen im Verhaltensmuster. Viele Betroffene und auch Experten sehen Autismus mittlerweile unter dem Gesichtspunkt der Neurodiversität. Dieser betont die neurologische Vielfalt aller Menschen und wertet Autismus als eine Variante dieser. Es gibt viele verschiedene Ausprägungen von Autismus und wie es sich äußert, ist nicht bei allen autistischen Menschen gleich.

„Wir arbeiten mit allen Menschen, die eine Autismus-Spektrum-Störung diagnostiziert bekommen haben – egal wo in dem Spektrum sie sich befinden.“ betont die Leiterin des Autismus-Therapie-Zentrums Kerstin Vesper. „Unser Ziel ist es, autistischen Menschen einen geschützten Rahmen zu bieten, bei dem man mit all seinen Themen ankommen kann und gehört wird.“ Das ATZ bietet daher verschiedene therapeutische, beratende, (heil-) pädagogische und psychologische Methoden und Ansätze. Auch Begegnungsmöglichkeiten und die Gelegenheit, in sicherem Umfeld Neues kennenzulernen, sind dort zu finden. Erst vor kurzem waren noch fast 20 Jugendliche mit dem ATZ im Trampolinpark in Witten. Dort konnten die Jugendlichen sich in einem kontrollierten Rahmen treffen, sich kennenlernen und

ausprobieren, was ihnen gefällt und Spaß macht.

**Ausweitung des Angebots**

Das Autismus-Zentrum des DRK gibt es bereits seit elf Jahren in Witten. Die Fachkräfte betreuen nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern auch Erwachsene. Rund 150 Klienten sind es aktuell – zunehmend auch mehr Frauen. „Das Wissen um Autismus ist in den letzten Jahren gewachsen, und die Aufmerksamkeit für das Thema z.B. durch Social Media größer geworden. Das führt dazu, dass mehr Menschen – auch vermehrt Frauen – die früher durchs Raster gefallen sind, weil sie nicht ‚typisch autistisch‘ wirken, heute mit einer Diagnose zu uns kommen“, erläutert Kerstin Vesper. Durch das größere Bewusstsein in der Gesellschaft schrumpfen die Vorurteile und Missverständnisse, die es zum Thema Autismus gibt. „Trotzdem muss hier noch viel passieren“, findet Kerstin Vesper.

Viel passieren wird auch bei den Möglichkeiten, die das ATZ bietet, denn die Leiterin hat noch große Pläne für das ATZ: das Programm soll ausgeweitet und ergänzt werden. „Die Gruppenangebote, die tiergestützte Intervention, die Fortbildungen – da ist überall noch Potenzial, wie wir unseren Klienten mehr bieten und Angebote für sie entwickeln können, die auch den individuellen Bedürfnissen entsprechen.“ Initiative ergreifen, um das Programm zu ergänzen, kann im ATZ dabei jeder. Es gibt z.B. auch eine Selbsthilfegruppe, die ein Klient selbst angestoßen hat.



**O  
N  
I**

bochum . witten  
**Neueröffnung**

**HNO**  
im Centrovital  
Annenstr. 151  
58453 Witten

Ab dem 02.05.2024 sind wir für Sie in den Praxisräumen im Centrovital (Witten-Annen) da. Wir bitten um telefonische Terminvereinbarung unter der Nummer: **02302-8898560**

Ihre **Dres. Tillmann / Madani / Rosenberger**

HNO-Praxis-Hauptstandort: Bahnhofstr. 17, 58452 Witten

**Amphibienwanderung:****Verkehrsbeschränkungen werden aufgehoben – NaWit freut sich über größere Population**

Die Frühjahrswanderung der Amphibien zu ihren Laichgewässern in diesem Jahr ist weitgehend abgeschlossen. Die Straßenensperrungen und Geschwindigkeitsbeschränkungen auf verschiedenen Wittener Straßen werden daher wieder aufgehoben.

Die NaWit freut sich über den positiven Verlauf der Wanderung: „Dank des amphibienfreundlichen Wetters im Spätwinter und zu Frühlingsbeginn 2024 haben inzwischen wohl fast alle Wittener Amphibien ihre Laichgewässer erreicht. Die diesjährigen sehr regenreichen und milden Abende und Nächte haben die Wittener Lurchbestände stabilisiert und verbessert! Das geht nicht nur aus den Zählungen der NaWit hervor. Zunehmend beteiligten sich auch weitere amphibieninteressierte Wittener Bürge-

rinnen und Bürger in ihrem Wohnbereich an den Zählungen zur Kröten- oder Molchwanderung. Sie notierten trotz der nassen Wetterbedingungen



gen in der Abenddämmerung die Anzahl ihrer beobachteten Tiere. Die Zähllisten reichten sie schließlich an die NaWit weiter. Aus allen Sammelergebnissen zusammen ergibt sich nun eine für Witten deutlich verbesserte Bestandssituation.

Die Nawit dankt allen privaten ‚Krötenzählern‘ ganz herzlich für ihre Mitarbeit. Ebenso dem städtischen Tiefbauamt für die wie immer gute Zusammenarbeit zum Nutzen des Amphibien-schutzes in Witten.“

## Spendenübergabe an das DRK Witten:

# DRK freut sich über Spenden der OGS Rüdinghausen

Plätzchenbacken für einen guten Zweck: Die Kinder der OGS Rüdinghausen haben mit dem Verkauf von leckeren Plätzchen fleißig Spenden gesammelt. Ein Teil davon ging jetzt an das DRK Witten.

Die von der AWO betriebene offene Ganztagsbetreuung veranstaltet traditionell am letzten Freitag im November ein Lichterfest, für das allerlei Leckereien gebacken und verkauft werden. An wen der Erlös geht, entscheiden die Kinder anschließend selber. Über 400 Euro konnte die OGS Rüdinghausen damit für wohltätige Zwecke sammeln. Der Wunsch der Kinder: Ein Teil der Spenden soll auch an das DRK Witten überreicht werden.

Der Vorstand des Deutschen Roten Kreuzes in Witten, Michael Vucinaj, hat sich nicht nehmen lassen, den Kindern seinen persönlichen Dank für ihre Idee auszusprechen. Durch ihre alleinige Idee werden dem DRK ein Teil der Einnahmen aus dem Plätzchenverkauf für seine guten sozialen Aufgaben zur Verfü-



Die Kinder von der OGS Rüdinghausen übergeben die Spenden an DRK-Geschäftsführer Michael Vucinaj.

gung gestellt. Herr Vucinaj beantwortete mit Freude die Fragen der Kinder, was das DRK denn alles macht und zeigte sich begeistert über eine solche Spendenbereitschaft: „Wir freuen uns sehr über die Spenden der OGS und darüber, dass auch die jüngere Generation das DRK als das wahrnimmt, was es ist: eine Organisation, die

auch in der direkten Nachbarschaft viel Gutes tut.“

Das Wittener DRK hat sich für die Spenden auch mit der Vorführung eines Rettungswagens direkt vor Ort bedankt. Martin Wylich, Leiter der Breitenausbildung beim DRK, nahm sich viel Zeit, um die Funktionen des Wagens und der Ausrüstung

kindgerecht zu erklären und Einblicke in die Erste Hilfe zu geben. So konnten die Kinder beispielsweise den Rettungswagen von innen bestaunen und üben, wie man Verbände anlegt. Gerade die Ausstattung des Einsatzwagens fanden die Kinder besonders spannend und waren mit viel Eifer dabei.

## Verwaltungsvorstand wieder vollzählig:

# Ann Kathrin Frede tritt Schweppe-Nachfolge an

Damit ist der Verwaltungsvorstand der Stadt Witten wieder komplett: Am Dienstagabend, 19. März, hat der Rat der Stadt Witten den neuen vierten Kopf gewählt.

Ann Kathrin Frede, seit September 2021 Leiterin des Wittener Organisations- und Personalamtes, gehört künftig zur Stadtspitze. Zum ersten Mal hat Witten damit eine Frau als Beigeordnete. Möglichst bald, bis zum Sommer, wird die 46-Jährige das Dezernat 3 / Dezernat für Soziales, Jugend, Recht,

Sicherheit und Ordnung übernehmen.

Vakant ist die Leitung von „Dez 3“ seit Ende 2023: Nach fast vier Amtszeiten – erstmals gewählt am 1.12.1996 – ging Frank Schweppe zum 31. Dezember des vergangenen Jahres in den Ruhestand.

Medizin – Pflege – Therapie  
Klinik für Urologie

**Ambulanz-Führung**

Nächster Termin: **Donnerstag, 6. Juni 2024, 17 Uhr**  
Treffpunkt: Urologische Ambulanz, 1. Obergeschoss

- Prostata-Probleme? • Interesse am GreenLight-Laser?
- Einmal durch die 3D-Operationsbrille blicken?

Dann besuchen Sie unsere Führung durch die Urologische Ambulanz im EvK Witten mit Prof. Dr. Andreas Wiedemann.

Keine Anmeldung erforderlich.

Ev. Krankenhaus Witten  
Klinik für Urologie  
Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann  
Pferdebachstr. 27  
58455 Witten  
Fon 02302.175-2521  
[www.facebook.com/evkwitten](http://www.facebook.com/evkwitten)

Zentrum für Interstitielle Zystitis und Inkontinenz ICA

BECKENBODEN ZENTRUM RÜHRGEBIET

Boston Scientific  
Advancing science for life™

Prostatazentrum  
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

KONTINENZ- UND BECKENBODENZENTRUM HAGEN-WITTEN  
Kompetenz in Ambulanz



**Krafttraining im Alter** war ein Programmpunkt der Fitnesswochen, die die Familien- und Krankenpflege e. V. Herdecke-Witten-Wetter (FuK) für ihre Tagespflegegäste an den Wittener Standorten und für interessierte Besucher anbot. Vom 2. bis zum 12. April gab es tägliche wechselnde Fitnessangebote als Mitmachaktionen und auch als informative Vorträge. Das Bild zeigt FuK-Mitarbeiterin Delia Meyers beim Krafttraining mit den Tagespflegegästen am Standort Wetterstraße 8, auch bekannt als Standort Mühlengraben. Das gleiche Angebot gab es jeweils parallel dazu in der FuK-Tagespflege im Wullener Feld. Neben dem Krafttraining, das für Senioren besonders für den Erhalt der eigenen Mobilität wichtig ist, gab es viele weitere Programmpunkte, die auf Nachhaltigkeit angelegt waren, also so, dass die Teilnehmer die gelernten einfachen aber effektiven Übungen auch zu Hause fortsetzen können. Für die Aktivitäten zu Hause gab es sogar einen eigenen Programmpunkt. Aber auch Koordination und Sturzprävention waren ein wichtiges Thema. Dass Bewegung Spaß machen kann, konnten die Tagespflegegäste selbst erleben. Und dann ging es natürlich auch ums Wohlfühlen (Wellness) und um die gesunde Ernährung.

## Treff für pflegende Angehörige

### FuK am Mühlengraben – Jeden 1. Donnerstag im Monat

Monatlich lädt die Tagespflege Am Mühlengraben der Familien- und Krankenpflege Witten (FuK) zu einem Frühstückstreff / Brunch für pflegende Angehörige ein. Das zwanglose Treffen findet an jedem ersten Donnerstag im Monat, jeweils

in der Zeit von 10.30 bis 12 Uhr, statt. Treffpunkt ist im Café Atempause in der Tagespflege am Mühlengraben, Wetterstraße 8, in Witten.

Das nächste Treffen ist am 2. Mai.



**Familien- und  
Krankenpflege e.V.**  
Herdecke - Witten - Wetter

[www.familien-krankenpflege.com](http://www.familien-krankenpflege.com)



- **Ausbildungsbetrieb  
in der Pflege & Verwaltung**
- **Ambulante Alten- und Krankenpflege  
in Herdecke - Witten - Wetter**
- **Essen auf Rädern**
- **Hauswirtschaft**
- **Tagespflege**
- **Wohngemeinschaften für  
an Demenz erkrankte Menschen**

#### Kontakt:

Geschäftsstelle

Wullener Feld 34 - 58454 Witten

[info@familien-krankenpflege.com](mailto:info@familien-krankenpflege.com)

 02302 - 9 40 40 0

[www.familien-krankenpflege.com](http://www.familien-krankenpflege.com)

# GESICHTSSCHMERZEN DURCH HAUTKRANKHEITEN

Zahlreiche Erkrankungen der Haut verursachen Symptome, die von leichten Missempfindungen bis zu schwersten Schmerzen reichen können. Dabei kann der besonders häufig zu beobachtende Juckreiz wie ein unerschwelliger Schmerz empfunden werden. Ebenso möglich ist aber auch eine direkt mit Schmerzen verbundene Hauterkrankung.

Schmerzen im Bereich der Gesichtshaut können durch verschiedene Hautkrankheiten verursacht werden. Dabei können Entzündungen, Infektionen, allergische Reaktionen sowie physikalische und chemische Reize ursächlich sein, die teilweise gleichzeitig vorliegen können. Allen dieser Erkrankungen ist gemeinsam, dass sie in schweren Fällen auch zur Narbenbildung führen können.

Beispielhaft werden im Folgenden besonders häufige Hautkrankheiten, die Gesichtsschmerzen verursachen, dargestellt:

**HERPES ZOSTER** (Gürtelrose) ist eine häufig bei älteren Patienten auftretende Hauterkrankung, die durch bei Immunschwäche auftretende Reaktivierung des Windpockenvirus hervorgerufen wird. Dabei zeigt sich in den betroffenen – meist einseitig lokalisierten – Hautpartien des Gesichts, aber auch am Körper, eine Hautrötung, die mit starken Schmerzen verbunden ist und später auch Bläschen- und Krustenbildung aufweist. Fieber

und ein reduzierter Allgemeinzustand sind möglich, auch kann ein Ohr oder ein Auge befallen sein. Dadurch, dass die Gürtelrose eine Folgeerkrankung der Windpocken ist, erkranken nur Menschen an Herpes zoster, die bereits mit dem Windpockenvirus infiziert waren. Als Erstinfektion löst somit das Windpockenvirus immer Windpocken aus. Patienten, die noch keine Windpocken durchgemacht haben, können nach Kontakt mit Gürtelrosenpatienten an Windpocken, nicht aber an Gürtelrose erkranken. Die Gürtelrose darf nicht mit dem einfachen, durch das Herpesvirus verursachten, Herpes simplex, der am häufigsten im Gesichtsbereich vorkommt, verwechselt werden. Dieser kann aber auch, besonders im Bereich der Lippen, zu starken Schmerzen führen.

Bei einem **ERYSIPEL** (Wundrose) handelt es sich um eine hochakute, bakterielle Infektion der Haut und der darunter liegenden Gewebeschichten. Eintrittspforte der Bakterien sind häufig

kleinste Verletzungen der Haut, zum Beispiel nach Kratzen, „Pickelausdrücken“ oder Ekzemen. Die Infektion entsteht schnell, meist im zentralen Gesicht, und breitet sich rasch aus. Sie zeigt sich durch Rötung, Schwellung, Überwärmung sowie Schmerzen und geht meist mit Fieber, Kopfschmerzen, Übelkeit und reduziertem Allgemeinzustand einher.

**ACNE** und **ROSACEA** sind häufig auftretende Hauterkrankungen, bei denen durch vermehrte Talgproduktion verstopfte Follikel im Gesicht mit nachfolgender Entzündungsreaktion und Eiterbildung entstehen. In schweren Fällen bilden sich auch unter der Haut, meist im Wangen-, Kinn/Stirn- und Nasenbereich liegende, sehr schmerzhafte Knötchen bzw. Zysten.

**Dermatitis** ist der Begriff für eine Entzündung der oberen Hautschichten, wie sie zum Beispiel bei der Schuppenflechte, der Schmetterlingsflechte oder der Neurodermitis auftritt. Juckreiz, Rötungen, Schwellungen, Schuppungen und unterschiedlich stark ausgeprägte Schmerzen in den betroffenen Arealen sind meist ebenso vorhanden, wie beim Sonnenbrand, bei Verätzungen oder dem Kontaktekzem, die ebenfalls mit einer oft schmerzenden Dermatitis einhergehen.

Die **TRIGEMINUSNEURALGIE** ist im engeren Sinne zwar keine Hauterkrankung, dennoch führt die Nervenentzündung des Trigeminierven, der für die Sensibilität in bestimmten Bereichen des Gesichts verantwortlich

ist, zu extremen Schmerzen im Gesicht. Dabei vermutet der Patient die Schmerzursache zunächst bei der Haut, da die plötzlich einschließenden, stechenden oder sich wie elektrische Schläge anfühlenden Schmerzen, die zum Beispiel durch kalten Wind auf der Haut ausgelöst werden können, typisch sind. Aber auch alltägliche Aktivitäten wie Zähneputzen können bei einer Trigeminusneuralgie starke Schmerzen auslösen.

**Die Behandlung** der schmerzenden Hauterkrankungen variiert nach den jeweiligen Ursachen. Antibiotika oder Antivirussmittel müssen lokal, oft aber auch systemisch, d.h. als Tablette oder Infusion in Verbindung mit einer Lokalthherapie mit Cremes, verabreicht werden. Ein früher Beginn der Therapie nach Auftreten der Symptome ist wichtig. Zur Verringerung der Gesichtsschmerzen, aber auch zur Prävention, kann eine sorgfältige Hautpflege, eine gesunde Ernährung, der Verzicht auf Nikotin und das Vermeiden bekannter Auslöser beitragen.

## Ursachen von Schmerzen der Gesichtshaut:

- Infektionen, Bakterien, Pilze, Viren
- Physikalische Ursachen wie UV-Licht/Sonne, Bestrahlungen, Kälte, Hitze
- Chemische Ursachen wie Salben, Kosmetika, toxische Agentien, Allergieauslöser
- Hautkrankheiten, die mit einer Entzündung einhergehen
- Nervenkrankheiten wie Nervenentzündungen und Nervenreizungen



**Dr. Ulrich Klein**  
Dermatologe

Bochum u. Wetter-Volmarstein

# Schmerzen im Kopf und die Nieren – gibt es einen Zusammenhang?

Schmerzen im Kopfbereich gehen häufig von bakteriellen Infektionen aus, die sich infolge von Virusinfekten der oberen Atemwege bilden. Die Mittelohrentzündung, die Mandelentzündung sowie Nasen-Nebenhöhlenentzündung kommen häufig dann zustande, wenn diese Viren zu Schwellungen und „Belüftungsstörungen“ geführt haben; Bakterien vermehren sich dann in den luftleeren Kammern wie den Kieferhöhlen, den Stirn- oder Siebbeinhöhlen oder sie siedeln in den Mandeln („Tonsillen“) und führen hier zu einer „eitrigen“ Mandelentzündung.

Fieber entsteht, das Allgemeinbefinden wird schlecht und nicht selten – wenn die Abwehrkräfte z. B. bei alten Menschen oder Zuckerkranken geschwächt sind – kommt es zu einer Blutvergiftung oder „Sepsis“. Dabei gelangen Bakterien ins Blut und können über den Blutweg im Körper zirkulieren. Häufig gelangen sie dann so in die Nieren und führen hier zu einer Nierenbeckenentzündung oder einem Nierenabszess. Warum dabei so häufig die Nieren befallen werden, ist ungekannt. Der Begriff „Nierenbeckenentzündung“ ist hier aber

eigentlich falsch, denn er reflektiert den klassischen Weg für Bakterien, die zu meist über die Blase („Blasenentzündung“) und den Harnleiter in das Nierenbecken („Nierenbeckenentzündung“) aufsteigen und



**Im vorliegenden Fall** kam es nach einer eitrigen Mandelentzündung zu einem Nierenabszess: Am Unterrand der rechten Niere (links im Bild) führten Bakterien, die eigentlich nur im Nasen-Rachen-Raum anzutreffen sind, zu einer Eiteransammlung, die sich nach unten ausbreitete. Neben der hochdosierten Antibiotika-Gabe konnte eine Drainage des Abszesses (Schlauch, der den Eiter ableitet) die über den Blutweg entstandene Entzündung kurieren. Schöner Nebeneffekt: Die Antibiotika-Gabe heilte auch die eitrige Mandelentzündung aus...

dann dort eine Nierenentzündung verursachen. Diese Eintrittspforte ist bei Frauen, die sexuell aktiv sind, oder deren lokale Abwehrmechanismen in der Scheide nach den Wechseljahren schlechter werden, der weitaus häufigere Weg, eine Nieren-Nierenbecken-Entzündung zu bekommen. Erreger sind dann Stuhlkeime der eigenen Stuhlflora, die sich bei jeder Frau in der Nähe der Harnröhre aufhalten. Aber der Weg über das körpereigene Kanalsystem der Harnwege ist nicht der einzige Weg für Bakterien, die Nieren zu erreichen.



**Prof. Dr. Andreas Wiedemann**  
Chefarzt Klinik für Urologie  
1. Vorsitzender der Deutschen Kontinenz Gesellschaft e. V.,  
Facharzt für Urologie, Andrologie,  
spezielle Chirurgie und  
medikamentöse Tumorthherapie  
EvK Witten

# WITTEN transparent

Anzeigen- u.  
Redaktionsschluss  
für die Ausgabe Mai  
2024 ist am Dienstag,  
14. Mai 2024.

Verlag Olaf Gellisch - Somborner Str. 2a - 44894 Bochum - Tel. 0234 43 86 85 45



**Bei Migräne und Spannungskopfschmerzen:**

# Botox als „Wunderwaffe“ gegen Kopfschmerzen auf dem Vormarsch

**Erfahrungen zeigen: Effektiver als herkömmliche Medikamente und gleichzeitig nebenwirkungsfrei**

Dass mit Botulinumtoxin, kurz „Botox“, in der Kosmetik gigantische Erfolge erzielt werden – auch in Witten – ist bekannt. Dass aber eben dieses stärkste Nervengift der Welt auch zum Wohle derer eingesetzt werden kann, die unter Migräneattacken oder Spannungskopfschmerzen leiden, ist noch relativ unbekannt. Erst peu a peu setzt sich das Wissen darum durch, so Oliver Roßbach. Der Facharzt für Plastische, Ästhetische und Handchirurgie sowie Verbrennungschirurgie, setzt Botox seit geraumer Zeit gegen genannte Kopfschmerzen ein, und zwar sehr erfolgreich. Und dies ohne die gefürchteten Nebenwirkungen, die andere – in solchen Fällen eingesetzte – Medikamente mit sich bringen.

„Die meisten Auslöser für Kopfschmerzen sind die Migräne oder die Verspannung der Nackenmuskulatur. Und in beiden Fällen kann mit Botox Abhilfe geschaffen werden. Allerdings ist – ähnlich wie bei den kosmetischen Botoxbehandlungen – die Wirkung nicht von Dauer, bis auf einige Ausnahmen“, so Oliver Roßbach. Dies hängt mit der Wirkweise und dem zeitlich begrenzten Verbleib von Botox im Körper zusammen.

## **Wie wirkt Botox bei Kopfschmerzen?**

Oliver Roßbach: „Das Botox blockiert im Prinzip die Signalübertragung vom Muskel

an die Nerven. Dadurch wird die Muskulatur insofern gelähmt, als dass sie ihre Spannung verliert. Allerdings gibt es auch neuere Studien, die zeigen, dass das Botox direkt auf die Neuronen wirkt. Dadurch wird eine deutliche schmerzlindernde Wirkung erzielt.“ Der Effekt ist also ähnlich wie bei der kosmetischen Behandlung mit Botox gegen Falten im Gesicht. Auch hier werden mittels Botox minimale Lähmungen hervorgerufen, die die Spannung in der Haut auflösen, die eben zu diesen Falten führen.

## **Wie wird behandelt?**

Oliver Roßbach: „Es gibt

genau definierte Triggerpunkte, an denen die botoxhaltigen Injektionen gesetzt werden müssen. Es sind insgesamt 36 Punkte. Auch die Reihenfolge der Spritzen ist exakt vorgegeben: Sie beginnt an der Stirn und zieht sich von dort aus zum Nacken. Das Wichtigste bei der Behandlung ist, dass man sich dafür Zeit nimmt. Und wenn man Patient und Beschwerdebild kennt, kann die Behandlung variiert, also auf die individuellen Gegebenheiten zugeschnitten werden. Das können dann schon mal mehr oder weniger Triggerpunkte (also Spritzen) werden.“ Wirkweise und Erfolgsbilanz sind

vielen Ärzten bekannt, trotzdem führen sie diese Behandlung lieber nicht selbst durch sondern schicken die Patienten zur Praxis Roßbach.

## **Wie lange hält eine solche Behandlung vor?**

Die Arbeit mit Botox hat Oliver Roßbach schon vor 25 Jahren am Bergmannsheil in Bochum kennengelernt. Es folgten für ihn auch Berufsjahre in den USA. Dort sah er zum ersten Mal, dass die dortigen Ärzte Migräne und sogar die Trigeminusneuralgie erfolgreich mit Botox behandeln. In den heimischen Gefilden hat er zunächst eine Bekannte, die unter Mi-

grüne leidet, mit Botox behandelt. Sie blieb nach der Behandlung zwei Jahre beschwerdefrei. „Danach und nach weiterer eingehender Beschäftigung mit dem Thema, habe ich diese Behandlungsform in unserer Praxis übernommen. Mittlerweile haben wir schon einen beachtlichen Erfahrungsfundus mit den Botoxbehandlungen bei Kopfschmerzen gemacht. Und daher kann man sagen, dass eine solche Behandlung in der Regel ein Jahr

Wirkung zeigt. Also: Ein Jahr bleibt der Patient beschwerdefrei. Auch beim Spannungskopfschmerz hält das Botox ein Dreivierteljahr bis zu einem Jahr. Wenn man kein Botox will, kann man alternativ den Muskelbereich im Nacken auch mit einem speziellen Kortisonpräparat, das mit einem starken lokalen Betäubungsmittel gemischt wird, quaddeln. Das wirkt auch sehr gut, hält aber nicht so lange wie die Botoxbehandlung. Dies

Behandlung muss ungefähr alle drei Monate wiederholt werden. Bei etwas Glück kann man mit den genannten Behandlungsformen den Spannungskopfschmerz sogar austherapieren, d. h., er kommt nach der Behandlung gar nicht mehr zurück“, so Oliver Roßbach.

Die Migräne begleitet die Patienten ein Leben lang. Wenn sie aber ein Jahr lang nicht darunter leiden müssen bzw. die Schmerzen auf ein Minimum herabgemildert werden, so kann man dies durchaus als beachtlichen Behandlungserfolg bezeichnen, zumal die Patienten nicht mit den gefürchteten Nebenwirkungen der normalen Migräne-Medikamente zu kämpfen haben. „Es lohnt sich für den Patienten, er gewinnt ein hohes Maß an Lebensqualität zurück“, sagt der Wittener Arzt.

Medikamente. Natürlich bekommen die Patienten Bescheinigungen über die Behandlungen. Wir raten ihnen, diese bei ihren Krankenkassen einzureichen. In den letzten Jahren hat es in wenigen Fällen geklappt, dass sich die Krankenkasse an den Kosten der Botoxbehandlung gegen Kopfschmerzen beteiligt hat.“ Ein Kopfschmerzbehandlung mit Botox kostet 450 Euro. Damit liegt die Praxis Oliver Roßbach rund 150 Euro unter dem regulär üblichen Kostendurchschnitt.

## Botox auch zur Behandlung von Depressionen?

Die Medizinforschung entdeckt immer neue Anwendungsbereiche für das Botulinumtoxin. So rückt das Nervengift auch als vielversprechender Wirkstoff bei der Behandlung von Depressionen in den Blickpunkt.

Oliver Roßbach hierzu: „Es mehrere Studien der Medizinischen Hochschule Hannover und Studien der Asklepios Klinik in Hamburg. Diese Studien zeigten, dass bei der Bandlung von depressiven Patienten, welche Botox erhielten, 60% Prozent der Probanden eine signifikante Reduktion der Depression zeigten – begründet in der Facial-Feedback-Hypothese (Rückkopplungseffekt des Gesichtsausdruckes).

Auch interessant ist die Behandlung von Zähneknirschen, dem sogenannten Bruxismus. Bruxismus führt zu schmerzhaften Verspannungen der Kiefermuskulatur, welche wiederum die Ursache für Kopfschmerzen und Gesichtsschmerzen sein können.



**Oliver Roßbach**  
FA für Plastische Ästhetische  
und Handchirurgie  
Witten

**Wie sieht es mit den Kosten aus?**

**Was sagen die Krankenkassen?**

Oliver Roßbach: „Bei Botox sträuben sich die meisten Krankenkassen. Sie übernehmen lieber die Kosten für die mit Nebenwirkungen behafteten regulären

# WITTEN transparent

## Impressum

**Verlag:** Verlag Olaf Gellisch - Somborner Str. 2a  
44894 Bochum - Tel. 0234 / 43 86 85 45  
E-Mail: wittenttransparent@online.de  
www.witten-transparent.de

**Redaktion:** Olaf Gellisch (verantwortlich)  
In Kooperation mit dem Ärzteverein Witten e.V.

**Mitarbeiter dieser Ausgabe:**

Dr. Kurt-Martin Schmelzer  
Dr. Ulrich Klein  
Prof. Dr. Andreas Wiedemann  
Oliver Roßbach  
Prof. Dr. Sven Schiermeier  
Jurij Sokolov  
Marco Mohrmann  
Vanessa Deppe  
Prof. Dr. Mario Iasevoli  
Dr. Christoph Hackmann  
Dr. Klaus-Peter Tillmann

**Anzeigen:** Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

**Satz und Gestaltung:** Verlag Olaf Gellisch

**Druck:** Strube Druck- und Medien GmbH, Felsberg

Es gilt die Anzeigenpreisliste von Nr. 2 von Januar 2021.

Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider, sondern grundsätzlich die der namentlich genannten Autoren. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial sowie für Datenträger wird keine Haftung übernommen. Witten transparent erscheint jeweils monatlich (Ausnahme Doppelausgabe Juli/August) in Witten und in Bochum-Langendreer.

Witten transparent verzichtet weitgehend auf das Gendern, um eine größtmögliche Leserlichkeit zu erhalten. Dies möge nicht als diskriminierend gewertet werden, da alle Darstellungen geschlechterumfassend gemeint sind. Sofern gegenderte Fremdbeiträge zur Veröffentlichung kommen, bei denen die gegenderte Form beibehalten werden, so wird dies entsprechend respektiert und umgesetzt.

# Chlamydieninfektion – mehr als nur eine Geschlechtskrankheit

Mit dem Wort „Chlamydien“ verbinden die meisten Menschen eine sexuell übertragbare Krankheit. Es gibt jedoch verschiedene sehr ähnlich benannte Bakterien, die auf den Menschen übertragbar sind und Infektionen auslösen können.

4 % aller Frauen in Deutschland leiden schätzungsweise an einer Chlamydieninfektion. Chlamydien an sich sind keine Krankheit, sondern Bakterien. Beim Menschen wird zwischen drei verschiedenen Arten an Erregern unterschieden. Diese können zu unterschiedlichen Krankheitsbildern führen.

## **Papageienkrankheit mit grippeähnlichen Symptomen**

Der Erreger *Chlamydia psittaci* kommt vorwiegend bei Vögeln und Geflügel vor und eher selten bei Menschen. Bei engem Kontakt zu diesen Tieren kann es jedoch auch zu einer Ansteckung beim Menschen kommen und zu einer seltenen Form der Lungenentzündung mit damit einhergehenden Kopfschmerzen führen. Halter von Papageien und Sittichen sind ebenso wie die Mitarbeiter von geflügelverarbeitenden Betrieben besonders gefährdet. Die Erkrankung kann durch Bluttests nachgewiesen werden und wird mit Antibiotika behandelt. Umgangssprachlich ist diese Form der Chlamydieninfektion auch als „Papageienkrankheit“ bekannt.

## **Infektion der Atemwege**

*Chlamydia pneumoniae* ist eine weitere Art der Chlamydienbakterien, die Atemwegsinfektionen auslösen und ebenfalls mit Antibiotika bekämpft werden können. Die Symptome ähneln hier der einer Lungenentzündung (Pneumonie). Daher kommt auch der Name.

## **Die im Volksmund bekannte Geschlechtskrankheit**

Von der Geschlechtskrankheit „Chlamydien“ ist die Rede, wenn es sich bei dem Erreger um *Chlamydia tra-*



**Die „Papageienkrankheit“ *Chlamydia psittaci* geht mit einer seltenen Form der Lungenentzündung und damit verbundenen Kopfschmerzen einher.**

Foto: santiphoto – stock.adobe.com

chomatis handelt. In der Gynäkologie und Geburtshilfe besitzt diese Krankheit eine besondere Bedeutung. Diese Art der Chlamydien wird in erster Linie über Geschlechtsverkehr übertragen. Bei Frauen kann es zu Entzündungen der Harnröhre, des Gebärmutterhalses und zu einer Beckenentzündung kommen. Sollten die Bakterien bis zu den Eileitern aufsteigen, können sie auch Verklebungen der Eileiter verursachen. Diese Verklebungen können dazu führen, dass Frauen nicht schwanger werden können, da die Eizelle vom Eierstock nicht durch den Eileiter in die Gebärmutter gelangen kann. In Deutschland können mehr als 100.000 Frauen ihren Kinderwunsch aufgrund einer Chlamydieninfektion nicht umsetzen. Allgemeine

Symptome einer Infektion mit *Chlamydia trachomatis* sind bei Frauen verstärkter vaginaler Ausfluss, Juckreiz und Brennen während des Wasserlassens sowie Fieber und Bauchschmerzen. Die Verwendung von Kondomen kann das Ansteckungsrisiko stark senken.

## **Chlamydien in der Schwangerschaft**

Zu Beginn einer Schwangerschaft wird der Urin auf Chlamydien getestet, da eine Infektion der Mutter zu einer Augen- und Lungenentzündung beim Kind führen kann. Im schlimmsten Fall kann es auch zu einer Erblindung des Kindes führen. Im Schwangerschaftsverlauf kann eine Chlamydieninfektion selten auch zu einer Fehlgeburt oder einem vorzeitigen Blasensprung und

einer Frühgeburt führen. In den ersten Wochen der Schwangerschaft wird daher ein Test auf Chlamydien durchgeführt, um diese frühzeitig erkennen und behandeln zu können.



**Prof. Dr. Sven Schiermeier**

Direktor  
Zentrum für Frauenheilkunde  
und Geburtshilfe der  
St. Elisabeth Gruppe  
Standorte:  
Marien Hospital Witten  
St. Anna Hospital Herne



# Clusterkopfschmerzen – wenn die stärksten Kopfschmerzen den Schlaf rauben

Der Schriftsteller Franz Kafka, einer der Gründungsväter der USA, Thomas Jefferson, und Harry Potter-Darsteller Daniel Radcliffe gehören zu den bekanntesten Cluster-Kopfschmerzpatienten. Es ist einer der stärksten Kopfschmerzen die es gibt, viel intensiver spürbar als gewöhnliche Migräne. Sie werden nicht umsonst als „Suizidkopfschmerzen“ bezeichnet.

**Symptome:** So schildert ein Patient den Clusteranfall: „Die Schmerzen wecken mich nachts, innerhalb von wenigen Sekunden werden sie unerträglich, als würde mir jemand ins Auge bohren. Ich kann nicht sitzen, laufe rastlos durch das Zimmer. Ich kann mich von den Schmerzen nicht ablenken lassen. Das Auge wird rot, schwillt an und trânt. Nach einer halben bis einer Stunde lässt der Schmerz nach. Aber ich kann mich nicht entspannen, ich warte auf die nächste Attacke...“

Die Schmerzen treten meistens einseitig auf, sind hinter den Augen und in der Schläfengegend zu spüren. Die Betroffenen schildern es, als hätte man mit einem Messer das Auge durchstochen. Typisch ist dabei, dass das Auge während der Attacke gerötet ist, es kommt regelmäßig zum Tränenfluss. Während einer Migräneattacke meiden die Patienten Bewegungen, ziehen sich meistens in die abgedunkelten Räumlichkeiten zurück. Clusterpatienten sind in der Regel motorisch unruhig. Die Attacken kommen überwiegend zur Nachtzeit. Im Gegensatz zur Migräne sind Männer häufiger betroffen als Frauen. Auch bei Rauchern treten die Symptome häufiger als bei Nichtrauchern auf.

Die Ursache der Clusterkopfschmerzen ist noch nicht eindeutig geklärt. Man weiß, dass eine bestimmte Gehirnregion (Hypothalamus), die die Rolle der „inneren Uhr“ spielt, für die Entstehung von Clusterkopfschmerzen verantwortlich ist. Das erklärt, warum Cluster zu

bestimmten Uhrzeiten auftreten. Durch die Fehlfunktion kommt es zur Freisetzung bestimmter Botenstoffe, die eine Art nichtbakterielle Entzündung mit Gefäßweitstellung auslösen. Auch die erbliche Komponente spielt eine große Rolle.

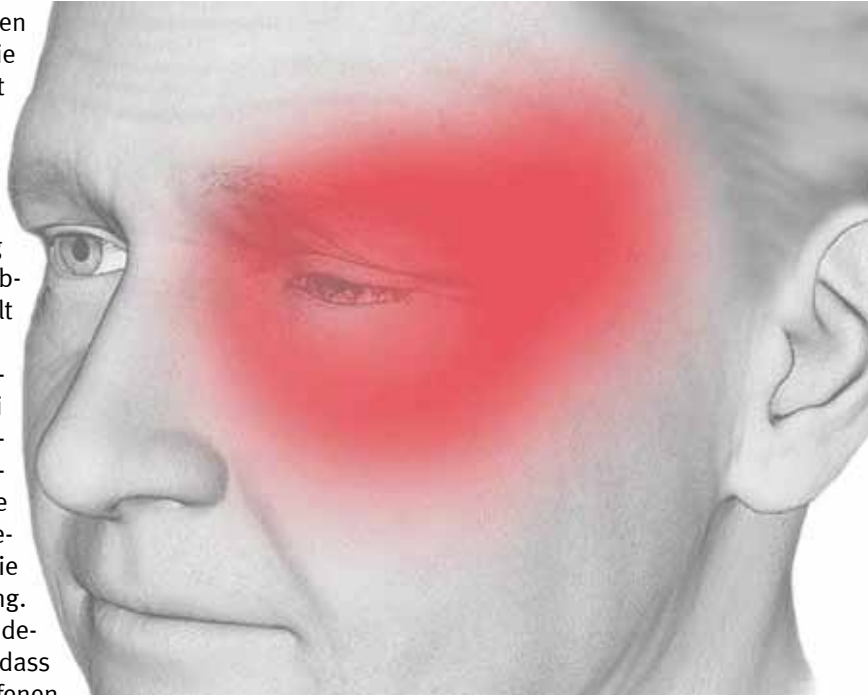
Trotz des sehr typischen Verlaufs wird bei nur einem von drei Patienten die richtige Diagnose gestellt. Als Folge bekommen die Betroffenen nicht rechtzeitig die notwendige Behandlung. Man weiß aus verschiedenen Untersuchungen, dass Zweidrittel der Betroffenen während der Attacke tatsächlich Selbstmordgedanken haben.

Wie der Name der Erkrankung bereits sagt („Cluster“ heißt Bündel), tritt sie in den meisten Fällen regelmäßig in einer Serie auf. Diese dauert in der Regel einige Wochen bis zu zwei Monaten an. Sie werden im Herbst und Frühling häufiger beobachtet, fangen unerwartet an und hören plötzlich auf. Eine anfallsfreie Zeit kann von sechs Monaten bis zu zwei Jahren andauern.

**Diagnose:** Eine Verdachtsdiagnose von Clusterkopfschmerzen stellt man, wenn die drei folgenden Fragen mit „ja“ beantwortet werden:

1. Dauer der Attacke 15 bis 180 Minuten
2. Anfallsfreie Zeit von 4 Monaten bis 3 Jahren
3. männlicher Patient

Wenn eines der folgenden Symptome, wie Tränenfluss, verstopfte Nase, Augenrö-



tung, Schwitzen im Gesicht vorliegt, ist die Diagnose sehr wahrscheinlich.

Clusterkopfschmerzen können jeden treffen. Wenn man plötzlich ungewöhnlich starke Kopfschmerzen merkt, sollte man schnell einen Nervenarzt oder Schmerztherapeuten aufsuchen.

**Behandlung:** Die Behandlung beginnt mit dem Ausschluss anderer Ursachen für die Schmerzen. Einen Anfall kann man in der Regel effektiv mit dem Einatmen von Sauerstoff oder Medikamenten, die auch bei Migräneattacken wirksam sind, bekämpfen. Zusätzlich ist eine medikamentöse Prophylaxe für mehrere Monate notwendig. Manchmal ist eine Blockade der Kopferven notwendig.

Der Verlauf der Clusterkopfschmerzen ist sehr individuell. Bei vielen Patienten bleibt es bei nur einer oder zwei Episoden im Laufe des Lebens. Bei der absoluten

Mehrzahl der Patienten gelingt es mit der richtigen Therapie sowohl die Anfälle als auch die Häufigkeit der Episoden erfolgreich zu behandeln. Auch die Patienten selbst können durch eine Umstellung des Lebensstils einen positiven Verlauf der Erkrankung begünstigen. Verzicht auf Nikotin und Alkohol und geregelte Schlafzeiten haben eine positive Auswirkung auf Verlauf.



**Jurij Sokolov**  
Oberarzt

Klinik für Anästhesie und  
Intensivmedizin  
Ev.Krankenhaus Witten

# Kopfschmerz lass nach!

Bei Spannungskopfschmerzen ist schnelle Hilfe gefragt. Schließlich haben Betroffene oft das Gefühl, als wäre ihr Schädel in einem viel zu engen Helm oder einem Schraubstock eingeklemmt. Die Bewältigung dicker Aktenberge oder Türme verknitterter Bügelwäsche wird da leicht zur Belastungsprobe. Doch wie lassen sich die lästigen Beschwerden effektiv lindern?

## Druck im Kopf

Spannungskopfschmerzen zählen zur häufigsten Kopfschmerzart überhaupt. Etwa jeder zweite Erwachsene leidet mindestens einmal im Jahr darunter. Charakteristisch ist der dumpf-drückende Schmerz, der den gesamten Kopf betrifft. Die Beschwerden sind meist von leichter bis mittlerer Intensität und verstärken sich bei geringer körperlicher Aktivität nicht. Im Gegensatz zur Migräne fehlen hier Symptome wie heftige Übelkeit, Brechreiz sowie starke Licht- und Lärmempfindlichkeit.

## Den Ursachen auf der Spur

Die genauen Ursachen des Schmerzes sind noch nicht vollständig geklärt. Experten vermuten, dass die Betroffenen eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit der Kopfmuskulatur aufweisen. Oft spielen Stress, Verspannungen, Schlafmangel oder eine zu geringe Flüssigkeitsaufnahme eine Rolle. Aber auch die Einnahme bestimmter Arzneimittel wie Blutdrucksenker oder Nitrate zur Erweiterung verengter Herzkranzgefäße kann Kopfschmerzen begünstigen.

Wer den Beschwerden gezielt auf den Grund gehen möchte, sollte ein Kopfschmerz-Tagebuch führen. Notiert werden neben Stärke, Dauer und Beschaffenheit der Schmerzen auch Begleitsymptome, mögliche Auslöser und alle eingenommenen Arzneimittel. So lernen Betroffene ihre Schmerzen besser kennen und werden eher auf Zusammenhänge mit bestimmten auslösenden Faktoren aufmerksam. Nicht zuletzt liefert die Dokumentation auch wertvolle Hinweise für den Arztbesuch.

## Hilfe aus der Apotheke

Für die Behandlung der Beschwerden steht eine Reihe schmerzstillender Arzneimittel, sogenannter Analgetika, zur Verfügung. Besonders bewährt haben sich Kombinationen aus Acetylsalicylsäure (ASS), Paracetamol und Coffein. Aber auch Präparate mit dem Wirkstoff Ibuprofen, ASS, Diclofenac oder Paracetamol plus Coffein sind empfehlenswert. Doch Vorsicht: Synthetische Schmerzmittel sollten nicht länger als drei Tage hintereinander und nicht häufiger als zehn Tage im Monat eingenommen werden. Sonst besteht die Gefahr, dass die Präparate selbst zur Ursache von Schmerzen werden, dem sogenannten Analgetika-Kopfschmerz.

Wer auf die Einnahme synthetischer Wirkstoffe verzichten muss oder möchte, kann auf Produkte mit Pfefferminzöl zurückgreifen. Gleichmäßig auf Stirn, Schläfen und Nacken einmassiert, kann es die lästigen Beschwerden wirksam und schonend lindern. Ebenfalls beliebt sind Präparate mit Weidenrindenextrakt oder homöopathische Globuli mit der Substanz Gelsemium. Auch gut dosierte Magnesiumpräparate haben sich besonders bei stressbedingten Kopfschmerzen bewährt. Das Apothekenteam kann bei der Auswahl des geeigneten Mittels behilflich sein und auch zu möglichen Wechselwirkungen beraten.

## Vorbeugen kann sich lohnen

Bei häufig wiederkehrenden oder chronischen Span-

nungskopfschmerzen lohnt es sich, selbst etwas zur Vorbeugung zu tun.

Vor allem regelmäßige Bewegung an der frischen Luft wie Joggen, Radfahren oder Nordic Walking zahlt sich aus. Dabei muss man nicht gleich zum Leistungssportler werden. Schon mehrere kleine Bewegungseinheiten, die sich bequem in den Alltag integrieren lassen, reichen aus.

Ebenfalls wichtig: Immer ausreichend schlafen und Stresssituationen möglichst vermeiden. Auch gezielte Entspannungstechniken wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung oder Yoga haben sich bewährt. Ein warmes Vollbad oder eine Massage mit einem pflegenden Hautöl lockern nach einem langen Arbeitstag die beanspruchte Muskulatur, lösen Verspannungen und steigern das Wohlbefinden.

## Wann zum Arzt?

Bessern sich gelegentliche Spannungskopfschmerzen

trotz Einnahme der Schmerzmittel und Anwendung der allgemeinen Maßnahmen nicht oder treten sie sehr häufig auf? Dann sollten sich Betroffene unbedingt an ihren Hausarzt oder einen Neurologen wenden. Das Gleiche gilt, wenn Kopfschmerzen im Zusammenhang mit weiteren Beschwerden wie Fieber, Sehstörungen, Nackensteifigkeit, Taubheitsgefühle, Übelkeit und Erbrechen auftreten. Auch plötzlich einsetzende, sehr starke Kopfschmerzen sollten grundsätzlich von einem Arzt abgeklärt werden.



**Marco Mohrmann**  
PTA / Amts-Apotheke  
Bochum-Langendreer

# Kopfschmerz durch Kieferverspannungen – Was sagt die Physiotherapie dazu?

Schmerzen im Kopfbereich können viele Ursachen haben – von Spannungskopfschmerzen, Migräne, Nasennebenhöhlenentzündungen (Sinusitis) bis hin zu Verspannungen im Kieferbereich. Physiotherapie kann eine wichtige Rolle dabei spielen, Kopfschmerzen durch Kieferverspannungen zu lindern.

Eine verspannte Kaumuskulatur (Hypertonus) im Bereich der Kiefergelenke kann verschiedenen Ursachen haben. Hierzu zählen Stress, Zähneknirschen, eine fehlerhafte Positionierung des Kiefers, eine falsche Bisslage oder unterschiedlich stark ausgeprägte Muskeln (muskuläre Dysbalance). Die Folgen sind vielfältig: Verspannungen der gesamten umliegenden Muskulatur, eine eingeschränkte Mundöffnung, Knirschen oder Reiben, Schmerzen, die ins gesamte Gesichtsfeld ausstrahlen können, Kopfschmerzen oder auch Ohrschmerzen sind nur einige der möglichen Symptome. Diese können einzeln, aber auch in Kombination vorkommen.

## **Symptomlinderung ergänzend zur Behandlung der Ursache**

Das Wichtigste ist die Behandlung der Ursache. Nur so lassen sich die verschiedenen Einschränkungen des Kiefergelenks langfristig lösen. Physiotherapie kann jedoch dabei unterstützen, die Beschwerden zu lindern. Hierzu gibt es eine Vielzahl an Techniken, um die Muskeln im Bereich des Kiefers zu entspannen und die Beweglichkeit zu verbessern.

## **Physiotherapie bei CMD**

Häufig sind die Verspan-

nungen im Kieferbereich auf eine CMD – eine Craniomandibuläre Dysfunktion – zurückzuführen. Dabei handelt es sich um eine Funktionsstörung der Kiefergelenke und der Kaumuskulatur. Durch gezielte Übungen lassen sich Symptome wie Kieferschmerzen, eingeschränk-

te Mundöffnung, Knacken oder Reiben und daraus resultierende Kopfschmerzen lindern.

## **Manuelle Therapie, Dehnübungen und Co.**

Auch andere physiotherapeutische Maßnahmen können die Behandlung positiv

beeinflussen. Hierzu zählt unter anderem die manuelle Therapie. Dabei werden durch sanfte Mobilisationstechniken die Gelenkbeweglichkeit verbessert und die Verspannung gelöst. Dehnübungen können helfen, die Flexibilität der Muskulatur zu erhöhen. Entspannungstechniken wie Yoga, progressive Muskelentspannung oder Atemübungen helfen Stress abzubauen und Schmerzen zu lindern. Eine Haltungsschulung verringert die Belastung der Kiefergelenke. Es ist wichtig, die Physiotherapie mit physikalischen Maßnahmen wie Wärme oder Kälteanwendungen, Schienenbehandlung oder Stressmanagement zu ergänzen, um das optimale Ergebnis zu erzielen.



**Eine verspannte Kiefermuskulatur ist ein häufiger Auslöser für Kopfschmerzen. Hierbei kann Physiotherapie Linderung verschaffen. Foto: Marta – stock.adobe.com**



**Vanessa Deppe**

Physiotherapeutin  
Zentrum für Prävention,  
Therapie, Rehabilitation und  
sportmedizinische Diagnostik  
Standort:  
Marien Hospital Witten

# WITTEN transparent

Ihr Praxis-Magazin für Witten und Bochum-Langendreer

# Ein Symptom – zahlreiche mögliche Ursachen – Kopfschmerzen aus internistischer Sicht

Kopfschmerzen sind ein Symptom, für das sehr, sehr viele Auslöser / Krankheitsbilder infrage kommen. Die Bandbreite möglicher Ursachen reicht von Nervenschädigungen und Gefäßveränderungen über orthopädische Probleme, Infektionen und Augenerkrankungen bis hin zu Tumorerkrankungen im Kopf, um nur einige Möglichkeiten zu nennen.

Wenn die Innere Medizin mit dem Thema Kopfschmerzen konfrontiert wird, gilt es schnellstmöglich abzuklären, was dahinter steckt. „Als erstes kontrollieren wir den Blutdruck“, so Prof. Dr. Iasevoli. Und dies aus gutem Grund. Witten transparent sprach mit dem Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten.

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Wenn der Blutdruck zu hoch ist, kann dies Kopfschmerzen bereiten. Das hängt damit zusammen, dass dann natürlich auch der Druck im Kopf steigt. Das Gehirn selbst schmerzt nicht, aber die das Gehirn umgebenden Häute sind schmerzempfindlich und reagieren auf den gestiegenen Druck. Wenn der hohe Blutdruck tatsächlich Kopfschmerzen auslöst, ist er in der Regel schon so hoch, dass es einen dringenden Behandlungsbedarf gibt. Der Blutdruck muss zeitnah gesenkt werden, denn bekanntermaßen kann es durch den hohen Blutdruck zum Schlaganfall bzw. zu Gehirnblutungen kommen. Es ist davon auszugehen, dass – abgesehen von individuellen Unterschieden – ein systolischer Wert jenseits der 180 zu Kopfschmerzen führen kann.“

**Wird der hohe Blutdruck gesenkt, indem die Ursache für**

**selbigen behandelt wird?**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Nein, zunächst wird der Blutdruck an sich behandelt. Bei der Vorgehensweise in Notsituationen werden die Symptome priorisiert. Man kann sich nicht auf die Suche nach der Ursache machen, ohne zuvor den Blutdruck gesenkt zu haben, denn schließlich stellt der zu hohe Blutdruck eine ernste Gefahr dar. Es wird sofort medikamentiv behandelt, so dass sich bereits nach 10 bis 20 Minuten der Blutdruck wieder auf einen akzeptablen Wert eingependelt hat.“

In der internistischen Medizin schauen wir immer erst danach, was könnte ein Symptom sein, was auf eine gefährliche Krankheit hindeutet? Selbstverständlich wird man nach erfolgter Blutdrucksenkung auch die Ursache dafür gesucht. Selbst wenn es sich um eine Entzündung im Kopf handelt, so hat dies eher eine Stunde Zeit als der zu hohe

Blutdruck. So machen wir das beispielsweise auch mit Brustschmerzen. Da schauen wir zunächst nach, ob es sich um einen Herzinfarkt handelt, bevor wir dann – bei entsprechend negativem Befund – anfangen, z.B. an die Knochen oder Muskeln als Ursache zu denken.“

**Weitere Ursachen für Kopfschmerzen**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Am zweithäufigsten haben wir es bei uns mit Kopfschmerzen im Zusammenhang mit Infektionen zu tun. Virusinfektionen führen sehr oft zunächst zu Kopfschmerzen. Man kennt das: grippaler / viraler Infekt mit Kopf- und Gliederschmerzen. Das ist sozusagen ein Klassiker. Die Kopfschmerzen sind dann Teil eines gesamten Schlechtbefindens, wozu auch Gelenkschmerzen, Abgeschlagenheit etc. gehören. Sollten nur Kopfschmerzen mit Infektionsanzeichen (Fieber, hohe Entzündungsblut-

werte) vorliegen, dann denkt man auch an eine Infektion der Hirnhäute. Das ist ebenso ein neurologisches Thema, aber die Patienten werden ja damit auch beim Hausarzt und bei uns vorgestellt. Die Meningitis zeichnet sich durch Kopfschmerzen und Nackensteifigkeit aus, verbunden mit Fieber, Verwirrtheit oder auch Bewusstseinsminderung. Auch daran denken wir, wenn es um Kopfschmerzen geht. Wird eine Meningitis diagnostiziert, wird sogleich an die Spezialisten weiterverwiesen. Dann gibt es auch noch die Entzündung im Gehirn, die Enzephalitis. Diese Patienten werden aber seltener bei uns vorgestellt, da sie überwiegend neurologische Symptome (können z.B. nicht mehr riechen, schmecken, können Bewegungsstörungen aufweisen etc.) haben. Aber man sieht auch hieran, dass wir da eine gewisse Schnittmenge mit den Neurologen haben.“

Umgekehrt ist es auch so, dass Kopfschmerzpatienten zum Neurologen gehen, dieser dann als Ursache den zu hohen Blutdruck feststellt und diese Patienten zu uns schickt.

Und als ein ganz großer Bereich sind die Migräne-Patienten zu nennen. Auch das ist ein neurologischer Bereich, doch auch diese Patienten landen oft in der Allgemeinmedizin oder in der Inneren Medizin. Migräne ist in der Regel ein Problem der Durchblutung des Gehirns. Es hängt wohl mit der Weite der Gefäße im Gehirn zusammen. Die Gefäße steuern sich mit ihrer Muskelweite weitgehend selbst. D. h., sie können den Blutfluss verringern oder ver-

stärken mit der Weite der Gefäße. Und wenn es hier zu einer Fehlregulation kommt, so führt dies zu den bekannten starken Kopfschmerzen, die meist einseitig sind. Diese Patienten haben oft auch neurologische Auffälligkeiten wie Flackern vor den Augen extreme Lichtempfindlichkeit. Sie sind oft gar nicht mehr fähig, am Alltag teilzunehmen. Auch solche Patienten haben wir hin und wieder. Wir klären dann auch ab, ob es sich tatsächlich um Migräne handelt oder ob ggf. eine Blutdruckproblematik oder gar ein Tumor Ursache der Kopfschmerzen ist. Im Falle der Migräne werden dann die Patienten im weiteren Verlauf neurologisch behandelt.

Hierfür gibt es mittlerweile sehr gute Medikamente. Ein weiterer Bereich sind die Wirbelsäulenproblematiken im Halswirbelsäulenbereich. Haltungsschäden, Verschleiß usw. können auch zu Verspannungen führen, die Ursache für Kopfschmerzen sind. Bei einer solchen Diagnose arbeiten wir interdisziplinär mit den Orthopäden und mit der Physio-Therapie zusammen. Ein Kopfschmerzthema noch: Auch ein erhöhter Augendruck kann Kopfschmerzen verursachen. Wenn wir bei z.B. schon der Tastuntersuchung den Eindruck haben, dass ein Glaukom („Grüner Star“) die Ursache sein könnte, verweisen wir an den Augenarzt weiter.“



**Prof. Dr. Mario Iasevoli**  
Chefarzt / Ärztliche Direktor  
des Ev. Krankenhaus Witten  
Klinik für Innere Medizin  
Ev. Krankenhaus Witten

**Prof. Dr. Wiedemann zeigt, warum die Angst vor einer Spiegelung unbegründet ist:**

## Führung durch die Urologische Ambulanz im EvK Witten

Häufiger Harndrang, ein verminderter Harnstrahl und das Gefühl einer unvollständigen Blasenentleerung: Das sind allesamt Symptome einer gutartigen Prostatavergrößerung. Wie sich dieses typische Männerleiden behandeln lässt, erläuterte Prof. Dr. Andreas Wiedemann rund 40 Interessierten bei seiner jüngsten Führung durch die Urologische Ambulanz im Evangelischen Krankenhaus

Witten. Der Chefarzt der Klinik für Urologie stellte ihnen unter anderem den Grünlicht-Laser vor, mit dem sich das überschüssige Gewebe der Prostata besonders schonend und nahezu unblutig entfernen lässt – auch ohne Vollnarkose. Bei seiner Führung simulierte Professor Wiedemann zudem eine Harnleiter- und Nierenspiegelung. Indem er zeigte, wie beweglich das Untersuchungsgerät (Ure-

teroskop) heutzutage ist, versuchte er den Teilnehmern die Angst vor dieser Untersuchung zu nehmen. Ein Vortrag über den PSA-Wert, der auf eine Krebserkrankung der Prostata hindeuten kann, rundete den Informationsnachmittag ab. Die nächste Führung durch die Urologische Ambulanz findet voraussichtlich am 6. Juni statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



**Sehr gefragt, die Infos aus erster Hand rund um die Urologie: Prof. Dr. Wiedemann konnte rund 40 Gäste bei der April-Führung durch die Urologische Ambulanz begrüßen.**

# Kopfschmerzen bei onkologischen Patienten

Es ist bekannt, dass man bei jedweden Schmerzen „gleich an das Schlimmste“ denkt. Bei Kopfschmerzen unbekannter Ursache kommt daher auch schon mal der Gedanke auf „Könnte es vielleicht ein Gehirntumor sein?“ Aber was ist ein Gehirntumor und mit welcher Art von Kopfschmerzen macht er sich bemerkbar? Und wenn es tatsächlich ein Tumor im Gehirn sein sollte, welche Therapiemöglichkeiten gibt es? Witten transparent sprach mit Dr. Christoph Hackmann, Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Onkologie am Ev. Krankenhaus Witten.

„Bei der überwiegenden Zahl der Kopfschmerzen steckt glücklicherweise keine ernsthafte Erkrankung dahinter. Allerdings sehen wir im stationären onkologischen Bereich regelmäßig Patienten, die infolge einer Krebserkrankung auch an Kopfschmerzen leiden. Dabei sind Tumore, die aus dem Gehirngewebe selbst stammen seltener. Häufiger sind dagegen Metastasen, also Absiedlungen von Organ-Tumoren, die sich an anderen Stellen im Körper befinden“, so Dr. Hackmann. Ausgangspunkt sind oft ein Lungenkarzinom (häufigste Ursache), aber auch Brustkrebs und schwarzer Hautkrebs sind vielfach ursächlich für Metastasen im Gehirn verantwortlich.

## Warum verursachen Metastasen im Gehirn Kopfschmerzen, wo sich doch im Gehirn selbst keine Nerven befinden?

Dr. Hackmann: „Der Kopfschmerz entsteht oft dann, wenn der Druck im Gehirn steigt. Und dies ist bei Metastasen und Tumoren im Gehirn häufig der Fall, wenn sich – quasi als Begleitreaktion – um die Metastasen bzw. Tumore Ödeme, also Flüssigkeitsansammlungen, bilden. Es entsteht einer höherer Druck, der nicht im

Gehirn selbst zu spüren ist, sondern über die angrenzenden Strukturen (Knochenhäute und vor allem Hirnhäute) wahrgenommen wird. Patienten beschreiben diese Art von Kopfschmerz oft als `diffus` und `nicht genau lokalisierbar` sowie als Dauerschmerz.“ Der Kopfschmerz ist dabei nur ein Symptom. Es kann, je nach Lage des Tumors/ der Metastase, Beieinträchtigungen von Gehirnregionen geben. Dies kann zu Symptomen führen, die denen eines Schlaganfalls sehr ähnlich sind. Das können kognitive Störungen sein, Störungen der Bewegungsmotorik, das `doppelte Sehen`, Lähmungserscheinungen, Gleichgewichtsstörungen, Übelkeit und auch Wesensveränderungen.“

## Wie werden der Kopfschmerz und ggf. weitere Symptome therapiert?

„Der Großteil des Symptoms `Kopfschmerz` wird durch das Ödem verursacht, das durch sein Volumen für den erhöhten Druck im Kopf sorgt. Und das Ödem kann gut – und auch mit relativ schneller Wirkung – mit einer Kortisontherapie behandelt werden. Das Kortison bewirkt einerseits, dass die Blutgefäße – vereinfacht ausgedrückt – `abgedich-



tet` werden, so dass keine weitere Flüssigkeit austreten kann. Andererseits reguliert es den Flüssigkeitshaushalt auch in umgekehrter Form: Das aus einer Entzündungsreaktion resultierende Ungleichgewicht zwischen den Flüssigkeiten in den Gefäßen und den Flüssigkeiten außerhalb der Gefäße wird ins Gleichgewicht gebracht. Das heißt, dass überschüssige Flüssigkeit, also die Substanz des Ödems, vom Blut wieder aufgenommen und abtransportiert wird. Somit wird das Symptom `Kopfschmerz` (und ggf. andere Symptome; s.o.) therapiert. Auf die Metastase bzw. den Tumor hat dies natürlich keinen Einfluss“, so Dr. Hackmann. Durch die Behandlung

mit Kortison wird der Patient hinsichtlich des Symptoms beschwerdefrei. Aber es ist natürlich naheliegend, dass sich nach erfolgreichem Abschluss der Kortisontherapie erneut ein Ödem an Metastase oder Tumor bildet, was dann wiederum zu den altbekannten Beschwerden führt. Auch dann kann eine erneute Kortisontherapie wirken. Allerdings lässt die Wirkung bei mehrfachen Wiederholungen dieser Therapie nach. Die Kortisontherapie ist also eine Erstmaßnahme, die dem Patienten schnelle Linderung verschafft und den behandelnden Ärzten ein Zeitfenster öffnet, in dem sie die weitere Vorgehensweise planen können. Diese Therapie sollte so lang wie

## Tumorpatienten und Kopfschmerz

Der Kopfschmerz ist ein Symptom, das bei Tumorpatienten auftreten kann aber nicht zwangsläufig muss. Und wenn Sie auftreten, kann dies auch andere Ursachen haben. Da aber ein Zusammenhang mit der Tumorerkrankung durchaus naheliegend ist, bedarf es der genauen Abklärung, möglichst mittels MRT.

notwendig aber so kurz wie möglich (oft 2-4 Wochen) durchgeführt werden, da einerseits die Wirkung dann nachlässt und andererseits auch Nebenwirkungen auftreten können. Es ist also erforderlich, eine Therapie für die Behandlung des eigentlichen Problems, der Metastase oder des Tumors, einzuleiten.“

#### Wie werden Gehirnetastasen bzw. -tumore behandelt?

Dr. Hackmann: „Es gibt verschiedene Möglichkeiten. Welche zur Anwendung kommt, ist von der Beschaffenheit des Tumors und seiner Lage im Gehirn sowie auch von der Anzahl der Metastasen und auch von der Gesamtprognose des Patienten hinsichtlich der Heilbarkeit seiner Tumorerkrankung abhängig. Es gibt die Möglichkeit der Operation. Diese Möglichkeit wäre dann angezeigt, wenn es sich um

eine einzelne oder wenige Metastasen handelt, die idealerweise dicht beieinander liegen. Dann hätte man die Legitimation für eine Operation, die von Neurochirurgen durchgeführt wird. Auch wenn eine akute Gefährdung gegeben ist, z.B. wenn im Bereich des Kleinhirns der Abfluss des Nervenwassers aufgrund einer Einengung des Nervenwasserkanals nicht mehr gewährleistet ist, ist eine Operation legitimiert und erforderlich, da dies eine akute Gefahr darstellt. Operiert werden sollte aber nur unter der Voraussetzung, dass die Situation im restlichen Körper heilbar ist. Wenn der Tumor schon auf weitere Organe gestreut hat und keine Heilung mehr möglich ist, sollte nicht operiert werden.

Die Operation kann aber auch erforderlich sein, wenn gar keine Tumorerkrankung bekannt ist und keine leicht zugängliche verdächtige

Stelle im restlichen Körper gefunden wird. Dann kann die Diagnose über eine Gewebeprobe aus dem Gehirn gestellt werden.

Neben der klassischen Ganzhirn- oder Teilhirnbestrahlung gibt es seit einigen Jahren auch die Möglichkeit der sog. Radiochirurgie, z. B. mit dem Gamma knife, welches mit besonders hoher Präzision unter bestimmten Voraussetzungen bei Metastasen eingesetzt werden kann, aber auch z. B. bei gutartigen Veränderungen oder Schmerzerkrankungen wie der Triggeminusneuralgie.“

#### Ist die Chemotherapie auch eine Möglichkeit, Gehirntumore bzw. -metastasen zu behandeln?

Dr. Hackmann: „In der Regel nicht, obwohl es einige wenige Ausnahmen gibt. Der Grund hierfür ist die sogenannte Blut-Hirn-Sperre, die verhindert, dass viele Stoffe

nicht über das Blut ins Gehirn gelangen können. Dazu gehören neben vielen weiteren Medikamenten auch die meisten Zytostatika. Es gibt einige Ausnahmen, auf die in bestimmten Fällen zurückgegriffen werden kann und die auch eine gewisse Wirkung haben, die aber nicht mit der der Strahlentherapie gleichzusetzen ist.



**Dr. Christoph Hackmann**  
Chefarzt Klinik für Hämatologie  
und Onkologie  
EvK Witten

### EvK Witten und Diakonie Ruhr kooperieren:

## Erstes Pflege-Examen nach gemeinsamer Ausbildung

**Die Kooperation des Evangelischen Krankenhauses Witten mit der Pflegeschule Witten der Diakonie Ruhr trägt erste Früchte: Vor drei Jahren haben beide Einrichtungen erstmals gemeinsam angehende Pflegefachkräfte ausgebildet. Nun haben fünf Pflegefachmänner und -frauen ihr Examen bestanden.**

Den theoretischen Part ihrer Ausbildung hatten die Auszubildenden in der Pflegeschule Witten der Diakonie Ruhr absolviert, die Praxis-Einsätze hauptsächlich im benachbarten EvK Witten. Die beiden Praxisanleiterinnen Beate Plückelmann und Elke Kuhnen haben die Nachwuchskräfte drei Jahre lang durch ihre praktische Ausbildung im EvK begleitet. Sie freuen sich, dass drei frisch gebackene Pflegefachkräfte hier auch künftig im



**Die frischgebackenen Pflegefachkräfte freuen sich über ihr beständenes Examen.**

Einsatz sein werden und das Team der Pflege verstärken. Die gemeinsame Ausbildung durch das EvK und die Diakonie Ruhr ist inzwischen fester Bestandteil der Nach-

wuchsgewinnung in der Pflege: Aktuell absolviert der dritte Jahrgang seine Pflegeausbildung auf dem Campus in Witten. „Die Zusammenarbeit hat sich be-

währt und ist für alle Beteiligten ein großer Gewinn“, sagt Dennis Kläbe, Verwaltungsleiter des EvK Witten. „Gemeinsam sind wir starke Partner für die Nachwuchsgewinnung. Das unterstreicht dieses erste Examen noch einmal.“

Das EvK Witten arbeitet seit Ende 2020 im neu gegründeten Ev. Ausbildungsverbund Ruhrgebiet eng mit anderen evangelischen Trägern zusammen. Partner sind neben der Ev. Krankenhausgemeinschaft, zu der das EvK Witten gehört, die Diakonie Ruhr, die Evangelische Stiftung Augusta und das Diakoniewerk Gelsenkirchen und Wattenscheid.

Wer eine Ausbildung in der Pflege absolvieren möchte, kann sich schon jetzt für Oktober bewerben. Weitere Informationen unter [www.pflegeschule-witten.de](http://www.pflegeschule-witten.de).

# Kopfschmerzen – Wann ist der HNO-Arzt zuständig?

Treten Kopfschmerzen auf und man kennt die Ursache (noch) nicht, ist immer auch eine Erkrankung im Hals-, Nasen-, Ohrenbereich (HNO) als mögliche Ursache in Erwägung zu ziehen und somit der HNO-Arzt zur Abklärung hinzuzuziehen. Der naheliegende Grund hierfür ist die anatomische Nachbarschaft zu schmerzauslösenden Strukturen der Hirnhäute (fachsprachlich: Meningen), zu den sensiblen Hirnnerven, zu den Rückenmarksnerven des Halses sowie zu den Triggerzonen. Bei einem Großteil der HNO-Erkrankungen können Kopfschmerzen als Symptom auftreten. Allerdings treten sie in nur seltenen Fällen als einziges Erstsymptom einer Erkrankung im HNO-Bereich auf. Ausnahme: Malignome (Krebsgeschwülste) der Nebenhöhlen.



Die Kopfschmerzen, die ihre Ursache in einer HNO-Erkrankung haben, können sowohl als dumpfer Tiefenschmerz als auch als schärferer Oberflächenschmerz auftreten. Charakteristik und Lokalisation des Schmerzes lassen nicht zuverlässige Schlüsse auf den Sitz des Krankheitsherdes zu. Allerdings ist eine Lokalisierung der Kopfschmerzen häufig

ein Indiz dafür, dass eine HNO-Krankheit ursächlich dafür verantwortlich ist, da nicht-lokalisierbare Kopfschmerzen bei HNO-Erkrankungen eher selten der Fall sind.

**Kopfschmerzen als Symptom bei Entzündungen im HNO-Bereich**  
**Nasennebenhöhlenentzündungen** – Bei dieser Er-

krankung sind der Ort der Schmerzempfindung und der Sitz des Krankheitsherdes meist identisch. Charakteristisch ist hier ein – insbesondere morgens – Wechsel der Schmerzseiten sowie das Auftreten von beschwerdefreien Intervallen.

**Stirnhöhlenentzündung** – Auch bei der Sinusitis treten häufig Kopfschmerzen auf,

die als Oberflächen- aber auch als Tiefenschmerz empfunden werden können. Bei akuten Entzündungen können die Schmerzen sehr heftig sein. Die Kopfschmerzen werden – wie bei den anderen Entzündungen im HNO-Bereich – therapiert, indem die Haupterkrankung therapiert wird. Bei der Stirnhöhlenentzündung kann die Therapie z.B. mit

## Das Gehör versorgen und schützen

Obwohl Schall für uns unsichtbar ist, kann er großen Schaden anrichten, insbesondere wenn er zu laut ist. Jeder von uns war wahrscheinlich schon einmal zu viel Lärm ausgesetzt, sei es bei einem Konzert, einem Besuch im Sportstadion oder sogar beim Rasenmähen.

Was jedoch viele nicht wissen, ist, dass einmal geschädigte Funktionen des Gehörs nur schwer oder manchmal sogar gar nicht ersetzt werden können, um die entstandenen Höreinbußen auszugleichen. Um Ihre Ohren zu schützen, empfehlen wir Ihnen daher, einen hochwertigen Gehörschutz von Paul Rybarsch Hörgeräte zu tragen, egal ob bei der Arbeit, beim Heimwerken oder beim Schlafen. Wir unterstützen Sie gerne bei der Wahl des richtigen Hörsystems oder Gehörschutzes.



PAUL RYBARSCH  
HÖRSYSTEME



JETZT kostenlos & unverbindlich testen!

### Paul Rybarsch in Witten

Johannisstr. 17, 58452 Witten, Tel.: 02302-18071  
Fax/AB: 02302-18074

E-Mail: [info@witten.rybarsch.com](mailto:info@witten.rybarsch.com)

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00 – 18.00 Uhr

Weitere Standorte und Infos finden Sie unter:

[www.rybarsch.com](http://www.rybarsch.com)



hochdosierten Antibiotikagaben, ggf. in Kombination mit Cortison-Tabletten und mehrmals täglicher Applikation von abschwellendem Nasenspray erfolgen.

In chronischen Fällen kann auch eine endoskopisch gestützte Operation vom Naseninnern aus angezeigt sein. Allerdings ist es so, dass eine chronische Sinusitis kaum Kopfschmerzen verursacht. Dennoch erfordert diese Erkrankung eine eingehende Diagnostik, da sie im weiteren Verlauf zu ernsthaften Komplikationen führen kann.

**Siebbeinentzündung** – Die Entzündung des Siebbeins (Schädelknochen am Ende der Nasenhöhle) ist von der Charakteristik der Stirnhöhlenentzündung ähnlich, nur dass die Kopfschmerzen nicht so heftig sind.

**Kieferhöhlenentzündung** – Bei der Kieferhöhlenentzündung tritt zumeist ein lageabhängiger Wangenschmerz auf, der sich bei Kopftiefelage noch verstärkt. Häufig ist dies auch verbunden mit einem Druckschmerz in den inneren Augenwinkeln sowie mit Zahnschmerzen, je nach

Lage der Zahnwurzeln im Kieferhöhlenboden.

**Keilbeinhöhlenentzündung** – Die Keilbeinhöhle ist eine kleine Nasennebenhöhle am oberen Ende des Nasengangs, die ebenfalls als Ort für eine Entzündung infrage kommt, welche wieder Kopfschmerzen als Symptom mit sich bringen kann. Charakteristisch für diese Kopfschmerzen ist, dass sie überlicherweise in den Scheitel projiziert werden.

Es gibt noch eine Reihe weiterer Erkrankungen der Nebenhöhlen, die sich u.a. mit Kopfschmerzen der unterschiedlichsten Art äußern können. Dazu gehören beispielsweise Erkrankungen des Epipharynx (Nasenteil des Rachens). Möglich sind hier Entzündungen und Tumore, die einen Scheitelkopfschmerz oder auch einen hochsitzenden Hinterkopfschmerz auslösen. Ist ein Tumor die Ursache, sind die Kopfschmerzen auch in diesem Fall nicht selten das Erstsymptom.

Der **Rhinogene Kopfschmerz** geht von der Nase aus. Krankhafte Veränderungen, z.B. der Temperatur und der

Feuchtigkeit der Schleimhaut und eine chronische Behinderung der Nasenatmung, können zu Kopfschmerzen führen, die sich zumeist in der Stirn und in der Augenregion lokalisieren.

#### **Andauernde Kopfschmerzen und Riechstörungen**

Diese Symptome können auf eine chronische Entzündung der Nasenschleimhaut hinweisen. Ein Warnsignal ist auch ein ständiger Schnupfen. Die Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde geht davon aus, dass etwa 10% der Deutschen davon betroffen sind. Betroffene sollten zur Abklärung einen HNO-Arzt aufsuchen. Er kann die Ursachen diagnostizieren. So kommen als Ursache beispielsweise nasengang-verengende Polypen infrage, die operativ entfernt werden müssten. Eine Behandlung ist in jedem Fall dringend erforderlich, da die sogenannte chronische Rhinosinusitis auch Asthma oder Lungenentzündungen begünstigen kann.

#### **Kopfschmerzen und Tinnitus**

Kopfschmerzen können auch mit Tinnitus vergesellschaftet

sein insofern, als dass hierfür eine gemeinsame Ursache zugrunde liegen kann. Dies können beispielsweise Halswirbelsäulenbeschwerden sein. Sie kommen häufig als Ursache für Tinnitus infrage. Veränderungen der Halswirbelsäule können zudem durch Verschleiß und Muskelverspannungen zu Kopfschmerzen führen.

Das gleichzeitige Auftreten von Kopfschmerzen und Tinnitus aufgrund von Veränderungen der Halswirbelsäule ist nicht selten. Stellt sich heraus, dass Veränderungen der Halswirbelsäule die Ursache für Kopfschmerzen und Tinnitus sind, kann häufig mit Chirotherapie Besserung erzielt werden, sowohl was die Kopfschmerzen als auch was den Tinnitus angeht.



**Dr. Klaus-Peter Tillmann**  
HNO-Arzt Witten / Bochum

## **Lesung mit Ruhrgebietsflair:**

# **Autor Mark Daniel war zu Gast im St. Elisabeth Hospiz Witten**

Der Abend im Wittener St. Elisabeth Hospiz stand ganz im Zeichen des Ruhrgebiets: Geschichten aus der Region, Musik und Currywurst standen für Teilnehmer am Samstag, dem 13. April 2024, auf dem Programm. Autor Mark Daniel präsentierte mit musikalischer Untermalung Geschichten aus seinem Roman „Witten – ker, wat schön!“. Der gesamte Erlös der Veranstaltung kommt dem Hospiz zugute.

In gemütlicher Runde fand die Lesung mit dem gebürtigen Wittener Mark Daniel

und zahlreichen Besuchern statt. Der Autor gab kuriose und rührende Geschichten aus seinem Roman „Witten – ker, wat schön!“ zum Besten, die großen Anklang bei den Teilnehmern der Veranstaltung fanden. Die Anekdoten aus der Ruhrstadt wurden musikalisch begleitet durch den Gitarristen Dirk Kiffmeier. Für das leibliche Wohl der Gäste hatte das Hospiz ebenfalls gesorgt: Es gab ruhrgebietstypische Currywurst. Dominik Neuenhaus, Hospizleitung des St. Elisabeth Hospiz Witten, freute sich über die zahlreichen

Besucher und die Spenden für die Einrichtung: „Mit dem Erlös des Abends wird

unsere Arbeit hier im St. Elisabeth Hospiz hervorragend unterstützt.“



**Dominik Neuenhaus** (Mitte), Hospizleitung des St. Elisabeth Hospiz Witten, begrüßte Autor Mark Daniel (rechts), der aus seinem Roman „Witten – ker, wat schön!“ vorlas, und den Gitarristen Dirk Kiffmeier.

## Neues aus Orthopädie und Unfallchirurgie:

# Experten der St. Elisabeth Gruppe stellen neue und bewährte Operationstechniken vor

**Neue und bewährte Operationstechniken in Orthopädie und Unfallchirurgie – rund um dieses Thema informierten die Experten des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe Ende März.**

Prof. Dr. Sebastian Rütten, Direktor des Zentrums für Orthopädie und Unfallchirurgie und Chefarzt des Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie und Schmerztherapie, klärte im Rahmen der Fachveranstaltung über aktuelle OP-Techniken an der Wirbelsäule auf. Gemeinsam mit seinem Team wurde anhand mehrerer Vorträge über unterschiedliche Behandlungsmaßnahmen bei verschiedenen Erkrankungen informiert. Abgerundet wurde dieser erste thematische Schwerpunkt von einem Live-Video aus dem OP des St. Anna Hospital Herne: Eine Bandscheibenoperation an der Halswirbelsäule. „Unsere Operationsverfahren entwickeln sich stetig weiter. Aus diesem Grund ist es von enormer Bedeutung, dass Ärzte entsprechend geschult werden“, erläutert Prof. Dr. Rütten.

Das Expertenteam rund um Dr. Oliver Meyer, Chefarzt des Zentrum für Becken-, Hüft-, Knie- und Fußchirurgie des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie, informierte über Operationstechniken an der unteren Extremität. Im Fokus standen beispielsweise Techniken zur Behandlung von Knorpelschäden und robotergestützte Implantationen. Die minimalinvasive Implantation einer Hüftprothese wurde in Form eines Live-Videos präsentiert. „Besonders navigationsgestützte Operationstechniken spielen durch ihre enorme Präzision und



**Experten der Orthopädie und Unfallchirurgie** – Prof. Dr. Sebastian Rütten (links), Direktor des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie und Chefarzt des Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie und Schmerztherapie, Dr. Roderich Heikenfeld (3. v. l.), Chefarzt des Zentrum für Schulter-, Ellenbogen- und Handchirurgie des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie und Dr. Oliver Meyer (4. v. l.), Chefarzt des Zentrum für Becken-, Hüft-, Knie- und Fußchirurgie des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie, und weitere Experten des Zentrums für Orthopädie und Unfallchirurgie informierten im St. Anna Hospital Herne über neue und bewährte Operationsmethoden.

Reproduzierbarkeit eine große Rolle in Orthopädie und Unfallchirurgie“, so Dr. Meyer.

Der darauffolgende Themenkomplex beschäftigte sich mit OP-Techniken an der oberen Extremität: Dr. Roderich Heikenfeld, Chefarzt des Zentrum für Schulter-, Ellenbogen- und Handchirurgie des Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie, zeigte mit seinem Team unter an-

derem live die Implantation einer schafffreien Schulterprothese. Präsentationen zu Neuerungen der Therapiealgorithmen bei einer Arthrose des Daumensattelgelenks und den unterschiedlichen Einflüssen der Wahl der OP-Technik auf das Endergebnis, rundeten diesen Schwerpunkt ab. „Um jedem Patienten die bestmögliche Behandlung bieten zu können, ist es wichtig auf dem neusten Stand der OP-Ver-

fahren zu sein, um das bestmögliche Verfahren auswählen zu können“, erklärt Dr. Heikenfeld.

Als Zusatz zu den vielfältigen Operationstechniken waren unterstützende physiotherapeutische Maßnahmen ein Thema der Veranstaltung. Vor den Vorträgen, Podiumsdiskussionen und Live-Übertragungen aus dem OP fand traditionell wieder ein Tape-Seminar statt.

# Hygiene im Gesundheitswesen – informativer Expertenaustausch zur aktuellen Krankenhaushygiene

Im Kongresszentrum des St. Anna Hospital Herne fand die Fachveranstaltung „Aktuelle Krankenhaushygiene“ statt. Experten der St. Elisabeth Gruppe und weiterer Kliniken und Institutionen tauschten sich im Rahmen der Veranstaltung zu den aktuellen Maßnahmen, Regelungen und den Neuerungen im Bereich der Hygiene in Krankenhäusern und anderen medizinischen Einrichtungen aus.



„Im Rahmen des Programms haben führende Experten aus den unterschiedlichsten Feldern der Hygiene ihre Eindrücke, Erkenntnisse und Erfahrungen geteilt. Ein bunter Strauß von wirklich interessanten und abwechslungsreichen Themen“, so Dr. Sabine Edlinger, Geschäftsführerin der St. Elisabeth Gruppe.

Unter anderem hielt die Veranstaltung einen Einblick in den Alltag eines Hygienikers als ärztlicher Direktor für die Teilnehmenden bereit. Bei einem Aufenthalt im Krankenhaus oder in anderen medizinischen Einrichtungen ist der Schutz der Patienten und des Personals vor Infektionskrankheiten besonders wichtig. Ein Hygieniker in dieser Rolle kann sein Wissen in der Erforschung, Vorbeugung und Bekämpfung typischer Krankheitsbilder

**Freuten sich über die große Teilnehmerzahl bei der Fachveranstaltung zum Thema „Aktuelle Krankenhaushygiene“:** (von links) Dr. Svenja Liebler, Referatsleiterin des Kommando Sanitätsdienst der Bundeswehr in Koblenz, Klaus Wiese, Leitung der ZSVA des St.-Johannes-Hospital Dortmund, Dr. Sabine Edlinger, Geschäftsführerin der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr, Prof. Dr. Walter Popp, Ärztliche Leitung der HyKoMed GmbH Dortmund und Dr. Martina Lenzen-Schulte, Medizinreporterin des Deutschen Ärzteblatt Berlin.

wie postoperativen Wund- oder Harnwegsinfektionen auf besondere Weise einbringen. „Ein spannender Einblick aus einer anderen Perspektive!“, so Prof. Dr. Walter Popp, Ärztlicher Leiter der HyKoMed GmbH.

**Die Zukunft der Hygiene: Robotertechnologie unterstützt bei Desinfektion in medizinischen Einrichtungen**

Im Rahmen des Programms tauschten sich die Experten auch zu den Zukunftstechnologien der Krankenhaushygiene aus. Einer dieser Bereiche ist die Desinfektion in Gesundheitseinrichtungen, bei der seit kurzer Zeit auch Hygienegeräte eingesetzt werden. Sie ergänzen herkömmliche Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen und sorgen so für eine höhere Patientensicherheit.

**Experten stellten vor:**

## Neue Behandlungsmöglichkeiten der „Frauengeißel“ Endometriose

**Endometriose oder Myome, gutartige Erkrankungen der Gebärmutter, können bei Frauen zu starken Schmerzen führen. Die Lebensqualität der Betroffenen ist dadurch oft erheblich eingeschränkt. Experten informierten online über die neuesten Verfahren und schonenden Behandlungsmethoden bei Endometriose und Myomen.**

40.000 Frauen erkranken jedes Jahr neu an einer Endometriose. Bei der chronischen Erkrankung wächst die Gebärmutter-schleimhaut auf unnatürliche Weise auch außerhalb der Gebärmutter. Dieses Gewebe kann sich auf Organe wie Eierstöcke, Eileiter, Darm oder Blase ausbreiten. Während des Menstruationszyklus verhält sich dieses zusätzliche Gewebe genauso wie innerhalb der Gebärmutter und es kommt zu Blutungen und einem verstärkten Wachstum der Schleimhäute. Diese sogenannten Endometrioseherde können starke Schmerzen verursachen, die über normale Regelbeschwerden hinausgehen.

Ebenso wie Endometriose können auch Myome zu starken Schmerzen führen. Bei Myomen handelt es sich um gutartige Wucherungen in der Gebärmutter. Circa 25 bis 50 Prozent aller Frauen sind im

Laufe ihres Lebens davon betroffen. In den meisten Fällen sind die Myome allerdings sehr klein und verursachen keine Probleme. Je nach Größe, Lage und Anzahl können sie aber zu starken Beschwerden führen und Schmerzen, Zwischenblutungen oder Blutgerinnsel auslösen.

**Behandlung von Endometriose und Myomen**

„Die neuesten Verfahren in der Schmerztherapie ermöglichen betroffenen Frauen selbst bei sehr ausgeprägten Endometriose- und Myombefunden ein schmerzfreies Leben mit hoher Lebensqualität“, so der Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne und Chefarzt der Frauenklinik und Ge-

burtshilfe des Marien Hospital Witten. Er und sein Team behandeln jährlich mehr als 600 Endometriosepatientinnen und stehen betroffenen Frauen schon früh als Ansprechpartner zur Seite.

Im Rahmen der Veranstaltung informierten Prof. Schiermeier und weitere Experten darüber, welche Therapiemaßnahmen sich bei einer Endometriose-Erkrankung am besten für Patientinnen eignen. Des Weiteren gaben die Referenten einen Einblick in die Diagnostik und stellten die Möglichkeiten bei einer Endometriose-Diagnose und einem Kinderwunsch vor. Außerdem werden die Behandlungsmöglichkeiten bei Myomen vorgestellt. Als eines der wenigen Zentren in Deutschland bietet das Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe ein modernes Verfahren zur Myomtherapie ohne Narben an.

# Seelsorge und Ethik werden als wichtig empfunden

Im Auftrag der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr hat das Zentrum für Angewandte Pastoralforschung der Ruhr-Universität Bochum eine Mitarbeiterbefragung durchgeführt, in der die Teilnehmenden die Rolle der Abteilung in den verschiedenen Kliniken und Einrichtungen der Gruppe bewerten sollten. Die Ergebnisse der Erhebung zeigen, dass Ethik und Seelsorge für die Mitarbeiter, Patienten und deren Angehörige eine wichtige Rolle einnehmen.

Die Betreuung von Patienten, Angehörigen und Mitarbeitenden in schwierigen ethischen und emotionalen Fragen spielt über die letzten Jahre eine immer größere Rolle. „Das Team der Seelsorge und Ethik ist Ansprechpartner für die Sorgen und Nöte der Menschen in der St. Elisabeth Gruppe und schafft durch seine verlässliche Erreichbarkeit ein häufig genutztes Gesprächsangebot“, so Diplomtheologe Hartwig Trinn, Gesamtleitung Seelsorge und Ethik der St. Elisabeth Gruppe. „Die Befragung der Mitarbeitenden hat gezeigt, dass sich Hilfesuchende gerne an die Seelsorge und Ethik wenden.“

**Wann sich die Mitarbeiter an die Seelsorge und Ethik wenden** – Die Umfrage ergab, dass Mitarbeitende und Patienten sich besonders dann die Hilfe eines speziell geschulten Ansprechpartners suchen, wenn sie mit extremen emotionalen und psychischen Belastungen konfrontiert werden und eine einfühlsame und individuelle Begleitung benötigen – nicht nur bei religiösen oder spirituellen Themen. Das können der Umgang mit schweren Diagnosen, sich durch Krankheit verändernde Lebensumstände oder auch der Beistand beim Sterben sein.

Müssen schwierige ethische Fragen beantwortet werden, nimmt das medizinische und pflegerische Personal die Hilfe von Seelsorgern in Anspruch, damit diese bei der Entscheidungsfindung Unterstützung leisten können.

**Wie sich die Seelsorge und Ethik in Zukunft ausrichten möchte** – Ein Anliegen der Ethik und Seelsorge ist es, sich immer an den aktuellen Bedürfnissen der

Menschen zu orientieren – die Befragung der Mitarbeitenden lieferte einige Denkanstöße, wie die Abteilung ihr Angebot in Zukunft noch weiter verbessern kann. Konkret wird die Seelsorge und Ethik ihren Dienst noch stärker kommunizieren sowie den Bereich der Fortbildungen intensivieren, damit so noch mehr Mitarbeitende, Patienten und Angehörige von der Unterstützung und Begleitung profitieren können.



**Gruppenbild zur Mitarbeiterbefragung** – Simone Lauer (2. v. l.), Geschäftsleitung der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr, Hartwig Trinn (3. v. l.), Gesamtleitung Seelsorge und Ethik, Dr. Sabine Edlinger (4. v. l.), Geschäftsleitung der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr und das Team der Seelsorge und Ethik freuen sich über die guten Ergebnisse der Mitarbeiterbefragung zur Rolle der Seelsorge und Ethik in den verschiedenen Kliniken und Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr.

## Neuer Chefarzt am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke:

### Dr. Bernhard Limper übernimmt die Leitung der Chirurgie

Zum 1. April 2024 trat Dr. med. Bernhard Limper die Leitung der Chirurgie am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke (GKH) an. Die Klinik besteht aus der Allgemeinchirurgie, Viszeralchirurgie und minimal invasiver Chirurgie mit der Sektion Unfallchirurgie. Zuvor war Dr. med. Limper am Knappschaftskrankenhaus Bottrop als Leitender Oberarzt in der Klinik für Allgemein- & Viszeralchirurgie sowie als stellvertretender Klinikleiter tätig.

„Wir sind sehr erfreut, einen universierten Spezialisten wie Herrn Dr. med. Limper in unserer Klinik willkommen zu heißen. Sein ausgeprägtes Fachwissen, sein beeindruckender Teamgeist, seine patientenzugewandte Art sowie seine Begeisterung für innovative Operationstechniken machen ihn zur idealen Besetzung für diese wichtige Position“, betont Christian Klodwig, GKH-Geschäftsführer.

Bernhard Limper verfügt über eine beachtliche und anerkannte Expertise in der

Allgemein- und Viszeralchirurgie, insbesondere auf den Gebieten der minimalinvasiven und robotisch-assistierten Verfahren. Zu seinen Schwerpunkten zählen die Leisten- und Bauchwandchirurgie, die Schilddrüsenchirurgie und die operative Behandlung von gut- und bösartigen Dick- und Enddarmkrankungen (Darmkrebs). Zum Ausbau der minimalinvasiven Chirurgie stehen ihm und seinem Team ein hochmoderner 4K-Laparoskopieturm zur Verfügung. Nach erfolgreicher Etablierung der robotisch-assistierten Chirurgie

im Knappschaftskrankenhaus Bottrop soll Limper nun auch in Herdecke ein entsprechendes Konzept entwickeln und umsetzen.

Der 49-jährige absolvierte sein Studium der Humanmedizin an der Universität-GH Essen und ist zusätzlich als Gesundheitsökonom (MHBA) qualifiziert. Er tritt die Nachfolge von Priv.-Doz. Dr. med. Florian Glaser an, der die Abteilung weiterhin als Oberarzt unterstützen wird, bis er Ende des Jahres in den Ruhestand wechselt.



**Dr. Bernhard Limper**

## Grüne Dame feierte 95. Geburtstag:

# Inge Schlüter seit 20 Jahren ehrenamtlich im EvK tätig

Seit 20 Jahren schon verstärkt Inge Schlüter jeden Dienstag- und Mittwochmorgen die Pforte im Evangelischen Krankenhaus Witten. Sie gehört zu den 22 Grünen Damen und Herren, die hier ehrenamtlich im Einsatz sind. Das Besondere: Mit 95 Jahren ist sie mit Abstand die Älteste in der Ehrenamtsgruppe. So alt ist die rüstige Seniorin am 17. März geworden. „Die Arbeit hier macht mir viel Spaß“, sagt die hochbetagte Wittenerin, die ankommenden Besuchern Auskunft gibt, auf welchem Zimmer ihre Angehörigen liegen, oder Patientinnen und Patienten den Weg zu Untersuchungen weist. „Das hält mich fit“, ist die 95-Jährige überzeugt. Und so will sie ihren grünen Kittel – das Markenzeichen der Ehrenamtlichen im Krankenhaus – auch noch lange nicht an den Nagel hängen. „Dabei stehe ich eigentlich gar nicht gern früh auf“, schmunzelt Inge Schlüter. Fürs EvK tut sie es trotzdem.

Das EvK Witten gratulierte zum Geburtstag und bedankte sich für so viel Engagement!



## 50 angehende Pflegefachassistenten starten in die Ausbildung

Die St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr hat am 02. April 2024 50 Auszubildende zur Pflegefachassistentenz begrüßt. Innerhalb eines Jahres werden sie in den Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe umfassend zu Pflegefachassistenten ausgebildet.

Während des abwechslungsreichen Jahres lernen die angehenden Pflegefachassistenten grundlegende Kenntnisse in der Pflege und Behandlung von Patienten aller Altersgruppen kennen. Dabei liegt ihr Fokus darauf, den Patienten nicht nur medizinisch zu betreuen, sondern auch persönlich zu unterstützen und verschiedene Aufgaben des Pflegepersonals zu übernehmen. „Die Auszubildenden erlangen in unseren vielfältigen Einrichtungen pra-

xisnahe Erfahrung. Dabei erhalten sie wertvolle Ratschläge von erfahrenen Praxisanleitern und Pflegekräften. Den theoretischen Unterricht absolvieren sie in unserer modernen Pflegeschule am Campus der St. Elisabeth Gruppe“, sagt Sabine Dreßler, Leitung der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe. Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung stehen den Pflegefachassistenten viele Entwicklungsmöglichkeiten in der St. Elisabeth Gruppe offen. Sie

können entweder in den verschiedenen Einrichtungen arbeiten oder sich zur Pflegefachkraft weiterbilden.

Interessierte haben bereits jetzt die Möglichkeit, sich über das Jobportal der St. Elisabeth Gruppe für den Ausbildungsstart am 01. September 2024 für die Ausbildung zum Pflegeassistenten zu bewerben. Damit legen sie den Grundstein für ihre berufliche Zukunft im Pflegebereich.



*50 angehende Pflegefachassistenten sind Anfang April in die Ausbildung gestartet.*

# Klima-Allianz hat neuen Vorstand gewählt

Der Klima-Allianz Witten e.V. hat auf seiner Mitgliederversammlung die Weichen für die nächsten zwei Jahre gestellt. Werner Frischmann hat nach fünf Jahren Klima-Allianz Witten nicht mehr für den Vorstandsvorsitz kandidiert, um die Verantwortung auf Jüngere zu übertragen, wobei eine sorgfältige Übergangsphase garantiert ist und bestimmte Projekte auch weiterhin von ihm koordiniert werden. Bei der Mitgliederversammlung wurde er emotional und mit großem Applaus als Vorsitzender verabschiedet.

Den Vorsitz übernimmt ab sofort Stefan Borggraefe, der zusammen mit Werner Frischmann die Klima-Allianz gegründet hatte und der bisher zweiter Vorsitzender des Vereins war. Neuer zweiter Vorsitzender ist Jörg Zielske, der bisher schon als Beisitzer dem Vorstand angehörte. Ganz neu im Vorstand ist Reinhold Paas, der nun Beisitzer ist. Schatzmeisterin bleibt Susanne Kock und Schriftführerin Jennifer Berckey.

Zentrales Ziel der Klima-Allianz ist es, Witten bis zum Jahr 2035 klimaneutral zu machen. Dazu sollen einerseits eigene Aktionen beitragen, andererseits will der Verein über das Thema Klimaschutz in Witten informieren und aufklären. Um das Ziel zu erreichen, hat der Verein seit seiner Gründung ein großes Netzwerk mit über dreißig Netzwerkpartnern aus Wirtschaft, öffentlicher Hand und Zivilgesellschaft geknüpft. Konkret kümmert sich der Verein aktuell um die Schaffung von Trinkwasserbrunnen in jedem Stadtteil und um ein Projekt zur besseren Versorgung unserer Stadtbäume mit Wasser.

Weiterhin beginnt im April



**Bei der Mitgliederversammlung der Klima-Allianz Witten** wurde der bisherige Vorsitzende Werner Frischmann (ganz rechts) verabschiedet. Neuer Vorsitzender ist Stefan Borggraefe (mit Sakko, in der Mitte), zweiter Vorsitzender ist nun Jörg Zielske (kniend), Schriftführerin bleibt Jennifer Berckey (links, sitzend) und Schatzmeisterin Susanne Kock (konnte bei der Versammlung nicht dabei sein).

eine gemeinsam mit Parents for Future Witten organisierte Vortragsreihe zu Klimathemen. Los geht es mit einem Vortrag zum Thema Wärmepumpen am 25. April um 18 Uhr in der evangelischen Pop-Akademie an der Ruhrstraße. Am 15. Juni fin-

det dann bereits zum vierten Mal der Wittener Klimamarkt statt – dieses Mal auf dem Berliner Platz und auf dem Platz vor der Stadtgalerie.

Wer Lust hat, die Aktionen mitzugestalten, eigene Ideen einzubringen und so et-

was Positives für Witten zu bewirken, kann sich gerne unkompliziert bei der Klima-Allianz melden. Kontaktdaten, aktuelle Termine und Informationen finden sich immer auf der Website des Vereins unter [www.klima-allianz-witten.de](http://www.klima-allianz-witten.de).

## Luftaufnahmen sind keine Hexerei!

Hochauflösende (20 Megapixel) Drohnentfotos oder Videoaufnahmen von Ihren Grundstücken und Immobilien nach Ihren Vorstellungen.\*

**Verlag Olaf Gellisch**

Tel. 0234 / 43 86 85 45

E-Mail: [wittentransparent@online.de](mailto:wittentransparent@online.de)

\* Nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für die Verwendung von Drohnen.



Beispiel Langendreer-Alter Bahnhof

# MS Schwalbe II ist mit umweltschonendem Antrieb in die neue Saison gestartet

Mit einigen Neuerungen an Bord – sowohl auf dem wie auch unter dem Deck – ist das von den Wittener Stadtwerken betriebene Fahrgastschiff MS Schwalbe 2 zu Ostern in die neue Saison gestartet. Wesentliche Veränderungen: Der Genuss einer Fahrt mit der Schwalbe ist ab jetzt etwas teurer und deutlich sauberer, wobei es zwischen diesen beiden wesentlichen Veränderungen keine kausalen Zusammenhänge gibt. Die Einzelheiten:

**Neuer Kraftstoff** – Bevor die Crew der MS Schwalbe II wieder Gäste an Bord begrüßte, wurde natürlich das Schiff betankt. Feine Nasen bemerkten hier den ersten Unterschied: Statt des bisherigen Schiffsdiesels fließt nun Shell GTL Fuel in den Tank. GTL steht für „Gas-to-Liquid“ und ist ein synthetischer Kraftstoff, der aus Erdgas hergestellt wird. Dieser ist praktisch schwefel- und aromatenfrei, wasserklar, nahezu geruchslos und leicht biologisch abbaubar. Das Beste: Der neue Kraftstoff verbrennt sauberer und produziert keine riechbaren Abgase. „Mit dem neuen synthetischen Kraftstoff haben wir endlich eine Alternative zum Schiffsdiesel gefunden, welche die Umwelt und die Luft weniger belastet. So können die Fahrgäste, die Spazierenden und Radfahrenden unsere schöne Ruhr noch mehr genießen“, erklärt Markus Borgiel, Prokurist der Stadtwerke Witten. Die vielen Vorteile haben auch ihren Preis, den die Stadtwerke aber dafür gerne in Kauf nehmen: Der neue Kraftstoff ist zwischen 8 und 20 Cent (oder rund 5%) teurer als der bisherige Kraftstoff. Die Schwalbe kann 2.500 Liter tanken, womit sie (zumindest zu Dieselzeiten) dreieinhalb bis vier Wochen fahren konnte. Der Verbrauch lag bei 11 Litern pro Betriebsstunde (so wird das bei Schiffen gerechnet). Wie sich dies bei dem neuen Kraftstoff verhält, kann man noch nicht sagen, da ja noch keine Erfahrungswerte vorliegen.

**Neuer Kapitän** – Genießen

kann auch der neue Schiffsführer Christopher Mann seinen Arbeitsplatz. Während dieser früher mit großen Booten über die Weltmeere schipperte, geht er es heute am Steuer der MS Schwalbe II auf der Ruhr gemütlicher an. Er wechselt sich dort mit seinen zwei Kollegen Helge Spartz und Stefan Finkensiep ab.

**Neue Preise** – Gestiegene Kosten machen auch vor der Schifffahrt nicht Halt und somit mussten die Stadtwerke Witten die Fahrpreise der MS Schwalbe II zur neuen Saison leicht anheben. So kostet nun eine einfache Fahrt für Erwachsene 11 Euro statt bisher 10 Euro, für Kinder zwischen drei und 14 Jahren 4,50 Euro statt bisher 4 Euro. Eine Rundfahrt liegt nun bei 16 Euro für Erwachsene (bisher 14 Euro) und 7 Euro für Kinder (bisher 6 Euro). Die höheren Preise sind den allgemeinen Kostensteigerungen geschuldet und stehen in keinerlei Zusammenhang mit dem neuen Kraftstoff, wie es hieß.

**Online-Ticketangebot** – Nach den guten Erfahrungen in der Saison 2023 wird das Online-Angebot der MS Schwalbe II erweitert: Ab dieser Saison können Online-Tickets im Voraus für die gesamte Saison gekauft werden. „Wir möchten so den Wünschen unserer Kund:innen gerecht werden, die den Ausflug mit ihren Lieben gerne mit viel Vorlauf planen“, erklärt Lars Glörfeld, stellvertretender Abteilungsleiter für Bäder und Schifffahrt. Zudem können nun bis zu 75 Tickets pro

Fahrt online gekauft werden erweitert, sodass auch größere Gruppen im Voraus buchen können. Weiterhin können Tickets natürlich direkt an Bord erworben werden – natürlich nur solange der Vorrat reicht.

**Altbewährtes Ruhrdyl** – Auf eine gemütliche Fahrt durch das idyllische Ruhrtal können sich die Fahrgäste natürlich weiterhin verlassen. Zwischen grünen Auen, dem Viadukt in Bommern, dem Blick aufs Muttental und der Kurve über den Kemnader See lassen Alt und Jung gern die Seele baumeln und den Löffel durch die Kaffeetasse kreisen.

**Beats & Cruise: Alle Termine ausgebucht** – Cocktailbecher statt Kaffeetassen sind bei der beliebten Veranstaltungsreihe „Beats & Cruise“ gefragt. Nach dem Erfolg des Debüts im vergangenen Jahr gibt es nun vier Termine, an denen Kult-DJ Woody van Eyden zusammen mit anderen DJs der Szene an Deck der MS Schwalbe II auflegt. Zusammen mit feierfreudigen Gästen und Partymusik fahren sie auf der Ruhr in den Sonnenuntergang. Allerdings: Alle vier Termine wa-

ren bereits einen Tag nach Start des Vorverkaufs ausgebucht, weswegen sie an dieser Stelle auch nicht mehr detailliert genannt werden.

„Die Resonanz im vergangenen Jahr sowie der Vorverkauf für 2024 haben uns überwältigt und darin bestätigt, besondere Angebote in unseren Freizeitsparten anzubieten“, erklärt Markus Borgiel. „Wir freuen uns, den Wittener:innen schöne Sommerabende an Bord unserer Schwalbe bereiten zu können.“



**Zwei der drei Kapitäne der MS Schwalbe II: Helge Spartz (links) und Stefan Finkensiep.**

# Veranstaltungen im MAI & JUNI

## Medizin konkret: Sturz im Alter

Chefarzt Stephan Ziemke

15. Mai 2024 | 17 Uhr

## Benefiz-Fußballturnier im Wullenstadion

Mit Michael Wurst zugunsten der Palliativstation im EvK

02. Juni 2024 | ab 13 Uhr

## Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann

6. Juni 2024 | 17 Uhr

## Pferdebachstraßenfest

Mit vielen Aktionen rund ums EvK

9. Juni 2024 | ganztägig



Mehr Infos unter  
[www.evk-witten.de](http://www.evk-witten.de)



**Evangelisches Krankenhaus Witten**

Pferdebachstr. 27  
58455 Witten  
02302.175-0

**Ev. Krankenhaus  
Witten**  
Lehrkrankenhaus der Universität  
Witten/Herdecke