

# Gesund:heidjer

Dez '20  
Ausgabe 10

Neuigkeiten & Gesundheitsthemen aus dem Heidekreis-Klinikum



## Heidjers:Help

Gemeindepsychiatrisches Zentrum

## Kinder- und Jugendmedizin

Gestern – heute – morgen



## Praktisches Jahr

Erfahrungsbericht einer  
Medizinstudentin

Heidekreis-Klinikum gGmbH  
Krankenhäuser Soltau und Walsrode  
vertreten durch Geschäftsführer  
Dr. med. Achim Rogge  
Tel.: 05161 602-1201  
Fax: 05161 602-1281

Standort Soltau:  
Oeningner Weg 30  
29614 Soltau  
Tel.: 05191 602-0  
Fax: 05191 602-3280

Standort Walsrode:  
Robert-Koch-Str. 4  
29664 Walsrode  
Tel.: 05161 602-0  
Fax: 05161 602-1280

Sitz der Gesellschaft:  
29683 Bad Fallingbommel  
Registergericht:  
Amtsgericht Walsrode  
Registernummer: HRB: 5287  
St.-Nr.: 41/210/05510  
Vorsitzender des Aufsichtsrates:  
Hermann Norden

Verantwortlich für den Inhalt:  
Geschäftsführer  
Dr. med. Achim Rogge

Ansprechpartnerin:  
Nina Bernard  
Unternehmenskommunikation  
und Öffentlichkeitsarbeit  
Tel.: 05191 602-3202  
Fax: 05161 602-1281  
nina.bernard@heidekreis-klinikum.de

Umsetzung und Design:  
J. Gronemann GmbH & Co. KG

Bildnachweise:  
© Adobe Stock/MicroOne  
© Adobe Stock/Jeanette Dieltl  
© Adobe Stock/fadzeyeva, Augustino  
© Adobe Stock/Monkey Business  
© Adobe Stock/markus thoenen  
© Adobe Stock/ chathuporn  
© Pixabay/monicore  
© Photographin Maria Hämmerling  
© Photograph Christian Wyrwa  
© Heidekreis-Klinikum gGmbH

Herzlichen Dank an alle, die mitgeholfen haben, dieses Magazin zu erstellen und zu gestalten.

Wir weisen darauf hin, dass einige Fotos in dieser Ausgabe des Gesund:heidjers vor der Coronapandemie und den damit einhergehenden Maßnahmen zur Eindämmung des Virus entstanden sind. Es wurde sich immer an alle Hygieneregeln gehalten.

Allein aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir auf geschlechtsbezogene Formulierungen. Selbstverständlich sind immer m/w/d gemeint.

- 2-3 Vorwort!  
Vorwort von Geschäftsführer Dr. med. Achim Rogge
- 4-5 Gemeindepsychiatrisches Zentrum  
Heidjers:Help
- 6-7 Marke geknackt  
Mehr als 1000 Geburten in der Geburtshilfe des HKK
- 8-9 Kinderklinik am Heidekreis-Klinikum  
gestern – heute – morgen
- 10-11 Erfahrungsbericht einer Studentin  
über das Praktische Jahr im Heidekreis
- 12 Resilienz  
Abwehrsystem der Seele
- 13 NOTFALL im Heidekreis?  
Wir sind immer für Sie da!
- 14 Unser Ziel: Ihre Lebensqualität verbessern  
Leistungsspektrum Unfallchirurgie und Orthopädie

# Vorwort

von Geschäftsführer  
Dr. med. Achim Rogge

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Leserinnen und Leser,

nun stehe ich schon seit zwei Jahren am Steuerrad des HKK. Als Geschäftsführer ist man wie ein Kapitän auf hoher See: Man kann Stürme aufziehen sehen, man kann Klippen erkennen – aber ohne seine Mannschaft ist jeder Kapitän machtlos. Ich bin gern der Kapitän des „Sturmbezwingers HKK“, denn die Mannschaft #teamhkk, die um mich herum ist, also ALLE Mitarbeitenden, schafft Großes, Tag für Tag:

Alle Mitarbeitenden engagieren sich für die uns anvertrauten Patientinnen und Patienten und nehmen mit mir Kurs auf die vielen großen Veränderungen, die wir auch in diesem Jahr erlebt haben. Dieser hochengagierten Mitarbeiterschaft ist es zu verdanken, dass unser HKK auch in diesem Jahr ein erneut deutlich verringertes Defizit machen wird. Ich freue mich über diesen Erfolg, den

das #teamhkk auch in 2020 gemeinsam geschafft hat! 2020. Bald ist auch dieses Jahr wieder vorbei. Ein Jahr, das buchstäblich Geschichte schreibt: Wir stehen kurz vor Weihnachten und vermutlich empfinden wir alle dieses Jahr als „außergewöhnlich“ und belastend: COVID-19 hat unser Leben verändert, beruflich und privat.

Vermutlich hat die Corona-Pandemie jeden von uns – also auch Sie liebe Leserinnen und Leser – an seine Grenzen gebracht. Wir haben die erste Welle im Frühling gemeinsam gemeistert. Wir stecken jetzt in der zweiten Welle. Unsere Pflegenden und unsere Ärzte sind ausgelastet und natürlich auch in Sorge um unsere COVID-19-Patientinnen und Patienten. Jeden Tag lernen wir mehr über dieses neuartige Virus, welche Behandlungspfade anschlagen, wie Komplikationen besser vermieden werden können.

Seien Sie gewiss: Wir im Heidekreis-Klinikum tun ALLES, damit COVID-19-Patienten, die zu uns ins HKK kommen, wieder gesund werden können. Noch mehr als sonst legen wir alle im Krankenhaus unseren Fokus auf die Einhaltung unserer nochmals verschärften Hygienerichtlinien. Jedem Mitarbeitenden im HKK ist bewusst: „Nur wenn ich gesund bleibe, kann ich meine Kolleginnen und Kollegen, die uns anvertrauten Patientinnen und Patienten – und natürlich auch meine Familie zu Hause – schützen.“ Durch die vielen Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen, die wir ergriffen haben, kann ich sagen, dass Patienten bei uns einen sehr hohen Sicherheitsstandard erleben. JEDER stationär aufgenommene Patient wird von uns getestet. Hier im Heidekreis-Klinikum tun wir alles dafür, während der Corona-Pandemie unsere Patienten medizinisch und pflegerisch auf hohem Niveau zu versorgen und gleichzeitig unsere Patienten und Mitarbeitenden vor einer Ansteckung mit dem Coronavirus zu schützen.



Das Jahr 2020 war aber auch geprägt von dem Ringen innerhalb des Landkreises um den Standort unseres neuen Gesamtklinikums. Mittlerweile ist die dingliche Sicherung des Standortes bei Bad Fallingb. erfolgt, für den der Kreistag sich mit einer Dreiviertelmehrheit am 26. Juni entschieden hatte. Der Architektenwettbewerb läuft auf Hochtouren, ab der 10. Kalenderwoche des nächsten Jahres werden wir Ihnen das Siegermodell präsentieren können. Selbstverständlich arbeiten wir weiterhin mit Hochdruck daran, die Förderantragsunterlage Bau (FU-Bau), also das komplett genehmigungsfähige Neubau-Konzept, bis September 2021 beim Sozialministerium in Niedersachsen einzureichen.



Nach jedem Tief kommt ein Hoch, heißt es. Momentan sind Wunden aus „alten“ Zeiten erneut aufgebrochen, ein Riss geht durch den Landkreis Heidekreis, aber ich gebe die Hoffnung nicht auf, dass auch – und gerade – unser neues Gesamtklinikum diesen Riss heilen kann. Nicht umsonst tragen unsere Häuser den Namen HEIDEKREIS-KLINIKUM. Wenn wir es schaffen, dass unser HKK durch seine gute Medizin und Pflege überzeugt, werden viele Menschen aus dem ganzen Landkreis den Weg ins HKK finden. „Versöhne dich mit deiner Vergangenheit, damit sie dir gegenwärtig nicht deine Zukunft vermiest“, schrieb einst Kaufmann und Publizist Willy Meurer (1934 - 2018). Dies ist mein großer Wunsch für 2021 für den Landkreis: Versöhnung.

Nun aber wünsche ich Ihnen schöne Einblicke in unseren Arbeitsalltag, in das, was meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, meine Kolleginnen und Kollegen alles geschafft haben. Ich freue mich auf das neue Jahr mit dem gesamten #teamhkk!

Ihnen wünsche ich ein Weihnachtsfest mit berührenden Momenten, mit Zeit zum Innehalten und Kraft schöpfen. Möge das neue Jahr Ihnen dann viele schöne Momente, Gesundheit und Glück schenken!

Passen Sie auf sich auf, bleiben Sie gesund!

Ihr

Dr. med. Achim Rogge  
Geschäftsführer



# Gemeindepsychiatrisches Zentrum

**Heidjers:Help** – das Gemeindepsychiatrische Zentrum (GPZ) hilft Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen

Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen brauchen oft Hilfe und Unterstützung. Zum Beispiel, wenn sie einen Therapieplatz suchen, einen Platz in einer Wohngruppe oder auch mehrere Maßnahmen zusammen.

Damit diesen Menschen zeitnah und möglichst „passgenau“ geholfen werden kann, gibt es seit dem 09. November 2020 „Heidjers:Help“, ein Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ), das in der Trägerschaft des Landkreises steht und vom Heidekreis-Klinikum geleitet wird.

## Wer bekommt im „Heidjers:Help“ Hilfe?

Ein „typischer“ Patient könnte sein: Ein schwer psychisch erkrankter Mensch, z. B. mit einer Psychose und einer Suchterkrankung, findet nach der Entlassung aus dem Krankenhaus keine unmittelbare Weiterbehandlung. Er nimmt in Folge dessen nur die Medikamente, die er bei Entlassung mitbekommen hat. Danach keine weiteren Medikamente. Sein psychischer Zustand verschlechtert sich wieder, der Patient beginnt, erneut Suchtmittel zu konsumieren. Er vernachlässigt Behördenangelegenheiten, bezahlt keine Rechnungen, seine Wohnung ist von Kündigung bedroht.

Diesem Patienten könnte das GPZ Heidjers:Help helfen: Es würde den aktuellen Sachstand ermitteln, den Hilfebedarf feststellen und Mitarbeitende der Kooperationspartner hinzuziehen. So könnte z. B. eine Neuverordnung der Medikation durch die PIA (= Psychiatrische Institutsambulanz) erfolgen, ebenfalls die Verordnung von ambulanter psychiatrischer Pflege. Weitere Hilfsangebote wären möglich: Zum Beispiel eine Unterstützung durch „Lebensraum Diakonie“ zur Abwendung der Obdachlosigkeit. Falls trotz der Hilfsmaßnahmen eine stationäre Aufnahme in der Psychiatrie nötig würde, könnte schon während der Behandlung gemeinsam mit der Klinik die Entlassvorbereitung betrieben werden. Somit wären nach der Entlassung alle Hilfen, die dann ambulant greifen müssen, bereits koordiniert.



**Dr. med. Florian Gal**  
Chefarzt  
Psychiatrie und Psychotherapie

## Wer ist Teil des Heidjers:Help?

„Heidjers:Help kümmert sich also darum, dass Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen möglichst zeitnah Hilfsprogramme verschiedener Art bekommen. Deshalb ist es wichtig und gut, dass sich in unserem Gemeindepsychiatrischen Zentrum viele Kooperationspartner aus dem ambulanten und stationären Bereichen zusammengefunden haben,“ erklärt Dr. med. Florian Gal, Chefarzt der Fachabteilung Psychiatrie und Psychotherapie am Heidekreis-Klinikum, zusammenfassend. Dr. Gal ist – gemeinsam mit Dr. Wolf Döring, Oberarzt und ärztlicher Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes im Heidekreis – ärztlicher Leiter des GPZ „Heidjers:Help“.

Neben dem Heidekreis-Klinikum und dem Sozialpsychiatrischen Dienst (SpDi) ist AWO Trialog (Stand November 2020) bereits fester Kooperationspartner. „Kooperationsvereinbarungen mit Lebensraum Diakonie, Teestube-Soltau e. V., tapp Celle und dem GRZ-Krelingen stehen kurz vor dem Abschluss und es haben sich noch weitere Hilfsanbieter gemeldet, die auch ins Kooperationsnetzwerk Heidjers:Help wollen, z. B. EUTB Südheidekreis. Gemeinsam verfolgen wir alle das Ziel, jedem psychisch erkrankten Menschen im Heidekreis bestmögliche Hilfeangebote anzubieten, das GPZ ist nun ein neues Hilfsangebot für psychisch schwer Erkrankte“ fasst Dr. Florian Gal zusammen.

## ALLE INFOS ZUM HEIDJERS:HELP:

### WIE ERREICHE ICH DAS GPZ HEIDJERS:HELP?

Tel.: 05191 602-3661 oder -3662  
E-Mail: [gpz@heidekreis-klinikum.de](mailto:gpz@heidekreis-klinikum.de)

### WO BEFINDET SICH DAS GPZ HEIDJERS:HELP?

Heidekreis-Klinikum Soltau  
Oeninger Weg 30, 29614 Soltau  
3. Obergeschoss (Beschilderung Richtung Verwaltung folgen)

### TELEFONISCHE SPRECHZEITEN:

Mo	09:00 Uhr - 10:30 Uhr
Di	09:00 Uhr - 10:30 Uhr
Mi	14:00 Uhr - 15:30 Uhr
Do	09:00 Uhr - 10:30 Uhr
Fr	09:00 Uhr - 10:30 Uhr

Persönliche Termine nach vorheriger telefonischer Absprache.

Lesen Sie  
mehr in  
der Print-  
ausgabe  
im Januar  
2021!

## STATIONÄRE PSYCHIATRIE & PSYCHOTHERAPIE

Für Menschen in einer Krise, die an Depressionen, Ängsten, Erschöpfungen, Burn-out, Psychosen, Abhängigkeitserkrankungen, chronischem Stress oder anderen Belastungen leiden und eine ambulante Behandlung nicht ausreicht.

### Behandlungsmöglichkeiten:

Psychotherapie, Psychopharmakotherapie, Angehörigen- und Familienarbeit, Pflegerische Betreuung, Fachtherapeutische Behandlung, Unterstützung durch Sozialdienst, Störungsspezifische Behandlungsangebote wie Skills-Gruppe, Depressionsgruppe etc. auf mehreren spezialisierten Stationen.

### Durchschnittliche Verweildauer:

In einer Krise: ca. 2 - 3 Wochen

Geplante Aufnahme auf der Psychotherapiestation, um eine Thematik intensiver bearbeiten zu können: 4 Wochen

**Einweisung** durch Hausarzt, Psychiater oder Neurologen

während der gesamten Therapie bestehen.

### Behandlungsmöglichkeiten:

Dieselben Therapien wie stationär

### Durchschnittliche Verweildauer:

6 Wochen

**Überweisung** Haus- oder Facharzt sowie Vorgespräch

## PSYCHIATRISCHE INSTITUTSAMBULANZ (PIA)

Für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen

### Behandlungsmöglichkeiten:

Psychopharmakotherapie, psychotherapeutische Gespräche, Gruppenangebote (telefonische) Anmeldung, Überweisung Haus- oder Facharzt

## GPZ HEIDJERS:HELP

Für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen (weiteres Angebot für diese Menschen im Heidekreis)

### Behandlungsmöglichkeiten:

Begleitende Hilfen: Koordination bestehender und Vermittlung von neuen Hilfsangeboten (telefonische) Anmeldung, auch Hausbesuche möglich

## PSYCHIATRISCHE TAGESKLINIKEN

Für Menschen, für die eine ambulante Behandlung nicht ausreicht, bei denen aber eine stationäre Behandlung nicht bzw. nicht mehr notwendig ist. Tagsüber findet Therapieprogramm statt, nachts schläft man zu Hause.

So bleibt das häusliche Umfeld und die sozialen Kontakte



## Von Anfang an in guten Händen in der Geburtshilfe Walsrode

Gemeinsam mit der Kinderklinik bieten wir familiennahe sanfte Geburtshilfe, auch bei Risikogeburten an. Sie können bei uns ab der 32. Schwangerschaftswoche entbinden.

Gern ermöglichen wir Ihnen auch eine Wassergeburt oder ambulante Entbindung.

Zwillingsgeburten sind bei uns, je nach Lage der Kinder, auch als normale Spontangeburt möglich.

Gemeinsam mit unserer Kinderklinik betreuen wir frühgeborene oder kranke Neugeborene auf der neonatologischen Intensivstation, die sich auf einer Ebene mit der geburtshilflichen Station befindet.

Heidekreis-Klinikum  
Geburtshilfe und Gynäkologie  
Robert-Koch-Str.4 | 29664 Walsrode  
Tel: 05161 602-1451

## Erkunden Sie unseren Kreißsaal

in Zeiten von Corona virtuell



Liebe werdende Eltern,  
in Zeiten von Corona können wir Ihnen leider nicht wie gewohnt eine Kreißsaalführung anbieten. Daher haben wir einen kleinen Film erstellt, der es Ihnen ermöglicht, unseren Kreißsaal zu erkunden.

@klinikum-  
heidekreis



## Hebammenteam „Mutter Griepsch“

am Heidekreis-Klinikum Walsrode



Schwangerenbetreuung im ambulanten & stationären Bereich | familienorientierte, individuelle Geburtshilfe (Akupunktur, Aromatherapie, Homöopathie, Wassergeburt, ambulante Geburten) | Wochenbettbetreuung auf Station oder zu Hause | Rückbildungsgymnastik

www.heidekreis-klinikum.de  
info@heidekreis-klinikum.de

# Marke geknackt: Mehr als 1000 Geburten in der Geburtshilfe des HKK

Am 03.12.2020 war es soweit:

Der kleine Emil knackt die Marke von 1000 Geburten.



Müde liegt Emil im Arm seiner Mama Katharina. Kein Wunder, erst vor kurzem hat er im Kreißaal der Geburtshilfe des Heidekreis-Klinikums (HKK) Walsrode das Licht der Welt erblickt. Im bevorstehenden Weihnachtstrubel ist Emil ein ganz besonderes Kind. Er und seine Mama haben die Tausendermarke durchbrochen:

1000 Geburten im Heidekreis-Klinikum in diesem Jahr! Am 03. Dezember gegen 07:00 Uhr morgens ist der kleine Emil mit einer Länge von 51 cm und einem Gewicht von knapp 3200 Gramm zur Welt gekommen.

Aus Verden kommt die kleine Familie. Bis dorthin ist der gute Ruf um das Team von Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe Dr. med. Christiane Thein, der Stationsleitung Friederike Heusmann und der Hebammengemeinschaft Mutter Griepsch geeilt. Und auch vor Ort fühlt sich die frischgebackene Mama sehr wohl: „Emil ist unser schönstes Weihnachtsgeschenk, auch wenn er nicht mehr bis Weihnachten warten wollte.“ Ihr Mann konnte bei der Entbindung leider nicht dabei sein, dafür wurde Katharina von ihrer Schwester unterstützt. „Mein Mann ist Pilot und daher viel unterwegs, sodass er, so spontan wie Emil zur Welt kommen wollte, leider nicht bei der Geburt dabei sein konnte. Emil hätte nämlich erst in zwei Wochen kommen sollen“, erzählt Katharina. „Aber man muss es nehmen, wie es kommt. Ich bin froh, dass ich eine Begleitperson zur Entbindung mitbringen durfte, meine Schwester hat mich super unterstützt. Und die Hauptsache ist, dass Emil gesund ist und es ihm gut geht.“

Dass man bei der Entbindung eine Begleitperson mitbringen darf, war auch ein Grund, weshalb Katharina im HKK Walsrode entbinden wollte. Hauptsächlich hat sie aber auf den Rat ihrer Freundinnen gehört: „Freundinnen und Bekannte von mir haben hier in Walsrode entbunden und waren total begeistert. Da man sich in dieser schwierigen Zeit nicht im Voraus auf der Station und im Kreißaal umschaun und das Team vorab kennenlernen kann, habe ich einfach auf sie gehört. Wir fühlen uns auch sehr wohl hier, das ganze Team kümmert sich gut um uns.“

Für Chefärztin Dr. Thein und Stationsleitung Friederike Heusmann sind die 1000 Geburten auch ein besonderes Ereignis. Gemeinsam freuen sie sich über die stetig hohe Geburtenanzahl. Im Heidekreis werden rund 1250 Kinder geboren (Durchschnitt 2017 – 2019), der Großteil davon im Heidekreis-Klinikum. „Die Eltern schenken uns auch in dieser schwierigen Zeit, die wir alle durch Covid-19 erleben müssen, ihr Vertrauen. Das macht mich und das gesamte Team sehr glücklich“, so die Chefärztin. Etwa 70 Prozent der Eltern, die im HKK entbinden, kommen aus dem Heidekreis, die übrigen 30 Prozent kommen aus den Landkreisen Verden, Nienburg, Celle, Rotenburg und sogar teilweise aus der Region Hannover (Quelle: Standesamt Walsrode).

Katharina geht es sichtlich gut, sie ist nur etwas erschöpft. „Gestern hat Emil tagsüber super viel geschlafen, dafür war er nachts dann putzmunter. Hoffen wir mal, dass er sich nicht daran gewöhnt,“ sagt sie und blickt stolz lächelnd auf ihren Sohn.

*Wer die Mama nachts auf Trab hält, ist tagsüber beim Fotoshooting natürlich müde. Stationsleitung Friederike Heusmann, Gesundheits- und Krankenpflegerin Alina Arendt, die frischgebackene Mama Katharina und Chefärztin Dr. Christiane Thein (v. l. n. r.) freuen sich, dass es dem kleinen Emil gut geht.*



# Kinderklinik am Heidekreis-Klinikum: gestern – heute – morgen

Die Kinder- und Jugendmedizin im Heidekreis, aber auch in ganz Deutschland, hat in den letzten Jahren durch ökonomischen Druck und Fortschritt in der Qualitätssicherung einen enormen Wandel durchlaufen. In diesem Beitrag möchten wir dieses Szenario speziell für die Kinderklinik im Heidekreis-Klinikum widerspiegeln.



**Dr. med. Michael Abend**  
Chefarzt

Finkelstein-Klinik für Kinder- und Jugendmedizin



in der Klinik möglichst angenehm zu gestalten. Der Förderverein, 2010 von betroffenen Eltern kranker Neugeborener gegründet, unterstützt durch Spenden in dem damals schon sich herauskristallisierenden Problem der immer wirtschaftlicher werdenden Medizin die Pflege und Therapie in der Neonatologie. Es wurde und wird z. B. ein Mütterbegleitzimmer angeboten, bei der sich die betroffene Mutter eines „Frühchens“ auch mal aus dem Klinikalltag zurückziehen kann.



Die Kinderklinik am Standort Walsrode hat bis 2018 mit 25 Betten die stationäre Versorgung von kranken Kindern und Jugendlichen für den Heidekreis sichergestellt.

Dabei konnte die Expertise der Klinik in verschiedenen Bereichen qualifizierte Angebote für die Versorgung der Kinder vorhalten. Neben

der Neonatologie, d. h. die Versorgung von kranken Neugeborenen direkt nach der Geburt, über die spezielle Therapie von Frühgeborenen ab der 32. Schwangerschaftswoche (bei denen die kleinen „Frühchen“ mitunter nur 1500 g wiegen), wurden und werden diese kleinen Patienten auf der neonatologischen Intensivstation gepflegt und gemeinsam mit den betroffenen Eltern „groß gezogen“. Der Förderverein „Nestflüchter e. V.“ hat dabei großen Anteil gehabt, die Zeit der Behandlung

In der Kinderklinik werden die größeren Kinder stationär gepflegt. Durch die Spezialisierung der Klinik auf die pädiatrische Allergologie und Pneumologie (Lungenheilkunde) lagen hier viele Kinder, die unter seltenen Beschwerden aus dem Formenkreis der Allergie mit Hautproblemen, Lungenerkrankungen oder Verdauungsstörungen klagten, zur Diagnostik und Therapie.

Dabei konnte die Kinderklinik auf eine sogenannte kurze Verweildauer der Behandlung zurückgreifen. Mitunter lagen die Kinder für nur zwei Übernachtungen im Krankenhaus, um dann die weitere Therapie ambulant durch die behandelnden Kinderärzte im Heidekreis zu vollenden. Hier besteht seit Jahren eine enge Kooperation mit den Kinderarztpraxen.

Die Kinderklinik bietet diese, in kurzen Sequenzen aufeinander abgestimmte Diagnostik an (z. B. Nahrungsmittelunverträglichkeiten, -allergien, chronische Lungenerkrankungen wie Asthma Bronchiale, chronische Bauchschmerzen, Kopfschmerzen und neurologische Erkrankungen) und verhilft den Kindern somit zur raschen Beschwerdeverbesserung, ohne lange von zu Hause entfernt sein zu müssen. Selbstverständlich muss die Kinderklinik auch die akut erkrankten Patienten – nebenbei – versorgen. Über die Kooperation mit den Rettungsleit-



stellen des Heidekreises werden gezielt die Kinder zur Klinik zugewiesen. Über das sogenannte Triage-System, bei dem die Schwere der Erkrankung graduiert wird, erfolgt die weitere Versorgung der kleinen Patienten ggf. im Schockraum im interdisziplinären Team mit Chirurgen, Kinderärzten und Anästhesisten, oder die Versorgung erfolgt direkt in der Kinderklinik. Die Betreuung der Patienten ist im Heidekreis-Klinikum immer interdisziplinär; im Falle einer notwendigen Operation stehen Unfallchirurgen und Bauchchirurgen für die Operationen zur Verfügung.

Bei schwerwiegenden Erkrankungen, die durch ihre Komplexität nicht mehr im Haus der Regelversorgung der Kinderklinik versorgt werden können, besteht eine sogenannte telefonische Standleitung zum Pädiatrischen Intensiv-Netzwerk der medizinischen Hochschule Hannover.

Durch die enge Zusammenarbeit kann ein zeitnaher Transport in ein Krankenhaus der Maximalversorgung gewährleistet werden. In den Jahren 2018 und 2019 wurden insgesamt 87 Patienten durch dieses System rasch in die Maximal-Klinik verlegt.

Weitere Kooperationen sind bei psychischen oder psychiatrischen Erkrankungen notwendig. Die kinder- und jugendpsychiatrische Tagesklinik der Klinik Lüneburg, die eine Dependence am Standort Soltau des Heidekreis-Klinikums aufrechterhält, kann unbürokratisch Hilfe für die Patienten organisieren; genauso ist durch den Kreispräventionsrat des Heidekreises und den Frühen Hilfen eine rasche Kontaktaufnahme mit dem allgemeinen Sozialen Dienst gesichert.

Im Laufe der Zeit wird der ökonomische Druck durch gesetzliche Vorgaben immer höher und die spezielle Kinderkrankenpflege durch Umstrukturierungen in der Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger immer seltener ausgebildet. Somit



wird heute und auch in Zukunft die Sicherstellung der Kinderkrankenpflege im Heidekreis-Klinikum aber auch in ganz Deutschland arg strapaziert werden. Wir haben nicht nur deswegen die Bettenkapazität in der Kinderklinik reduziert, um den Qualitätsanforderungen und den zukünftigen Vorgaben des Gesetzgebers Rechnung zu tragen. Somit wird auch in Zukunft das breite Spektrum der Kinderklinik in der stationären Versorgung kranker Kinder im Heidekreis sichergestellt.



Durch die zunehmende Versorgungsmöglichkeit der Kinder im ambulanten Bereich wird es den Familien leichter gemacht, ihre Kinder nicht zu lange stationär in einem Krankenhaus versorgen lassen zu müssen – wie es viele Jahre zuvor noch üblich war. Durch die Integration der ambulanten Versorgung im Gebiet der Kinder- und Jugendmedizin im MVZ am Standort Soltau wird für die Zukunft diese Versorgung zunehmend sichergestellt.

In der Zukunft – aber auch schon jetzt – wird die Weiterbildung junger Ärztinnen und Ärzte in der Kinderklinik ausgebaut. Mit dem Angebot eines neuen Krankenhauses wird diesem gesetzlich vorgegebenem Anspruch Rechnung getragen. Über die nächsten Jahre wird durch die neue Struktur der Kinder- und Jugendmedizin die moderne stationäre und ambulante Versorgung kranker Neugeborener, Kinder und Jugendlicher im Heidekreis gesichert werden.

## FINKELSTEIN-KLINIK FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN

Sekretariat: Angela Wolf  
Tel.: 05161 602-1431  
E-Mail: [kinderklinik@heidekreis-klinikum.de](mailto:kinderklinik@heidekreis-klinikum.de)  
[www.heidekreis-klinikum.de](http://www.heidekreis-klinikum.de)

## PRAXIS FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN IM MVZ SOLTAU

Tel.: 05191 602-3060  
E-Mail: [kinderarztpraxis@heidekreis-klinikum.de](mailto:kinderarztpraxis@heidekreis-klinikum.de)  
[www.mvz-soltau.de](http://www.mvz-soltau.de)

Termine nach Vereinbarung

# "Es war die beste Entscheidung, die ich treffen konnte!"

Erfahrungsbericht einer Studentin über das Praktisches Jahr im Heidekreis



**Jana Heene**  
Medizinstudentin  
im Praktischen Jahr (PJ)

„ Als gebürtige Heidekreiserin erfüllt es mich mit Stolz, dass angehende Mediziner in diesem wundervollen, lebenswerten Landkreis eine Förderung für ihr Praktisches Jahr erhalten. Für mich stand außer Frage, mein Praktisches Jahr (PJ) an einem kleineren Krankenhaus zu absolvieren. Bereits während des Studiums hatte sich herum gesprochen, dass dies der beste Ort sei, um praktische Fertigkeiten zu üben. So entschied ich mich dafür, das Tertiäl Innere Medizin und Chirurgie am Heidekreis-Klinikum Walsrode und das Wahltertiäl Allgemeinmedizin in einer Gemeinschaftspraxis in Walsrode zu absolvieren. Es war die beste Entscheidung, die ich treffen konnte. Nicht nur für die Prüfung am Ende des Medizinstudiums lernte ich alles Wissenswerte. Auch habe ich Menschen kennenlernen dürfen, die das Jahr zu etwas ganz Besonderem machten. Durch das PJ-Büro mit seinen freundlichen und hilfsbereiten Mitarbeiterinnen wurde alles organisiert, was an Papierkram zu erledigen war. Bestens vorbereitet und ausgestattet konnte für mich das Praktische Jahr beginnen.

Mein erstes Tertiäl absolvierte ich in der Inneren Medizin des Heidekreis-Klinikums Walsrode. Die Anfangszeit, die für mich doch sehr aufregend und herausfordernd war, wurde mir dadurch erleichtert, dass mir ein fester Ansprechpartner unter den Assistenzärzten zugeteilt wurde, der immer ein offenes Ohr für mich hatte. Langsam und mit viel Geduld wurde ich an die alltäglichen Aufgaben eines

Stationsarztes herangeführt und fühlte mich dabei nie allein gelassen. Nach und nach lernte ich EKGs ausführlich und systematisch zu befunden, Abdomensonographien durchzuführen, die Stationsarbeit zu erledigen, Patienten strukturiert aufzunehmen, in der Notaufnahme nicht nur im Weg herum zu stehen und in den ersten begleiteten Nachtschichten zu bestehen. Regelmäßig wurde sich Zeit genommen, um mit mir wichtige Themen der Inneren Medizin Eins zu Eins zu besprechen und mein Wissen zu festigen. In kurzer Zeit lernte ich viel für mein späteres Berufsleben als Ärztin hinzu.



Vor dem für mich zweiten Tertiäl in der Viszeralchirurgie des Heidekreis-Klinikums Walsrode hatte ich wohl den meisten Respekt. War Chirurgie in der Uni doch nie mein Lieblingsfach gewesen. Meine anfängliche Nervosität wurde durch den herzlichen Empfang des gesamten Teams aufgefangen. Schnell wandelte sich meine Zurückhaltung dem Fach gegenüber in Neugier, Freude und Wissbegierde. Was ich ausschließlich dem engagierten, geduldigen und tollen Team zu verdanken habe. Sie haben mich mit Kollegialität, großem Engagement für die Lehre und Humor an das Fach herangeführt und Begeisterung für das Fach in mir geweckt, die ich nicht für möglich gehalten hatte. In einem extra auf meine Wunschthemen zugeschnittenen PJ-Unterricht lernte ich unter anderem das Gipsen, Nähen und Dopplern. Sowohl der Chefarzt als auch die Oberärzte, Fachärzte und Assistenz-

ärzte hatten ausnahmslos stets ein offenes Ohr für mich und große Freude daran, Wissen verständlich weiterzugeben. Die letzten zwei Wochen meines Tertials in der Chirurgie verbrachte ich in der Unfallchirurgie des Heidekreis-Klinikums Soltau. Auch hier traf ich auf Menschen, die mir in der Kürze der Zeit die bestmögliche Ausbildung zuteil kommen lassen wollten und mich in alle Bereiche der Unfallchirurgie einbanden.

In meinem letzten Tertial in der Allgemeinmedizin einer in Walsrode ansässigen Gemeinschaftspraxis traf ich auf ein Ärzteteam, das große Freude daran hatte, angehenden Medizinerinnen ihre Arbeit als Hausärzte und Internisten näherzubringen. Bei Hausbesuchen, Visiten in Alten- und Pflegeheimen und in der täglichen Praxisroutine lernte ich einen Blick für das Wesentliche zu entwickeln, Differentialdiagnosen im Hinterkopf zu haben, abzuwägen und einzuschätzen, was für die gute und gewissenhafte Behandlung von Patienten mit einem großen Krankheitskollektiv wichtig ist. Ich bekam die Möglichkeit Patienten zu befragen, zu untersuchen

und mir weitergehende Diagnostik und Therapie zu überlegen. Dabei wurde mir viel Vertrauen entgegengebracht. Wusste ich nicht weiter, war immer einer der Ärzte zur Stelle, um mir zu helfen und fehlendes Wissen zu vermitteln. Außerdem brachte mir das gesamte Team an Medizinischen Fachangehörigen mit großer Geduld organisatorische und diagnostische Besonderheiten einer allgemeinmedizinischen Praxis näher.

DANKE für diese wundervolle, unvergessliche Zeit. DANKE an all die lieben, engagierten und offenen Menschen, die ich kennenlernen durfte und die ihr wertvolles Wissen gerne mit mir geteilt haben, die sich Zeit genommen haben, auch wenn diese knapp war, die unermüdlich meine Fragen beantwortet haben und mir nie das Gefühl gegeben haben, fremd im Team zu sein, die diese Zeit zu dem gemacht haben, was sie war – etwas ganz BESONDEREM. DANKE an den Heidekreis für die Förderung meines Praktischen Jahres, die es mir ermöglicht hat, mich voll und ganz auf das Wesentliche zu konzentrieren und die Zeit bestmöglich zu nutzen.



**Dr. med. Carsten Nix**  
PJ-Beauftragter  
Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie

STUDIARENDENSEKRETARIAT

**Sabine Broszeit**  
Tel.: 05191 602-3491  
sabine.broszeit@heidekreis-klinikum.de

**Martina Hoeke**  
Tel.: 05191 602-3492  
martina.hoeke@heidekreis-klinikum.de

Web: [www.heidekreis-klinikum.de/karriereportal](http://www.heidekreis-klinikum.de/karriereportal)

**Wir suchen PJler für folgende Fachabteilungen:**

- Allgemein- & Viszeralchirurgie
- Unfallchirurgie & Orthopädie
- Gastroenterologie
- Kardiologie
- Geriatrie
- Gynäkologie & Geburtshilfe
- Kinder- & Jugendmedizin
- Psychiatrie & Psychotherapie
- Anästhesie & Intensivmedizin



# Resilienz – Abwehrsystem der Seele

Resilienz beschreibt die Stärke, mit Krisensituationen fertig zu werden. Manchen von uns ist diese seelische Widerstandskraft von klein auf gegeben, andere müssen sie sich erst aneignen. Resiliente Menschen gelten als lebensfroh, ausgeglichen, kreativ und anpassungsfähig. Sie verfügen über einen starken Charakter und einen großen Freundeskreis. Die gute Nachricht: Es ist nie zu spät, die eigene Resilienz zu steigern.



**Dr. med. Florian Gal**  
Chefarzt  
Psychiatrie und Psychotherapie

„ Ich kenne keinen Menschen, der noch keine Krise durchgemacht hat. Belastende Situationen und Schicksalsschläge gehören zum Leben dazu. Wieso leiden aber einige Menschen jedoch so stark und geraten aus dem Gleichgewicht? Andere wiederum sind in der Lage, diese Schicksalsschläge besser zu verarbeiten, ohne sich aus der Bahn werfen zu lassen. Hier kommt die Resilienz ins Spiel.

Sie kennen das Immunsystem des Körpers und wie wichtig es für die körperliche Gesundheit ist. Wir wissen um seine Bedeutung und dass wir es durch Bewegung und gesunde Ernährung trainieren können. Viele von uns gehen joggen oder ins Fitness-Studio und achten mehr auf ausgewogene Ernährung, weil wir wissen, dass es gesund für unseren Körper ist. Neben dem körperlichen Abwehrsystem besitzen wir auch ein Abwehrsystem für die Seele, das wir Resilienz nennen. Die Grundlagen sind angeboren oder in frühester Kindheit erworben. Ein Teil wird durch die Gene vererbt und entwickelt sich durch unser Umfeld. Eine starke Bindung zu wichtigen Bezugspersonen ist hierbei entscheidend. Wie das Immunsystem muss es gepflegt und gestärkt werden, damit es sich neuen Situationen der Umwelt anpasst. Wichtige Faktoren hierbei sind Freude, soziale Kon-

takte, Selbstbestimmung, Sinn und Optimismus. In krisenhaften Situationen kann es hilfreich sein, einen Schritt zur Seite zu gehen, um mit etwas Abstand und aus einem anderen Blickwinkel die Lage neu zu betrachten und zu bewerten. Es ist ein großer Unterschied, ob ich mich einer Situation hilflos ausgeliefert fühle oder die Lage durch mein eigenes Handeln positiv beeinflussen kann. Eine Krise ist ein zeitlich begrenztes Ereignis, durch das man sich selbst oder auch mit Hilfe anderer herausführen kann.

Wie die körperliche Fitness sollte auch die seelische Fitness trainiert werden. Die Herausforderungen des Alltags werden dadurch nicht weniger, können aber besser bewältigt werden. Das geht ganz einfach und mit den folgenden zwei Übungen können Sie jederzeit beginnen:

Nehmen Sie sich jeden Abend 10 Minuten Zeit und notieren Sie 3 positive Dinge des Tages. Anschließend geben Sie jeweils eine Begründung, warum diese Sie glücklich gemacht haben.

Nehmen Sie sich bewusst Zeit für etwas, was Ihnen oder anderen Freude bereitet und genießen Sie es. Achten Sie darauf, wie Sie sich anschließend fühlen.

Ergreifen Sie die Chance: Bis ins hohe Alter können Sie Ihre Widerstandskraft trainieren!



# NOTFALL im Heidekreis? Wir sind immer für Sie da!

Notfallmedizin an zwei Standorten

In Soltau und in Walsrode gibt es jeweils eine Zentrale Notaufnahme. Grundsätzlich wird jede/r Patient/in von einem Arzt in jeder der beiden Notaufnahmen untersucht. Nach dieser Untersuchung erfolgt die Behandlung oder eine Verlegung in unseren anderen, für Ihre Erkrankung spezialisierten, Standort. Sollte dies nicht mehr möglich sein, kommt einer unserer spezialisierten Ärzte direkt zu Ihnen, um Sie zum Beispiel zu operieren.

Gemeinsam für Ihre Gesundheit:

Wir sind für Sie da, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr. Immer.



## ZNA am Standort Soltau:

- **Unfallchirurgie & Orthopädie**
  - Akute und chronische Verletzungen des gesamten Halte- und Bewegungsapparates mit knöchernen- und Bandverletzungen
  - Schockraum- und interdisziplinäres Behandlungsmanagement polytraumatisierter Patienten
- **Behandlung von Kindern ab dem 2. Lebensjahr** bei Erkrankungen von:
  - Knochenbrüchen
  - Verletzungen des Bewegungsapparates
  - chirurgische Wundversorgung
  - Schädelverletzungen
- **Kardiologie**
  - alle kardiologischen Notfälle
  - Herzbeschwerden jeder Art
  - akute Atemnot
  - akuter Schwindel, Kreislaufkollaps
  - akuter Bluthochdruck
- **Allgemeine Innere Medizin**
  - alle allgemeinen internistischen Notfälle
- **Stroke Unit**
  - neurologische Notfälle
  - akute Lähmungen
  - akuter Schlaganfall
- **Anästhesie & Intensivmedizin**
  - Narkoseleistung jeden Alters sowie Intensivtherapie
  - Versorgung aller vital gefährdeter Patienten jeglicher Ursache

## ZNA am Standort Walsrode:

- **Allgemein- & Viszeralchirurgie**
  - alle akuten Erkrankungen und Verletzungen des Bauchraumes
  - leichte Verletzungen wie Schnitt- und Platzwunden, Verdacht auf Gehirnerschütterung
- **Gastroenterologie**
  - alle gastroenterologischen Notfälle
- **Allgemeine Innere Medizin**
  - alle allgemeinen internistischen Notfälle
- **Anästhesie & Intensivmedizin**
  - Narkoseleistung jeden Alters sowie Intensivtherapie
  - Versorgung aller vital gefährdeter Patienten jeglicher Ursache
- **Gynäkologie & Geburtshilfe**
  - alle gynäkologischen Notfälle
  - Probleme in der Schwangerschaft
  - Verdacht auf gestörte Schwangerschaft
- **Kinder- & Jugendmedizin**
  - alle Erkrankungen bei Säuglingen, Kindern & Jugendlichen bis 18 Jahren
- **Psychiatrie & Psychotherapie**
  - alle akuten Erkrankungen, die die Psyche betreffen

## ÄRZTLICHE BEREITSCHAFTSDIENSTPRAXEN

Die Praxen des Ärztlichen Bereitschaftsdienstes finden Sie selbstverständlich weiterhin an beiden Standorten.

### Sprechzeiten Soltau:

Mo, Di, Do: 19 - 21 Uhr  
Mi, Fr: 15 - 20 Uhr  
Sa, So, Feiertag: 10 - 13 & 16 - 20 Uhr

 116117

### Sprechzeiten Walsrode:

Mo, Di, Do: 19 - 21 Uhr  
Mi, Fr, 17 - 20 Uhr  
Sa, So, Feiertag: 9 - 12 & 14 - 18 Uhr

# Unser Ziel: Ihre Lebensqualität verbessern

Die Fachabteilung für Unfallchirurgie und Orthopädie behandelt akute Verletzungen (Unfallchirurgie) sowie verschleißbedingte Erkrankungen (Orthopädie) am gesamten Bewegungsapparat.

## Traumatologie – Wiederherstellungschirurgie

**Wiederherstellung von akuten Verletzungen am Bewegungsapparat mit konservativen oder operativen Methoden**

- Knochenbruchbehandlung konservativ und operativ mit modernsten Operationstechniken und Implantaten (minimal-invasive Chirurgie)
- Arthroskopische Chirurgie der großen Gelenke (Gelenkspiegelung der Schulter-, Ellenbogen-, Knie-, und Sprunggelenke),
- Kindertraumatologie mit Versorgung von Brüchen an den Extremitäten (konservativ und operativ)
- Wirbelsäulenoperationen bei Frakturen mit Fixateur interne (innere Fixation) und Kyphoplastie (minimal-invasive Methode zur Therapie von osteoporotischen Frakturen der Wirbelkörper)
- Sportverletzungen und deren Folgen

## Gelenkchirurgie

- Meniskuschirurgie (Refixation/Naht/Resektion)
- Kreuzbandchirurgie (Kreuzbandersatz/Naht/Refixation)
- Teilentfernung Schulterreckgelenk arthroskopisch oder offen
- Stabilisierung der akuten oder chronischen Schulterreckgelenkinstabilität
- Hand- und Handgelenkschirurgie
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
  - Behandlung unfallbedingte Verletzungen des Fußes
  - Behandlung nichttraumatische Veränderungen des Fußes

## Endoprothetik – ein künstliches Gelenk

- Hüftgelenk mit und ohne Zementiertechnik
- Kniegelenk
- Schultergelenk

## D-Arzt / Arbeitsunfälle

- Behandlung von Schul-, Arbeits- und Wegeunfälle mit besonderem Versicherungsschutz über die Berufsgenossenschaft

## Zentrale Notaufnahme

**Rund um die Uhr u. a. mit einem modernen Schockraum mit einer 24-stündigen OP-Bereitschaft (s. Seite 13)**



## UNFALLCHIRURGIE UND ORTHOPÄDIE

**Chefarzt Dr. med. Halil Yasar**

Sekretariat: Doris Grützmacher

Tel.: 05191 602-3411

E-Mail: [doris.gruetzmacher@heidekreis-klinikum.de](mailto:doris.gruetzmacher@heidekreis-klinikum.de)

Oeninger Weg 30, 39614 Soltau

Web: [www.heidekreis-klinikum.de](http://www.heidekreis-klinikum.de)



**Operation deine Zukunft  
Wer pflegt, bewegt!**

**DU kannst mit uns  
etwas bewegen!**

**Bewirb dich im HKK**

Lesen Sie  
mehr in  
der Print-  
ausgabe  
im Januar  
2021!

Deine Ausbildung bei uns zur/zum  
**Pflegefachfrau/-mann**

Bewerbungen sind immer möglich! Der Ausbildungsstart ist der 1. September.  
Zusätzlich beginnt ein Kurs am 1. März (Teilzeitausbildung möglich). Sprechen Sie uns an!

Momentan werden insgesamt 100 Azubis ausgebildet, Klassenstärke bis zu 25 Azubis;  
sehr individuelle Betreuung durch die Lehrkräfte.

Ausbildungsvergütung:

1. Jahr	TZ 959,96	VZ 1140,69
2. Jahr	TZ 1009,74	VZ 1202,07
3. Jahr	TZ 1094,84	VZ 1303,38

Bildungszentrum für Pflege | Saarstraße 16 | 29664 Walsrode  
Schulleitung: Ulrike Kempe | Tel.: 05161 602-1245 | [ulrike.kempe@heidekreis-klinikum.de](mailto:ulrike.kempe@heidekreis-klinikum.de)



**Wir wünschen Ihnen, Ihrer Familie,  
Freunden und allen, die Sie gern  
haben, ein frohes und besinnliches  
Weihnachtsfest sowie einen guten  
Rutsch ins neue Jahr!**

**Ihr #teamhkk**

**Im Januar erscheint der Gesund:heidjer als  
Printausgabe mit weiteren Themen aus unserem  
Heidekreis-Klinikum.**

**Sie finden ihn in Ihrem Briefkasten.**

**Folgen Sie uns:  
KlinikumHeidekreis**

