



Nr. 2 | April 2021
Gesundheitsorganisation GOIN e.V.

Gesundheitsorganisation



Region Ingolstadt e.V.

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN!



›GO‹ – DAS GESUNDHEITSMAGAZIN DER REGION 10 – INGOLSTADT · EICHSTÄTT · NEUBURG/DONAU · PFAFFENHOFEN · SCHROBENHAUSEN



Klaus Holetschek MdL **Staatsminister für Gesundheit und Pflege**

Foto: Andi Frank



**Start Schanzer
Pluspunkt**

S. 6-7



Dr. Ute Heinrich
AUDI AG

S. 16-19



Josef Mederer
Bezirkstagspräsident S. 12-13



**Rückblick auf eine langjäh-
rige Freundschaft** S. 26-27

ANZEIGE

PASSAUER WOLF
City-Reha Ingolstadt



AMBULANTE ORTHOPÄDISCHE REHA
THERAPIEAMBULANZ
MEDIZINISCHE FITNESS
NACHSORGEPROGRAMME
PRÄVENTION • BGF • REHA-SPORT
SPORTMEDIZIN- UND ORTHOPÄDIE
PRÄVENTIONS- UND REHA-SPRECHSTUNDE
LEISTUNGSDIAGNOSTIK



Nicht nur während einer ambulanten Rehabilitation, sondern auch bei Vor- oder Nachsorgeprogrammen können Sie auf das medizinisch-therapeutische Team der Passauer Wolf City-Reha Ingolstadt zählen.

Lassen Sie sich gut behandeln

In der Passauer Wolf City-Reha Ingolstadt unterstützt Sie unser fachkompetentes Team aus Ärzten und Therapeuten mit zahlreichen Angeboten – auch zur Gesundheitsvorsorge und Nachsorge – auf Ihrem Weg zu neuer Lebenskraft und mehr Leistungsfähigkeit.

Behandlungserfolg stabilisieren

Nachsorgeprogramme, wie Behandlungen auf Rezept, können Ihnen dabei helfen, Ihren Reha-Erfolg zu stabilisieren, Ihre Gesundheit im Blick zu behalten und zu Ihrer Leistungskraft zurückzufinden. Bei chronischen Beschwerden, nach einer Operation oder im Anschluss an Ihre Rehabilitation betreut Sie unser interdisziplinäres Team in der City-Reha in entspannter Atmosphäre. In die Therapiekonzepte fließt unsere jahrzehntelange Erfahrung aus der Rehabilitation ein. Wir bieten Ihnen in der Therapieambulanz Physiotherapien in Form von klassischer Krankengymnastik – auch auf neurophysiologischer Grundlage – und in Form von Krankengymnastik am Gerät sowie Manueller Therapie an. Außerdem können Sie bei uns Massagen und physikalische Therapien in Anspruch nehmen – von klassischen Massagen, Reflexzonen- und Akupunktmassagen über Lymphdrainagen bis hin zu Elektro- sowie Wärme- und Kältetherapien. Wenn Sie eine Ergotherapie benötigen, übt unser Team alltagsnahe Tätigkeiten mit Ihnen, damit Sie für private und berufliche Herausforderungen gerüstet sind. Und wenn Sie, z. B. nach einem Schlaganfall, an Sprech-,

Sprach-, Stimm- oder Schluckstörungen leiden, können Sie eine Sprachtherapie bei uns wahrnehmen. Die Behandlungen erfolgen auf Grundlage einer ärztlichen Verordnung (alle Kassen). Dieses Rezept, Heilmittelverordnung genannt, erhalten Sie bei Ihrem Haus- oder Facharzt. Die Angebote in der Therapieambulanz können Sie auch selbstfinanziert in Anspruch nehmen und wir stellen Ihnen gerne Gutscheine, z. B. für eine Wellnessmassage, aus.

Vor dem Sport vorsorgen

Um Sie weiter auf Ihrem Weg zurück zu Ihrer Leistungsfähigkeit zu unterstützen, bieten wir neben Nachsorgeprogrammen auch sportmedizinische Vorsorgeuntersuchungen an. Diese Vorsorgeuntersuchung ist das Richtige für Sie, wenn Sie nach einer überstandenen Verletzung an Ihr vorheriges Leistungsniveau anknüpfen möchten, wenn Sie aus Angst vor Schmerzen Hemmungen haben, wieder Sport zu treiben, oder wenn Sie mit sportlicher Aktivität bislang nicht besonders vertraut sind, das aber gerne ändern möchten. In der City-Reha sind Sie übrigens in bester Gesellschaft, denn auch Spitzensportler der Region vertrauen auf unsere medizinisch-therapeutische Expertise. So gehören die Physiotherapeuten des Passauer Wolf zum erweiterten Team des ERC Ingolstadt und Dr. med. Michael Grubwinkler, Ärztlicher Direktor im Passauer Wolf Ingolstadt, betreut als Mannschaftsarzt die Fußballspieler des FC Ingolstadt 04. Natürlich unterstützen wir neben den Profis auch Hobbysportler fachkompetent dabei, Ihre Ziele zu erreichen. Neu- und Wiedereinsteigern kann unser Team helfen, effektiv und gesundheitsfördernd zu trainieren. Ziel dabei ist vor allem, gesundheitliche

Risiken zu minimieren. Wenn Vorerkrankungen bestehen, suchen unsere Therapeuten gemeinsam mit Ihnen nach Wegen, mögliche Gefährdungen zu vermeiden und die Freude an der Bewegung neu oder wieder zu entfachen. Viele Krankenkassen bezuschussen die sportmedizinische Untersuchung im Rahmen ihrer Bonusprogramme. Fragen Sie bei Ihrer Kasse nach den Möglichkeiten. Termine können Sie telefonisch oder per E-Mail vereinbaren. Sprechen Sie uns einfach an – wir beraten Sie gerne.

weitere Informationen



Jetzt Termin vereinbaren!

Kontakt
PASSAUER WOLF
City-Reha Ingolstadt
direkt gegenüber des
Klinikum Ingolstadt
Krumenauerstraße 38
85049 Ingolstadt
T +49 841 88656-0
E city-reha-ingolstadt@
passauerwolf.de

passauerwolf.de
f@PassauerWolf

Wir sind Partner im



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Patientinnen und Patienten,

ein Leben ohne Krisen gibt es nicht. Sicher haben auch Sie schon oft gedacht, musste das jetzt auch noch passieren? Warum trifft es immer nur mich? Von der Corona-Pandemie sind alle Menschen rund um den Globus betroffen und gefordert diese Herausforderung anzunehmen und gemeinsam zu bewältigen. Zu einer Krise gehört immer die Bereitschaft eine Situation anzunehmen, über den Tellerrand hinauszuschauen, einen Schritt zu wagen und mutig einen neuen Weg zu gehen. Viele Dinge, die wir bisher als selbstverständlich hingenommen haben, sind auf einmal nicht mehr so einfach realisierbar. Nichts geht mehr seinen gewohnten Gang. Je mehr wir versuchen uns dagegen zu wehren, umso schwerer ist es. Sehen wir doch einfach die aktuelle Situation als gemeinsame Chance für uns und unser Leben. Was ist wirklich wichtig? Worum arbeiten wir mit Freude und Begeisterung? Wobei können wir anderen Menschen helfen, damit auch sie wieder mehr Freude und Glück empfinden können? Wodurch können wir zum Wohlergehen der Gemeinschaft beitragen? Wie schaffen wir es verantwortungsvoller mit unserer Umwelt umzugehen? Oft sind es kleine Schritte, die so viel bewirken können. Wir haben Frühling. Die Bäume und Sträucher schlagen aus. Die ersten Frühblüher erstrahlen in einer bunten Farbenpracht. Die Sonne schenkt uns Licht und Wärme. Sollten wir nicht alle guter Hoffnung sein, dass sich alles wieder zum Guten wenden wird, wenn auch wir dazu bereit sind mitzuwirken?

Benötigen Sie Hilfe und Unterstützung? Schauen Sie einfach in das Informationsblatt aus dem Gesundheitsnetzwerk Leben „Zusammen stark“: <https://www.go.in.info/patienteninfo/>

Wir wünschen Ihnen eine schöne Frühlingszeit mit viel Licht und Wärme. Gern sind wir für Sie da und unterstützen Sie, wenn Sie Hilfe benötigen.

Haben Sie Wünsche oder auch Anregungen für unser Magazin? Ich freue mich auf Ihre Hinweise und wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihr

Manuel Hahn
Manuel Hahn

„Die heilsamste Stärkung auf dem Spaziergang des Lebens ist es, von Zeit zu Zeit bei sich selber einzukehren.“
Peter Sirius

Impressum

Herausgeber:
GOIN Integrationsmanagement- und Beteiligungs-GmbH im Gesundheitswesen
Oberer Grasweg 50, 85055 Ingolstadt
Tel (+49)841 88668-0, Fax (+49)841 88668-18

Redaktion:
Manuel Hahn

Titelbild:
Andi Frank

Herstellung:
Verlag Bayerische Anzeigenblätter GmbH
Stauffenbergstraße 2a, 85051 Ingolstadt

Erscheinungsweise:
mind. 6 Ausgaben pro Jahr

Vertrieb: Auslage in Arztpraxen etc.

Auflage: ca. 10.000 Exemplare

Schutzgebühr: 5,- Euro
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Dias, Bücher usw. wird keine Haftung übernommen. Weiterverwertung in jeglicher Form nur mit schriftlicher Zustimmung des Herausgebers.

Frauen und Männer sollen sich in diesem Magazin gleichermaßen angesprochen fühlen. In unseren Texten werden die weibliche und männliche Sprachform verwendet. Zugunsten besserer Lesbarkeit kann abweichend nur eine Sprachform verwendet werden. Wir danken für Ihr Verständnis.

Inhalt

- Passauer Wolf City Reha S. 2
- Inhaltsverzeichnis S. 3
- Gesundheitsminister Klaus Holetschek S. 4-5
- Start Projekt Schanzer Pluspunkt S. 6-7
- Krisendienst Psychiatrie S. 8-13
- Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben S. 14-15
- Audi erhält Antistigma-Preis S. 16-19
- Medizinische Reha-Maßnahme nach Corona-Erkrankung S. 20-21
- Landeskrebsgesellschaften S. 22-23
- Sorgentelefon für Ingolstadt S. 23
- Projekt Ü35 DRV Baden-Württemberg S. 24
- Neue Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben S. 25
- Rückblick auf eine langjährige Freundschaft S. 26-27
- Audi BKK S. 28

Einblicke in die Arbeit des Bayerischen Gesundheitsministers Klaus Holetschek

Krisenmanagement ist nur eines von vielen Schlagwörtern in der Corona-Pandemie. Ein mutierendes Virus. Eine Gesundheitsversorgung, die jederzeit zu kippen droht. Pflegepersonal in den Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen, die weit über ihre Belastungsgrenzen hinaus arbeiten. Überforderung in den Gesundheitsämtern, Versorgungsengpässe, Impfpriorisierung, holpriger Start der Impfkampagne, Probleme bei der Umsetzung der Digitalisierung. Die Vermeidung von Arztbesuchen aus Angst vor der Ansteckung, Menschen, die seit Monaten in der Isolation leben. Kollateralschäden, deren Ausmaß langsam erkennbar wird. Steigende Beiträge in der Krankenversicherung. Probleme in der Pflege. Wie viel Erfahrungen, Mut, und Durchsetzungsvermögen bedarf es, um sich diesen vielen Herausforderungen zu stellen?

GO im Gespräch mit Staatsminister Klaus Holetschek, zuständig für das Staatsministerium für Gesundheit und Pflege in Bayern.



Klaus Holetschek Foto: Andi Frank

GO: Vielen Dank Herr Staatsminister, dass Sie sich die Zeit für dieses Gespräch nehmen und wir mehr über Ihre Arbeit, Hoffnungen und Erwartungen erfahren dürfen. Vor 90 Tage wurden Sie zum Staatsminister für Gesundheit und Pflege in Bayern ernannt. Wie geht es Ihnen? Was hat sich seitdem in Ihrem Leben verändert?

KLAUS HOLETSCHEK: Ich bekomme mehr Interviewfragen. Aber Spaß beiseite: Die Pandemie hat meinen Alltag schon vorher von morgens bis abends dominiert.

Als Staatssekretär im Gesundheitsministerium habe ich ja eng mit meiner Vorgängerin Melanie Huml zusammengearbeitet, um diese Krise zu meistern. Das ist ein 24-Stunden-Job.

GO: Warum haben Sie sich in der Corona-Pandemie für dieses Amt entschieden?

HERR HOLETSCHEK: Der Ministerpräsident entscheidet, wen er in sein Kabinett beruft und wem er welche Aufgabe anvertraut. Ich empfinde es als große Ehre, das Amt des bayerischen Gesundheitsministers in einer solchen Krise ausüben zu dürfen. Vor dieser großen Aufgabe und Verantwortung habe ich höchsten Respekt. Klar ist aber auch: In der Pandemie geht es nicht darum, als Einzelkämpfer zu glänzen, sondern gemeinsam im Team diese Jahrhundertaufgabe zu bewältigen.

100 Impfzentren und die niedergelassenen Ärzte sind zwei wichtige Standbeine zur Bewältigung der Corona-Pandemie

GO: Was waren in den ersten 90 Tagen die größten Herausforderungen? Was ist gut gelaufen?

HERR HOLETSCHEK: Die Bewältigung der Corona-Pandemie ist eine riesige Herausforderung. Jetzt geht es in erster Linie darum, möglichst viele Menschen möglichst schnell zu impfen. Wir haben innerhalb kurzer Zeit in Bayern in Zusammenarbeit mit Landräten und Oberbürgermeistern 100 Impfzentren auf die Beine gestellt, die hervorragende Arbeit leisten. Jetzt werden wir die Impfstrategie um ein zweites Standbein erweitern und die niedergelassenen Ärzte großflächig einbeziehen. Das ist ein weiterer Erfolg. Mir war es außerdem ein persönliches Anliegen, dass auch schwere, bisher nicht in der Coronavirus-Impfverordnung aufgeführte Erkrankungen bei der Impfpriorisierung angemessen berücksichtigt werden können. Deswegen haben wir eine Bayerische Impfkommision eingerichtet, die sich genau mit diesen Fragen befasst.

GO: Ist die Gesundheitsversorgung in Bayern gesichert?

HERR HOLETSCHEK: Gerade die Pandemie hat deutlich gemacht, wie gut die Gesundheitsversorgung in Bayern funktioniert.

Es ist insbesondere das Zusammenwirken der verschiedenen Akteure und Versorgungsstufen, die in der Krisenzeit gut funktioniert hat. Und man hat auch gesehen, dass sich die dezentrale, flächendeckende Versorgungsstruktur im stationären Bereich besonders bewährt hat. Wir benötigen Krankenhäuser aller Versorgungsstufen und nicht nur, wie es oft von Seiten des Bundes und der Krankenkassen heißt, wenige, aber große Zentralversorger.

GO: Was liegt Ihnen kurzfristig und langfristig bei Ihrem umfangreichen Aufgabenbereich besonders am Herzen?

HERR HOLETSCHEK: Eine meiner Prioritäten ist das Thema Pflege. Corona zeigt uns, dass das System Pflege bei uns auf Kante genäht ist. Da müssen wir endlich einen Durchbruch erzielen: Die Wertschätzung für die Pflegekräfte ist das eine – aber Arbeitsbedingungen und Bezahlungen sind das andere. Und da haben wir in Wahrheit noch nicht den Quantensprung hingelegt, der notwendig ist. Wir brauchen eine Pflegereform, weil die Pflege zur Schicksalsfrage der Generationen wird.

Gesundheitsschutz der Bevölkerung steht an erster Stelle

GO: Wodurch können weitere Kollateralschäden durch Lockdowns, Homeschooling, Isolation und Vermeidung von Arztbesuchen aus Angst vor Ansteckungsgefahr, vermieden werden?

HERR HOLETSCHEK: Die Corona-Pandemie prägt uns alle: Kinder, Eltern und Großeltern. Wir alle sehnen uns nach Normalität und nach einem Leben ohne Einschränkungen und der Angst vor einer Ansteckung mit dem Virus. Corona hat unseren Alltag auf den Kopf gestellt. Die Corona-Mutationen erschweren die Lage leider. An erster Stelle steht der Gesundheitsschutz der Bevölkerung! Darum appelliere ich an die Bürgerinnen und Bürger: Bitte haben Sie auch weiterhin Geduld und berücksichtigen Sie die geltenden Schutzmaßnahmen – zu Ihrem eigenen Schutz und zu dem Ihrer Mitmenschen. Dank der Impfungen und dem Ausbau der Testmöglichkeiten hoffe ich, dass wir bald ein Stück weit zu mehr Normalität zurückkehren können.

GO: Was ist Ihnen wichtig, um die Digitalisierung im Gesundheitswesen weiter voranzubringen?

HERR HOLETSCHEK: Die Digitalisierung ist ein ganz wichtiges Thema, das ich in allen Gesundheitsbereichen vorantreiben möchte. Sie hat großes Potential, unsere schon jetzt leistungsstarke medizinische, therapeutische und pflegerische Versorgung nochmals zu verbessern. Anwendungen wie die elektronische Patientenakte (ePA), das elektronische Rezept, der elektronische Medikationsplan oder der elektronische Impfpass sind nützlich für die Patientinnen und Patienten. Denn das ist der Kern: Die Digitalisierung muss dem Menschen dienen. Gleichzeitig erleben wir, dass die Digitalisierung z.B. über Videosprechstunden und Vitaldatenmonitoring neue Möglichkeiten schafft. Bei allen technischen Möglichkeiten sind Sicherheit, Datenschutz und die ethische Vertretbarkeit des technisch Machbaren wichtige Aspekte, die mir als bayerischer Gesundheitsminister bei der Digitalisierung wichtig sind. Denn eine hohe Akzeptanz und Nutzung technischer Möglichkeiten können wir nur dann erzielen, wenn Versicherte jederzeit frei über die Verwendung ihrer Daten entscheiden und auf ein hohes Schutzniveau vertrauen können.

GO: Warum ist Ihnen Prävention und Gesundheitsvorsorge wichtig?

HERR HOLETSCHEK: Ein Kernanliegen unserer bayerischen Gesundheitspolitik ist es, die Bürgerinnen und Bürger bei ihrer Entscheidung für eine gesunde Lebensweise zu unterstützen und die gesundheitliche Chancengleichheit in allen bayerischen Regionen und in jeder Lebenslage zu gewährleisten. Wir wollen die bestmögliche Gesundheit für alle Bürger Bayerns erreichen, die Früherkennung von Gesundheitsrisiken und Krankheiten stärken, Träger der Prävention vor Ort gewinnen und gesellschaftliche Akteure einschließlich der Medien zu mehr Gesundheitsbewusstsein motivieren. All das sind die Ziele unseres Bayerischen Präventionsplans. Wir informieren die Menschen im Freistaat intensiv über Risikofaktoren wie ungesunde Ernährung oder Bewegungsmangel, übermäßigen Alkoholgebrauch, Rauchen oder Stress. Denn so können Volkskrankheiten wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen verringert werden. Dieses Bewusstsein wollen wir auch künftig weiter stärken in jedem Alter, in allen Lebenslagen und in allen Regionen.

Wünsche an die Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben

GO: Sie haben heute auch die Gelegenheit Wünsche an alle Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben zu richten. Welche Wünsche und Erwartungen haben Sie an die niedergelassenen Ärzte und an die Krankenhäuser? Wo sehen Sie in den ambulanten und stationären Reha-Einrichtungen noch einen Optimierungsbedarf? Haben Sie auch Wünsche an die Arbeitgeber? Was sollten Krankenkassen und Rentenversicherungsträger noch besser machen?

HERR HOLETSCHEK: In erster Linie wünsche ich mir, dass wir die medizinische Versorgung über alle Sektoren hinweg ganzheitlicher denken. Hier liegt noch viel Potential, das wir nicht ungenutzt liegen lassen sollten. Freilich sind dabei die ganz großen Hürden auf Bundesebene zu diskutieren und durch bundesrechtliche Regelungen zu beseitigen. Aber die Verzahnung der Versorgungsangebote beginnt auch jeden Tag im Kleinen, wenn das Krankenhaus im Rahmen des Entlassmanagements die nachfolgende Versorgung mit berücksichtigt und mit informiert. Oder wenn der niedergelassene Arzt sich gleich bei der Einweisung um die richtigen Versorgungswege auch im Krankenhaus oder in der Rehabilitation kümmert. Wenn das noch normaler wird und alle Beteiligten zusammenwirken, würde ich mich freuen.

GO: Was möchten Sie in diesem Jahr bewirken?

HERR HOLETSCHEK: Ich möchte, dass wir allen Menschen in Bayern, die es wünschen, ein Impfangebot machen können und dass wir wieder zu einem Leben mit weniger Einschränkungen zurückkehren können. Auf Distanz muss wieder Nähe folgen.

GO: Wo sehen Sie in den nächsten Jahren den größten Handlungsbedarf im Gesundheitswesen?

HERR HOLETSCHEK: Wie vorhin schon angerissen, müssen wir die Pflege deutlich stärken. Das ist mir nicht erst seit der Pandemie bewusst, aber sie offenbart es umso deutlicher. Was wir brauchen, ist ein großer Wurf für eine Pflegereform und eine mutige Entscheidung zur Refinanzierung insbesondere von mehr und besser bezahltem Pflegepersonal. Ich denke unter anderem auch an spürbare Steuererleichterungen, um Pflegeberufe finanziell attraktiver zu machen, aber auch an die Übertragung von mehr Kompetenzen an Pflegende, die Stärkung der hochschulischen Ausbildung, mehr steuernde Kompetenzen für die Kommunen, um nur ein paar Beispiele zu nennen. Aufklärung bewirkt haben.

Gesundheitsförderung und Prävention darf auf in der Corona-Pandemie nicht vernachlässigt werden

GO: Wir freuen uns sehr, dass Sie die Schirmherrschaft für unser einjähriges wissenschaftlich begleitetes Präventionsprojekt „Schanzer Pluspunkt“ übernommen haben. Warum liegt Ihnen dieses Projekt am Herzen?

HERR HOLETSCHEK: Grundsätzlich werden zahlreiche Krankheiten durch wenige Risikofaktoren verursacht: Rauchen, Bluthochdruck, übermäßigen Alkoholkonsum, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel und Übergewicht. Gezielte Gesundheitsförderung und Prävention sind ein Schlüssel, diese Faktoren wesentlich zu be-

einflussen. Der ‚Schanzer Pluspunkt‘ setzt genau hier an, und deswegen unterstütze ich das Projekt. Die Corona-Pandemie hat uns eindrücklich vor Augen geführt, dass die Verbreitung von Zivilisationskrankheiten erheblichen Einfluss auf die Folgen einer Epidemie haben kann. Deshalb sollten Gesundheitsförderung und Prävention auch in Zeiten der Corona-Pandemie nicht vernachlässigt werden.

GO: Dürfen wir Sie in diesem Jahr auch persönlich in der Region 10/ Ingolstadt begrüßen?

HERR HOLETSCHEK: Wenn sich im Rahmen der Pandemie-Bekämpfung eine Möglichkeit ergibt, komme ich gerne.

GO: Was tun Sie, um für die Gesundheit Ihres Teams zu sorgen?

HERR HOLETSCHEK: Wir haben bei uns im Ministerium mehrere regelmäßige Angebote, um die Gesundheit am Arbeitsplatz zu fördern. Da sind Dinge dabei wie Rücken fit und Yoga – in Pandemie-Zeiten geht zum Glück vieles auf Distanz. Aber ich denke auch an wichtige Vorsorgeprogramme wie zum Beispiel gegen Darmkrebs. Außerdem haben wir alle paar Wochen einen Obsttag im Ministerium. Mir ist aber auch klar, dass die Arbeitsbelastung im Ministerium wie auch in den nachgeordneten Behörden im Moment immens ist. Was meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter täglich leisten, ist geradezu übermenschlich. Dafür danke ich ihnen allen von ganzem Herzen – und ich hoffe, dass bald auch wieder andere Zeiten kommen.

GO: Wie gelingt es Ihnen, trotz der sehr hohen Anforderungen an Ihrem Arbeitsplatz, trotz Lockdown, geschlossener Fitnessstudios und Sporthallen, minimaler sozialer Kontakte, in körperlicher und seelischer Balance zu bleiben?

HERR HOLETSCHEK: Früher habe ich Tennis gespielt und bin Marathon und Halbmarathon gelaufen. Heute gehe ich gerne im Allgäu wandern, um mich fit zu halten – sofern der Kampf gegen die Pandemie das zulässt. Als ehemaliger Bürgermeister eines Kneipp-Kurortes bin ich außerdem leidenschaftlicher Kneipp-Anhänger. In diesem Jahr war ich auch schon Schneetreten.

GO: Herzlichen Dank für dieses spannende Interview und den Einblick in Ihre wertvolle Arbeit. Wir wünschen Ihnen und Ihrem Team alles Gute und ganz viel Glück für das Erreichen Ihrer Ziele. Wir freuen uns sehr darauf auch weiterhin über Ihre Arbeit berichten zu dürfen und auf Ihren Besuch in der Region 10.

Das Interview wurde von Helga Friehe geführt.



Startschuss für den Schanzer Pluspunkt



Verbundprojekt zur Gesundheitsprävention startet in Region 10 unter Schirmherrschaft von Gesundheitsminister Klaus Holetschek

Fußball und Forschung – zwei völlig unterschiedliche Welten. Oder? Teresa Loichen sieht das anders. „Wenn man genauer hinsieht, haben die beiden Bereiche sogar sehr viel gemeinsam!“, sagt die Sozialpädagogin schmunzelnd. „In beiden geht es darum, Leistung zu bringen, an und manchmal auch über Grenzen zu gehen. Sowohl eine Vorlesung als auch ein Fußballspiel kann gähnend langweilig sein, oder uns begeistern und mitreißen!“



Teresa Loichen

Darum hat die wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Sozialpädagogik der KU auch sofort zugesagt, als sie vor über einem Jahr eine Anfrage der Schanzer erreichte: „Der FCI kam auf den Lehrstuhl zu mit dem Anliegen, ein Präventionsprojekt zur Gesundheitsförderung aufzubauen“, erinnert sie sich. Der Lehrstuhl hatte bereits seit Jahren eine Kooperation mit dem Gesundheitsnetzwerk Leben, während der FCI schon lange mit der Audi BKK verbunden ist. Da lag es nahe, sich zusammenzutun. Vier Projektpartner, ein Team. Vier unterschiedliche Perspektiven, eine Vision: Know-how zur Gesundheitsprävention soll für alle zugänglich und anwendbar sein.

Gesagt getan, Loichen machte sich an die Arbeit, um ein Konzept zu entwickeln. Und so entstand aus einer Idee ein Projekt: der Schanzer Pluspunkt. Dazu sind bis ins Frühjahr 2022 sechs Infotainment-Veranstaltungen zu den Themen Sucht, Frauengesundheit, Suizidprävention, Herz-Kreislauf, Ernährung und Work-Life-Balance geplant. Ziel der Events ist es, Erkenntnisse aus Theorie und Praxis so zu übersetzen, dass die Besucher sie für sich fruchtbar machen können. Es wird beispielsweise die Möglichkeit geben, Trainingsmethoden direkt vor Ort auszuprobieren und sich mit Experten über die ganz persönlichen Bedürfnisse auszutauschen.

Unterstützt wird der Schanzer Pluspunkt durch die Förderinitiative „Innovative Hochschule“ vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) und dem Land Bayern in Form des Innovationsfonds des Teilprojekts „Mensch in Bewegung“ an der KU. Die Schirmherrschaft für das Projekt hat der bayerische Gesundheitsminister Klaus Holetschek übernommen.

Eines liegt Loichen ganz besonders am Herzen: „Der Mensch soll im Mittelpunkt stehen, mit Leib und Seele. Dabei geht es um ein umfassenderes Verständnis, denn Gesundheit ist mehr als körperliche Fitness oder schmerzfrei zu sein“, erklärt sie.

Die Veranstaltungen sind kostenlos, prinzipiell sind alle Interessierten eingeladen: „Allerdings haben wir uns auf konkrete Herausforderungen fokussiert.“



Zum Beispiel sprechen wir bei unserer Veranstaltung zur Suchtprävention speziell Jugendliche an, beim Thema Herz-Kreislauf in besonderer Weise Menschen ab 50“, ergänzt sie. Die erste Veranstaltung muss aufgrund der Pandemie online stattfinden, die übrigen sind jedoch vorerst als Präsenz-Events geplant.

Seit über einem Jahr sind FCI, Audi BKK, Gesundheitsnetzwerk Leben und KU nun schon gemeinsam auf dem Weg. Anfangs, gibt Loichen lachend zu, sei es gar nicht so einfach gewesen, eine gemeinsame Sprache zu finden: „In der Wissenschafts- und Fußballbranche werden unterschiedliche Fachsprachen gesprochen. Aber das ist ein Punkt, der für mich persönlich den Schanzer Pluspunkt besonders spannend macht: Eine gemeinsame Basis für ganz unterschiedliche Welten zu finden, sich auf den anderen einzulassen, die Perspektive zu wechseln, ein Team zu bilden für unser gemeinsames Vorhaben – und dabei unglaublich viel voneinander zu lernen.“

Diese perspektivenreiche Basis will das Projektteam nun mit den Events in die Region hineintragen – und dabei nicht aufhören, immer wieder neue Sprachen zu lernen.



Direkt zur Homepage:



Kontakt:

www.schanzer-pluspunkt.de
E-Mail: info@schanzer-pluspunkt.de
Telefon +49 (0) 8421 93 21475
Luitpoldstraße 32 | 85072 Eichstätt

28.04.21 „Deal it now – befrage Dich jetzt damit“
Suchtprävention für Schülerinnen und Schüler (ab der 5. Klasse)

12.06.21 „Bodysoul – mit Leib und Seele“
Gesundheitsförderung für Frauen

10.09.21 „You'll never walk alone – Meinewegen-Deinewegen“
Suizidprävention geht uns alle an!

10.11.21 „Youngtimer – in Bewegung sein“ und „Hand aufs Herz“
Gesunder Herz-Kreislauf ab 50 Jahren bis ins hohe Alter

26.01.22 „Eat and Meet – essen mit Nähr- und Mehrwert“

16.03.22 „Work-Life-Balance – in Balance sein mit den Herausforderungen des Alltags“

Detaillierte Infos zu den Veranstaltungen oder pandemiebedingte Änderungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Statements



PROF. DR. GABRIELE GIEN
PRÄSIDENTIN DER KATHOLISCHEN UNIVERSITÄT EICHSTÄTT-INGOLSTADT

Ich bin mir sicher, dass diese neue Partnerschaft ein echter Pluspunkt für alle Beteiligten sein wird. Der Universitätsleitung ist es ein Anliegen, eine lebendige und vielfältige Kooperationskultur zu etablieren, die durch Offenheit und Begeisterung für die Zusammenarbeit mit externen Partnerorganisationen geprägt ist.



MANUEL STERNISA
GESCHÄFTSFÜHRER DES FC INGOLSTADT

Wir sind stolz darauf, im Kreise dieser renommierten Partner dieses Projekt umzusetzen und freuen uns auf zielführende und nachhaltige Veranstaltungen, um damit tatsächliche Mehrwerte für die jeweiligen Zielgruppen zu schaffen.



GERHARD FUCHS
VORSTANDSVORSITZENDER DER AUDI BKK

Durch das Projekt schaffen wir eine Plattform für den interdisziplinären Austausch und tragen so zur Vernetzung der verschiedenen Partner bei. Die große Stärke ist dabei die ganzheitliche Betrachtung des Themas Gesundheit. Mit dem Schanzer Pluspunkt bieten wir Mehrwerte für verschiedene Zielgruppen und hoffen auf eine rege Beteiligung an den Veranstaltungen und Workshops.



HELGA FRIEHE, PROJEKTLEITERIN DES GESUNDHEITSNETZWERKS LEBEN

Die neuesten forschungsbasierten Erkenntnisse geben Impulse für eine motivierende und lebensnahe Umsetzung in die Praxis. Wir sind gerne mit dabei, weil dieses Präventionsprojekt ein weiterer wichtiger Meilenstein für die Gesundheitsförderung in der Region 10 und unsere Netzwerkarbeit ist.



KLAUS HOLETSCHEK
BAYERISCHER GESUNDHEITSMINISTER

Grundsätzlich werden zahlreiche Krankheiten durch wenige Risikofaktoren verursacht: Rauchen, Bluthochdruck, übermäßigen Alkoholkonsum, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel und Übergewicht. Gezielte Gesundheitsförderung und Prävention sind ein Schlüssel, diese Faktoren wesentlich zu beeinflussen. Der Schanzer Pluspunkt setzt genau hier an, und deswegen unterstütze ich das Projekt. Die Corona-Pandemie hat uns eindrücklich vor Augen geführt, dass die Verbreitung von Zivilisationskrankheiten erheblichen Einfluss auf die Folgen einer Epidemie haben kann. Deshalb sollten Gesundheitsförderung und Prävention auch in Zeiten der Corona-Pandemie nicht vernachlässigt werden.

„Krisenhilfe – wohnortnah, schnell verfügbar und hochkompetent“

KRISEN DIENSTE BAYERN



Josef Mederer

Foto: Bezirk Oberbayern/www.avisio-photography.de

0800 / 655 3000, erste Hilfe für die Seele: Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern ist seit 1. März 2021 unter dieser neuen, kostenlosen Rufnummer erreichbar. Die Nummer ist bayernweit geschaltet. Die Anrufer werden automatisch zu der für ihren Aufenthaltsort zuständigen Leitstelle weitergeleitet. Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern ist damit Teil des Netzwerks Krisendienste Bayern, das am 1. März ebenfalls an den Start gegangen ist.

GO im Gespräch mit Bezirkstagspräsident Josef Mederer über den Krisendienst Psychiatrie Oberbayern und dessen Aufnahme ins Netzwerk Krisendienste Bayern

GO: Herzlichen Dank Herr Bezirkstagspräsident, dass wir mehr über den Krisendienst Psychiatrie Oberbayern und dessen Arbeit erfahren dürfen.

HERR MEDERER: Das Gesundheitsnetzwerk Leben ist für uns ein starker Partner, mit dem wir uns als Bezirk Oberbayern für die seelische Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger einsetzen. Gerade in der aktuell schwierigen Zeit kann dieser Einsatz für psychische Gesundheit gar nicht groß genug sein. Deshalb freut es mich sehr, wenn Sie über den Krisendienst Psychiatrie Oberbayern berichten.

GO: Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern hat eine neue Nummer. Warum ist das so, die bisherige Nummer war doch bestens eingeführt?

HERR MEDERER: Die 0800 / 655 3000 ist nicht nur kostenlos, sondern für alle Menschen in Bayern erreichbar. Ein Anruf bei der bisherigen oberbayerischen Nummer hatte zwar nur geringe Kosten verursacht. Trotzdem ist das Signal wichtig, dass der Krisendienst als psychiatrische Soforthilfe kostenlos erreichbar ist und niemand bei einem Anruf ans Geld denken muss. Dieser soziale Aspekt ist für mich ein Herzensanliegen. Außerdem wurde im bayrischen Psychisch-Kranken-Hilfe-Gesetz (PsychKHG) die Einführung der landesweit einheitlichen und kostenlosen Rufnummer verankert. Mit der Umstellung auf die neue Nummer erfüllt sich auch eine wichtige Forderung der Selbsthilfe psychiatriererfahrener Menschen und der Selbsthilfe der Angehörigen psychisch Kranker ebenso wie der freien Wohlfahrtspflege. Kurzum, ich bin sehr froh, dass wir das jetzt umsetzen konnten.

Psychiatrischer Krisendienst im Freistaat Bayern flächendeckend unter einheitlicher und kostenfreier Telefonnummer erreichbar

GO: Die Nummer ist in ganz Bayern geschaltet. Was heißt das für die Anrufer?

HERR MEDERER: In Oberbayern ist der Krisendienst bereits seit 2016 erreichbar. Wir waren Vorreiter für die Krisendienste Bayern, die am 1. März in allen Bezirken gestartet sind. Der Freistaat Bayern verfügt damit flächendeckend als erstes Bundesland über sieben regional gegliederte psychiatrische Krisendienste, die über eine einheitliche Nummer erreichbar sind. Es gibt damit – analog zum Notruf für somatische Erkrankungen – ein Notfallsystem für Menschen in psychischen Krisen.

GO: Wie funktioniert das mit der einheitlichen Nummer in der Praxis?

HERR MEDERER: Die Anrufer werden automatisch zu der für ihren Aufenthaltsort zuständigen Leitstelle geroutet. Das heißt, wer aus Ingolstadt anruft, erreicht die Leitstelle des Krisendienstes Psychiatrie Oberbayern. Wer beispielsweise aus Roth oder Hilpoltstein die 0800 / 655 3000 wählt, kommt bei der Leitstelle des Krisendienstes Mittelfranken an. Für das Gesundheitsnetzwerk Leben, das im Herzen Bayerns aktiv ist, ist das eine wichtige Botschaft: Hier in der Region treffen die fünf Bezirke Oberbayern,

Schwaben, Mittelfranken, Oberpfalz und Niederbayern aufeinander. Egal, wo sie leben, können jetzt alle Bürgerinnen und Bürger psychiatrische Krisenhilfe erhalten – was für eine schöne Entwicklung!

GO: Da können wir nur zustimmen. Warum haben sich die Bezirke für sieben regionale Leitstellen anstatt einer zentralen Lösung für ganz Bayern entschieden?

HERR MEDERER: Ich bin sehr froh, dass wir diese regionalen Lösungen haben. Unsere oberbayerische Leitstelle hat rund 40 Mitarbeitende, die im Schichtbetrieb rund um die Uhr Menschen in Krisen zur Seite stehen. Eine zentrale Leitstelle für alle Bezirke hätte wohl weit über 100 Mitarbeitende. Allein die Personalsuche für einen zentralen Standort wäre nicht zu bewerkstelligen. Und an die zentrale Steuerung der mobilen Einsatzteams für ein Flächenland wie Bayern mag ich gar nicht denken. Allein in Oberbayern sind insgesamt rund 900 Fachkräfte für den Krisendienst tätig. Bei Bedarf kann diese die Leitstelle einsetzen, um Menschen in schweren Krisen beizustehen. Das ist eine komplexe und herausfordernde Aufgabe, die wie am Schnürchen klappen muss, damit die Hilfesuchenden rechtzeitig Hilfe erhalten. Außerdem sind die Lebensverhältnisse in Bayern sehr unterschiedlich. In Oberbayern haben wir einerseits die Metropolregion München mit über zwei Millionen Einwohnern und Einwohnerinnen und gleichzeitig ländliche Regionen. In Niederbayern und Oberfranken hingegen überwiegen die ländlich geprägten Gebiete. Entsprechend organisieren die regionalen Krisendienste ihre Hilfsangebote – wohnortnah, schnell verfügbar und hochkompetent.

Finanzierung des Psychiatrischen Krisendienstes in Bayern

GO: Nicht nur der Anruf, auch die weiterführenden Hilfen sind kostenlos. Wie finanziert sich der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern?

HERR MEDERER: Die Krisendienste Bayern sind im Hilfefeld des Psychisch-Kranken-Hilfe-Gesetzes gesetzlich verankert. Dort ist auch geregelt, dass der Freistaat für die Kosten der Leitstellen aufkommt. Für den Betrieb unserer oberbayerischen Leitstelle erhalten wir deshalb aus dem Staatshaushalt zirka 3,1 Millionen Euro pro Jahr. Die Kosten für die Rund-um-die-Uhr-Hilfe vor Ort tragen wir Bezirke selbst. Der Bezirk Oberbayern stellt dafür Mittel in Höhe von

rund 14,2 Millionen Euro pro Jahr bereit. Das ist zwar für unseren Haushalt ein gewaltiger Brocken. Aber: Jeder Cent ist bestens investiert! Denn es ist unbezahlbar, dass wir jetzt in Bayern dieses psychiatrische Notrufsystem haben. Die betroffenen Menschen können damit endlich die Hilfe erhalten, die sie in ihren oft sehr schwierigen Lebenslagen brauchen. Das ist für alle eine entlastende Nachricht.

GO: Wie vielen Menschen konnte der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern 2020 helfen?

HERR MEDERER: Beim Krisendienst rufen Menschen in seelischen Krisen an, deren Angehörige und Personen aus dem sozialen Umfeld ebenso wie Fachstellen oder auch mal Arbeitgeber. Die Leitstelle hatte 2020 rund 30.000 Telefonkontakte. Die aufsuchenden Krisenteams führten 1.900 mobile Einsätze durch. Ab Sommer 2021 sind diese mobilen Dienste ebenfalls rund um die Uhr in ganz Oberbayern verfügbar; in der Region 10 sind sie bereits 24/7 im Einsatz. Diese Rund-um-die-Uhr-Hilfe ist sehr wichtig, um Menschen in seelischen Krisen zu entlasten. Die mobilen Teams leisten zu jeder Tages- und Nachtzeit hervorragende Arbeit: Sie hören zu, deeskalieren und reagieren individuell auf die jeweilige Krisensituation. Dafür nehmen sie sich alle Zeit, die die Person braucht, um in der Krise eigene Kräfte zu mobilisieren. Wir wissen, dass so bereits Zwangseinweisungen in psychiatrische Kliniken vermieden werden konnten.

GO: Was für eine schöne Botschaft, dass den Betroffenen menschlich und ohne Zwang geholfen werden kann.

HERR MEDERER: Ja, das ist ganz wichtig. Wenn sich Menschen freiwillig in psychiatrische Behandlung – ambulant oder stationär – begeben, finden sie meist auch schneller wieder in die Normalität zurück. Deshalb ist in Oberbayern auch die Zusammenarbeit zwischen der Polizei und dem Krisendienst klar geregelt. Es ist vereinbart, dass die Polizei bei kritischen Notlagen wie Suizid- oder Fremdgefährdungen den Krisendienst Psychiatrie Oberbayern hinzuzieht. Mit Hilfe dieser frühzeitigen Deeskalation lassen sich Zwangseinweisungen in psychiatrische Kliniken vermeiden. Blaulichteinsätze von Polizei und Rettungsdienst sind für Menschen, die rasche qualifizierte Unterstützung brauchen, nicht hilfreich. Der Krisendienst begleitet die Betroffenen in solchen Lebenslagen fachlich hochkompetent durch die Krise. Das zeigt: Der Krisendienst übernimmt eine wichtige Lotsen- und Steuerungsfunktion im psychiatrischen und psychosozialen Versorgungssystem.

GO: Auch der Krisendienst arbeitet als Netzwerk. Wer ist Mitglied dieses Netzwerkes?

HERR MEDERER: Der Bezirk Oberbayern, unsere Kliniken des Bezirks Oberbayern, die kbo-Kliniken, das Zentrum für psychische Gesundheit am Klinikum Ingol-

stadt, die Danuvius-Klinik Pfaffenhofen sowie die Kinder- und Jugendpsychiatrie der St-Elisabeth-Klinik Neuburg sowie zahlreiche Dienste der freien Wohlfahrtspflege. Alle Hilfsangebote des Krisendienstes sind in Oberbayern bestens in das regionale sozialpsychiatrische, ambulante und stationäre psychiatrische Netzwerk integriert. Dass wir es gemeinsam geschafft haben, diesen Verbund so aufzubauen und zu betreiben, ist ein wunderbares Beispiel für die gelungene und vertrauensvolle Zusammenarbeit vieler Träger und Institutionen.

GO: Herzlichen Dank für dieses wertvolle Interview. Wir freuen uns, dass Sie Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben sind und wünschen Ihnen, sowie allen Beteiligten Gesundheit und ganz viel Erfolg bei dieser wichtigen Arbeit zum Wohle aller Bürgerinnen und Bürger in Bayern



ANZEIGE



Radiologie. Nuklearmedizin.

Unsere Leistungen

- Magnetresonanztomographie (MRT), Cardio-MRT
- hochauflösende Computertomographie (CT), Cardio-CT und Koronarkalkbestimmung
- voll-digitale Röntgentechnologie
- voll-digitale Mammographie und Screening
- Mammasonographie und Mammabiopsie
- Szintigraphie, Schilddrüsen-sonographie (nur Ingolstadt)

Unsere Standorte

Ingolstadt, Manching, Eichstätt, Neuburg a.D., Roth, Weißenburg und Gunzenhausen

Diagnosticum Bayern Mitte

Levelingstr. 21, 85049 Ingolstadt, Tel. 0841/49039-0
www.diagnosticum-in.de

Dem Patienten verpflichtet.

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern für schnelle Hilfe in Lebenskrisen

Die Corona-Pandemie beeinflusst seit Monaten das tägliche Leben - mit massiven Auswirkungen auf alle Lebensbereiche. Arbeiten weit über die Belastungsgrenze hinaus oder das Bangen um die eigene Existenz, weil das bisherige Geschäftsmodell nicht mehr funktioniert: Beides sind Auswirkungen von Corona. Die Gefahr vor einer Ansteckung, das Gefühl der Isolation, Abstandsregeln und die Einschränkungen der persönlichen Freiheit sind allgegenwärtig und treffen jeden. Die Auswirkungen auf die seelische Gesundheit machen sich inzwischen in unterschiedlicher Form bemerkbar, etwa durch steigenden Alkohol- oder Drogenkonsum, eine zunehmende Zahl psychischer Erkrankungen, Gereiztheit oder Gewaltbereitschaft. Wir haben den Eindruck, dass der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern genau zum richtigen Zeitpunkt sein Leistungsangebot erweitert hat, um möglichst vielen Menschen zu helfen, seelisch gesund zu bleiben bzw. schnell wieder gesund zu werden.

GO im Gespräch mit Alexandra Gorges (Regionalleiterin der GKP Oberbayern) und Martin Guth (Gebietskoordinator Region Ingolstadt Krisendienst Psychiatrie Oberbayern).

GO: Herzlichen Dank, Frau Gorges, dass wir mehr über die Gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung des Krisendienst Psychiatrie in Oberbayern mbH (GKP) und Ihre Arbeit erfahren dürfen.

Seit wann gibt es die GKP? Welche Aufgaben hat sie?

FRAU GORGES: Der Krisendienst wurde 2017 in ganz Oberbayern eingeführt. Seit 2007 gab es dieses Angebot bereits in München. Die GKP wurde 2017 gegründet, um Fachkräfte für die Einsatzteams in den verschiedenen Landkreisen einstellen zu können. Inzwischen arbeiten rund 450 Kolleginnen und Kollegen in ganz Oberbayern für die GKP. Es gibt noch andere Träger, sodass in allen oberbayerischen Landkreisen insgesamt rund 900 Personen in der aufsuchenden Krisenhilfe tätig sind. Sie sind nach einem einheitlich hohen Standard für Menschen in einer seelischen Krise da. Die GKP ist dabei in erster Linie die effiziente Verwaltungsstruktur im Hintergrund. Die fachliche Güte ent-

steht durch die regionale Zusammenarbeit z. B. mit den Sozialpsychiatrischen Diensten, den Kliniken oder den Polizeiinspektionen vor Ort.

Unterstützung professionell und empathisch

GO: Was liegt Ihnen bei Ihrer Arbeit besonders am Herzen?

FRAU GORGES: Dass die betroffenen Menschen wissen: Unsere Mitarbeitenden kommen gerne und unterstützen ebenso professionell wie empathisch. Es ist auch für uns wichtig, dass der oder die Betroffene eine Entlastung spürt, sich ernst genommen fühlt und besonders eine Perspektive erhält, die Hoffnung gibt. Mir liegen aber auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Herzen. Wenn es ihnen gut geht, dann sind sie auch authentisch und können ihre Kompetenzen mit innerer Überzeugung einsetzen.

HERR GUTH: Der Krisendienst in Oberbayern ist ein Netzwerk aus vielen unterschiedlichen Partnern: Neben den Kliniken des Bezirks Oberbayern und den psychiatrischen Kliniken hier in der Region stellen die Wohlfahrtsverbände mit ihren Sozialpsychiatrischen Diensten und die GKP mit ihren mobilen Einsatzteams in Rufbereitschaft die tragenden Säulen der Krisenhilfe dar. Daher stehen für mich vor allem die gute Zusammenarbeit und der Austausch über die gemeinsam gemachten Erfahrungen im Fokus meiner Arbeit.

GO: Welche Aufgaben hat der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern?

FRAU GORGES: Unsere Aufgabe ist es, trotz unterschiedlicher Themen wie Trauer, Trennung oder psychiatrischen Problematiken erst einmal da zu sein und zuzuhören, um dann miteinander zu schauen, was der oder die Betroffene als Unterstützung benötigt.

Wir sind alle professionelle Fachkräfte, kennen uns gut im ambulanten und im stationären Setting aus, haben durch Kooperationsverträge gute Kontakte und können so schneller die richtigen Türen öffnen. Wir versuchen, bereits im Einsatz schon sehr abgestimmt mit der betroffenen Person den nötigen Be-

darf zu klären, die gegebenenfalls richtige Anlaufstelle zu eruieren, um ihr ein Umherirren in der Hilfelandschaft zu ersparen. Denn hier würden nur wertvolle Ressourcen unnötig aufgebraucht und eine ebenso unnötige Verschlimmerung des Allgemeinzustandes riskiert.

Was ganz wunderbar ist: Wir kommen in Straßenkleidung und verhalten uns bodenständig und anonym. Wir machen nicht viel Wirbel, was ganz wichtig ist, um eine Stigmatisierung in der sozialen Umgebung des Betroffenen zu vermeiden. Die Nachbarn fragen sich eher, was für tolle Bekannte ihre Nachbarn haben. Von der seelischen Krise nebenan bekommen sie idealerweise nichts mit.

GO: Was hat der Krisendienst mit „Psychiatrie“ zu tun?

FRAU GORGES: Wir wollen Menschen in seelischen Notlagen helfen. Deshalb ist es gut, wenn wir so früh wie möglich kontaktiert werden. Der Betroffene, der sich in der akuten Krise befindet, ist nicht unbedingt erkrankt, sondern durchlebt möglicherweise eine psychische Ausnahmesituation. Die mobilen Teams sind aus Vertretern verschiedener Professionen zusammengesetzt. Psychiater, also Ärzte, sind da nicht dabei. Diese können wir dank unserer Kooperationsverträge jederzeit bei Bedarf hinzuziehen. In der Regel sind die mobilen Teams durch ihre Fachlichkeit und ihr Verständnis für die individuelle Situation in der Lage, bereits in der akuten Phase einen mildereren oder kürzeren Verlauf einer Krise zu fördern und zu begleiten.

Ruf an, wenn Du spürst, dass es Dir nicht gut geht und Du keine Alternative weißt!



GO: Bei welchen Problemen kann der Krisendienst in Anspruch genommen werden?

FRAU GORGES: Als Faustregel rate ich immer: Ruf an, wenn Du spürst, dass es Dir nicht gut geht und Du keine Alternative weißt. Ruf an, je eher – desto besser!

GO: Können alle Hilfesuchenden anrufen z. B. auch Kinder, Angehörige, Arbeitgeber?

FRAU GORGES: Anrufen darf und soll absolut jeder, wirklich völlig unabhängig davon, wo, wie oder unter welchen Umständen die anrufende Person oder jemand in ihrer Umgebung Hilfe benötigt. Bei uns rufen Menschen in Krisen an, deren Angehörige und Freunde, aber auch Eltern, deren Kinder in eine seelische Notlage geraten sind.

GO: Was sind die häufigsten Probleme der Anrufer*innen?

FRAU GORGES: Am häufigsten entstehen Krisen durch Trauer, Überforderungen, Familien- oder Paarkonflikte, Belastungsreaktionen, einen Selbstverletzungsdruck, Panikattacken, suizidale Gedanken, ein paranoides Problemspektrum, problematisches Suchtverhalten oder Verwirrtheit.

GO: In welchen Fällen wird eine sofortige Versorgung vor Ort erforderlich? Was passiert dann?

FRAU GORGES: Zunächst nimmt die Leitstelle den Anruf einer betroffenen Person entgegen. Die Mitarbeitenden der Leitstelle nehmen die personenbezogenen Daten auf und erheben den Sachverhalt. Dabei klären sie durch spezifische Hinterfragen ab, ob die Anwesenheit eines mobilen Einsatzteams nötig ist. Wenn feststeht, dass eine telefonische Krisenintervention nicht ausreicht, kontaktiert die Leitstelle ein mobiles Einsatzteam im Landkreis des Anrufenden.

Dieses Team besteht aus zwei Personen – in der Regel verschiedener Professionen und verschiedenen Geschlechts. Es kann grundsätzlich in rund einer Stunde vor Ort sein. Es arbeitet ohne Aufsehen, also diskret und effektiv. Vor Ort geht es dem Krisenteam vor allem darum abzuklären, was der Betroffene in seiner Krisensituation konkret braucht. Deshalb werden auch die weiteren Schritte eng mit ihm abgesprochen.

GO: Ist bei den Einsätzen vor Ort auch immer die Anwesenheit eines Notarztes erforderlich?

FRAU GORGES: Nein – gerade nicht! Weder eines somatischen Arztes noch eines Psychiaters. Die Krisenteams bestehen aus nicht-ärztlichen Kolleginnen und Kollegen, beispielsweise Sozialpädagog*innen, Psycholog*innen oder Fachpflegekräfte für Psychiatrie.

GO: In welchen Fällen wird ein Notarzt hinzugezogen?

FRAU GORGES: Immer und nur dann, wenn es das Krisen-Team für nötig erachtet. Dies ist etwa dann der Fall, wenn das Leben, die Gesundheit oder die Sicherheit eines anwesenden Menschen gefährdet sind. Oder nach Rücksprache mit dem Betroffenen.

Einsatz von mobilen Nachtteams

GO: Warum ist der Einsatz von mobilen Nachtteams wichtig?

FRAU GORGES: Weil Krisen wie Familien- oder Paarkonflikte, Belastungsreaktionen, Selbstverletzungsdruck bis hin zu Suizidgedanken, Angststörungen, Panikattacken, paranoides oder problematisches Sucht-Verhalten oder Verwirrtheit keine Uhrzeit kennen und sich nicht an einen Tag-Nachtrhythmus halten. Diese psychosozialen und psychiatrischen Krisen kommen unvermittelt und plötzlich. Manchmal erscheinen sie existenzbedrohend und ausweglos, so dass Hilfe keinen Aufschub bis zum nächsten Morgen duldet. Wichtig ist: Viele Krisen gehören einfach nur akut begleitet. Sie hinterlassen dann keine langfristigen Beeinträchtigungen oder Behinderungen und führen zeitnah in ein geregeltes Leben zurück. Die Einsatzteams können dazu in geeignete Beratungsangebote und in die Regelversorgung vermitteln.

GO: Wer trägt die Kosten für die Arbeit des Krisendienstes und für die Einsätze vor Ort?

FRAU GORGES: Die Kosten für die Leitstelle trägt der Freistaat Bayern, die Kosten für die Hilfen vor Ort und die Ausrückteams der Bezirk Oberbayern. Der Bezirk finanziert den Krisendienst Psychiatrie Oberbayern mit rund 14 Millionen Euro pro Jahr. Dabei ist es dem Bezirk gelungen, alle Teile Oberbayerns mit den gleichen Finanzmitteln auszustatten. So wird die Tätigkeit der Mitarbeitenden im Rufbereitschaftsdienst in allen Landkreisen gleich vergütet. Ein Team kann grundsätzlich überall binnen einer Stunde vor Ort sein – unabhängig von der Größe oder der Bevölkerungszahl des Landkreises. Es gibt also für alle Bürgerinnen und Bürger Oberbayerns gleichwertige Hilfsangebote – egal ob sie in der Stadt oder auf dem Land leben. Besonders gut ist, dass der Anruf bei der Leitstelle ebenso wie die persönliche Krisenintervention vor Ort kostenfrei ist.

GO: Welche persönlichen Daten müssen Anrufer*innen bekannt geben? Was passiert mit diesen Daten? Welche persönlichen Daten werden an die mobilen Einsatzteams weitergegeben? Wie erfolgt die Übergabe der Daten?

FRAU GORGES: Diese Frage ist sehr wichtig: Alle erhobenen Daten verbleiben beim Krisendienst und werden grundsätzlich nicht weitergegeben. Die Schweigepflicht und die Vorgaben des Datenschutzes werden strikt eingehalten. Die für den Einsatz notwendigen Daten und Informationen übermittelt die Leitstelle in Form einer telefonischen Übergabe und eines digitalen Protokolls an das mobile Einsatzteam vor Ort. Es werden so viele Daten aufgenommen, dass eine Gefährdung unseres Einsatzteams ausgeschlossen werden kann und wir auch immer wieder eine Zuordnung des Anrufers festlegen können. Eine Weitergabe von Daten auch innerhalb des Krisendienstes ist nur mit einer vorherigen Zustimmung des Anrufenden möglich.

GO: Was passiert, wenn ein Einsatz in der Region 10 erforderlich wird?

FRAU GORGES: Dann wird von der Leitstelle per Telefon ein multiprofessionelles Team kontaktiert. Dieses Team trifft sich an einem zuvor vereinbarten Treffpunkt. Während der Anfahrt wird noch einmal der persönliche telefonische Kontakt zum Betroffenen hergestellt, um die Situation vor Ort gut einschätzen zu können und letztlich auch, um auf die – gerade jetzt wegen Corona erforderlichen - Hygienemaßnahmen hinzuweisen. Ziel ist es, dass der Betroffene keine weiteren Ängste vor dem Krisendienst entwickelt, sich schon einmal die Stimmen einander vertraut machen.

GO: Aus wie vielen Personen besteht das Einsatzteam vor Ort? Welche Qualifikationen sind dafür erforderlich?

HERR GUTH: Im Krisendienst geht ein mobiles Einsatzteam immer mit zwei Mitarbeitenden in den Einsatz, dies vor allem zur bestmöglichen Unterstützung für die Anrufenden. Ein Einsatz-Team ist meist multiprofessionell zusammengestellt mit Beteiligten aus den Bereichen Soziale Arbeit/Sozialpädagogik, Psychologie und psychiatrischer (Fach-)Pflege.

GO: Vor welchen Situationen stehen die Einsatzteams vor Ort?

HERR GUTH: Da der Krisendienst nicht nur für psychiatrische Notfälle zuständig ist, sondern auch für seelische und psychosoziale Krisen ist die Bandbreite der Einsatzsituationen relativ groß. Zumeist sind neben den Betroffenen auch Ehe-/Lebenspartner*innen, Kinder oder Verwandte noch mit anwesend. In den meisten Fällen ist eine schwere Belastung der Grund für einen mobilen Einsatz, gefolgt von affektiven Störungen oder Störungen des Realitätsbezugs. Nachfolgend spielen auch Störungen des Sozialverhaltens oder Angststörungen eine Rolle. In ungefähr fünf Prozent der Fälle wird Suizidalität als Problemursache genannt.

Dabei handelt es sich bei den genannten Ursachen in der Regel um Störungen mit einer deutlichen bzw. schweren Problematik, so dass Einsätze bei den Klient*innen durchschnittlich zwei bis drei Stunden dauern können. Der überwiegende Teil der Klient*innen wird in eine ambulante Beratung zu einem Sozialpsychiatrischen Dienst oder zur ambulanten Behandlung in eine Psychiatrische Institutsambulanz weitervermittelt. Da bei nur circa acht Prozent der Einsätze eine Fremdgefährdung vorliegt, ist die Hinzuziehung der Polizei Gott sei Dank nicht so häufig notwendig.

Hilfe auch am Arbeitsplatz möglich

GO: Sind auch Einsätze bei Arbeitgebern möglich? Gab es schon Einsätze bei Arbeitgebern?

HERR GUTH: Die Einsatzteams fahren in der Regel stets an den Ort der Krise, d. h. es kann durchaus vorkommen, dass dies auch ein Arbeitsplatz ist. Dabei gibt es viele Möglichkeiten. Einmal wurde der Krisendienst von einem Betriebssozialdienst kontaktiert, weil ein Mitarbeitender suizidale Gedanken äußerte. Ein anderes Mal meldet sich bei uns der Vorgesetzte, weil er sich Sorgen um eine Mitarbeiterin machte. Im Prinzip kann sich jeder an den Krisendienst wenden, natürlich auch Arbeitskolleg*innen.

GO: Gibt es schon erste Erfahrungen bei den Nachteinsätzen?

HERR GUTH: Im Bereich der Stadt München hat es bereits erste Nachtteam-Einsätze gegeben, bei uns in der Region bisher noch nicht. Ich denke, das hat sich auch noch nicht ausreichend herumgesprochen. Deshalb ist es so wichtig, dass Sie im GO-IN-Magazin immer wieder über den Krisendienst mit seinen wertvollen Hilfsangeboten berichten. Das ist für unsere Arbeit eine sehr wichtige Unterstützung.

GO: Welche Schutzmaßnahmen gibt es für die Einsatzkräfte?

HERR GUTH: Da der Krisendienst gezielte Hilfen vermittelt und anbietet, fahren die Mitarbeiter*innen eigentlich immer zu Personen, zu denen in der Leitstelle bestimmte

Daten, wie beispielsweise Namen, Adresse und Telefonnummer bekannt sind. Und das Einsatzteam fährt auch mit einem bestimmten Vorwissen in den Einsatz; die Leitstelle teilt den Einsatzkräfte vorab immer mit, was die aktuelle Sachlage vor Ort ist und welche telefonische Vereinbarung man mit der anrufenden Person für den Einsatz getroffen hat. Auch werden seit Beginn der Pandemie immer auch Aspekte eines möglichen Infektionsrisikos abgefragt bzw. besprochen. In Fällen von Fremdgefährdung wird die Polizei zur Unterstützung und Absicherung des Einsatzteams hinzugezogen, falls die Polizei nicht bereits vor Ort ist. Da sich die Mitarbeiter*innen immer mit einer Kolleg*in im Einsatz befinden, fühlen sie sich generell im Einsatz sehr sicher. Die Einsatzteams melden sich auch immer nach dem Einsatz telefonisch bei der Leitstelle und melden das Ende ihres Einsatzes.

GO: Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern ist Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben. Sehen Sie neben den vielen Vorteilen für Hilfesuchende auch noch weitere Vorteile für die Region 10?

HERR GUTH: Im Krisendienst-Projekt Oberbayern konnten wir sehr gut beobachten, zu was einzelne Einrichtungen und Dienste in der Lage sind, wenn sie sich gut und effektiv vernetzen und Leistungsbausteine für Hilfe- und Ratsuchende aufeinander gut abstimmen und aufbauen. Allein der bessere Informationsaustausch innerhalb der Region zwischen den einzelnen Landkreisen habe ich für alle Beteiligten als sehr gewinnbringend erlebt. Ich hoffe, es geht in dieser Richtung weiter bergauf.

GO: Was tun Sie, um selbst gesund zu bleiben?

FRAU GORGES: Joggen, meine Familie und Freunde lieben und meine Arbeit genießen und mit Freude erfüllen. Letztlich versuche ich – frei nach Immanuel Kant – sowohl die Menschen, die bei uns im Krisendienst Psychiatrie arbeiten, als auch die Betroffenen so zu behandeln, wie ich es mir für mich selbst wünsche, sollte ich mal Hilfe benötigen – was man ja nie ausschließen kann.

HERR GUTH: Im Prinzip verlasse ich mich auf den Dreiklang von Bewegung, sozialen Kontakten und gutem Essen. Aufgrund der Jahreszeit und der Pandemie fehlen mir allerdings einige Aktivitäten wie Sport,

Radfahren, der Garten und auch die Treffen mit Freunden. So übe ich mich momentan in Geduld und Gelassenheit, frische meine Spanischkenntnisse auf und freue mich auf den Frühling.

GO: Vielen Dank für dieses spannende Interview und den Einblick in die Arbeit des Krisendienstes Psychiatrie Oberbayern und die Arbeit vor Ort. Wir wünschen Ihnen und allen Mitarbeiter*innen Gesundheit und viel Erfolg bei dieser wertvollen Arbeit.

Kontakt:



Foto: Kai Bader

Alexandra Gorges

B.A. Sozialpädagogin, Case Managerin (dgcc.), AWF/-N Regionalleiterin Region 10, 14 & 18

Gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung des Krisendienst Psychiatrie in Oberbayern mbH (GKP)

Landshuter Allee 40, 80637 München
Handy: 0160 / 97288343
E-Mail: Agorges@gkp.bayern



Foto: privat

Martin Guth

Diplom-Sozialpädagoge (FH)
Gebietskoodinator Region Ingolstadt –
Krisendienst Psychiatrie Oberbayern
c/o Caritas-Kreisstelle Ingolstadt
Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt
Tel: 0841/309-900, Fax: 309-909
martin.guth@caritas-Ingolstadt.de
Internet: www.krisendienste.bayern

Ganzjährige Plakataktion „Für die seelische Gesundheit“ in der Region 10



Gerade in der Corona-Pandemie ist ein gemeinsamer Einsatz für psychische Gesundheit wichtiger denn je. Mit dieser Plakataktion möchten wir die kostenlose Nummer des Krisentelefon bekannt machen, um Menschen in seelischen Notlagen schnelle Hilfe zur Verfügung zu stellen. Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern ist seit 1. März unter 0800 / 655 3000 täglich rund um die Uhr erreichbar.

Gesundheitsnetzwerk Leben

Alle Arbeitgeber, Vereine, Institutionen, Selbsthilfegruppen in der Region 10, die sich an dieser Plakataktion beteiligen möchten, sind herzlich willkommen.

Bei Fragen stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

Martin Guth

Gebietskoodinator Region Ingolstadt
Krisendienst Psychiatrie Oberbayern gGmbH
Telefon: 0841 / 309 900
E-Mail: martin.guth@caritas-Ingolstadt.de

Helga Friehe

Projektleitung Gesundheitsnetzwerk Leben
Audi BKK
Mobil: 0151 12659253
E-Mail: helga.friehe@audibkk.de

Die neuen Angebote des Krisendienst Psychiatrie Oberbayern:

Seit 01.02.2021 stehen Nachtteams zur Verfügung:

- in der Region 10 (Stadt Ingolstadt mit den Landkreisen Eichstätt, Neuburg-Schrobenhausen und Pfaffenhofen)
- in den Städten und Landkreisen München und Rosenheim

Seit 01.03.2021 kostenfreie (bayernweite) Telefonnummer 0800 / 655 3000.

Ebenfalls seit 01.03.2021 ist der Krisendienst in Oberbayern Bestandteil des Netzwerks KRISENDIENSTE BAYERN.

GO IN Bereitschaftspraxen



GO IN Bereitschaftspraxis Ingolstadt
GO IN Kinderbereitschaftspraxis
GO IN Bereitschaftspraxis Neuburg
Sankt Elisabeth KJF Klinik



In Corona Zeiten ändert sich einiges, deshalb bitten wir Sie sich, für aktuelle Informationen zu unseren Bereitschaftspraxen auf der Webseite unter: www.goin.info zu informieren.

Außerhalb und neben den Öffnungszeiten der Bereitschaftspraxis wird die medizinische Versorgung durch den ärztlichen Bereitschafts- bzw. Notdienst ergänzt, der von der KVB organisiert und eingeteilt wird; er ist unter der kostenlosen, deutschlandweiten Telefonnummer **116 117** erreichbar.

Gemeinsam für ein gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau in unserer Region

Arbeitgeber

Kostenträger

Audi BKK

Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd

Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz

Deutsche Rentenversicherung Bund

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg

bezirk oberbayern

Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Ingolstadt

ZBFS
Zentrum Bayern Familie und Soziales
Region Oberbayern
Inklusionsamt

Universitäten

KATHOLISCHE UNIVERSITÄT
EICHSTÄTT-INGOLSTADT

Kirche

BISTUM EICHSTÄTT
Arbeitnehmerpastoral

Ihr Gesundheitsnetzwerk Leben

Gewerkschaften

ver.di

DGB

Gesundheitsnetzwerk
Leben

Leistungsanbieter

psingolstadt.de

Deutsche Psychotherapeutenvereinigung

PASSAUER WOLF
Medizin fürs Leben

INTEGRA
SOZIALE DIENSTE
GEMEINNÜTZIGE GMBH

REHAfit

Gesundheitsorganisation
GOIN
Region Ingolstadt e.V.

SCANACS

Handshake

Sonnen

btw
GESUNDHEIT & PFLEGE
KOMPETENZZENTRUM

caritas

OSPE
Oberbayerische Selbsthilfe
Psychiatrische Kliniken e.V.

KREBSVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.

Danuvius Klinik GmbH
Fachkliniken für Psychische Gesundheit und Pflegeeinrichtungen

Freiraum Institut

WZ WundZentrum
Ingolstadt

Sankt Elisabeth
KJF Klinik

SPGI
Steuerungsverband Psychische
Gesundheit Ingolstadt

RECHT & PARTNER
Unternehmens- und Personalberater
Experten für juristische Gesundheit
und agile Führung

EASAC
European Association for Supervision and Coaching

prop
die wagnerstr.

SKF

Klinik Höhenried

rehabewegte.e.v.
gesundheit und rehasport

MDK BAYERN

KLINIKUM
INGOLSTADT

PROFESSIONFIT

BTA

SPÖRER
Gesund. Aktiv. Sympathisch.

EUTB
Eigenständig unabhängige
Teilabteilung
EUTB Angebot Oberbayern Nord
Gefördert durch:
Bundesministerium
für Arbeit und Soziales
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

talking
eyes&more

AidA
Anlaufstelle-Zentrum in der Altmühl

LebensBlicke
Sitzung Frühförderung Caritas

ifd
integrations
fach
dienst
München-Freising

Penther & Partner
Fach für Arbeitsmarktspezifische
Beratung

burnout
Fachberatung
Seminare und Vorträge
für die Gesundheit Ihres Unternehmens

BAYERISCHE
KREBSGESELLSCHAFT
Zuhören. Begleiten. Helfen.

FC Ingolstadt
Schäfer

Medizinisches Zentrum
für Gesundheit und Leistungssteigerung
M&L-Verfahren

frohader
fit coaching

KRISEN
DIENST
Psychiatrische

EUTB
Eigenständig unabhängige
Teilabteilung
EUTB in Gebärdensprache
Gefördert durch:
Bundesministerium
für Arbeit und Soziales
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Wir arbeiten gemeinsam mit den beteiligten Arbeitgebern daran:

- ▶ einen Hilfebedarf zeitnahe zu erkennen
- ▶ Qualifizierungsmaßnahmen zur Verfügung zu stellen
- ▶ gezielte Präventions-, Rehabilitations-, Nachsorgemaßnahmen anzubieten, die sowohl auf die persönlichen Bedürfnisse und die Anforderungen am Arbeitsplatz abgestimmt sind
- ▶ gute Arbeitsbedingungen
- ▶ eine Über-, Unter-Fehlversorgung zu vermeiden

- ▶ Unterstützung bei der Wiedereingliederung am Arbeitsplatz
- ▶ die richtige Versorgung zum richtigen Zeitpunkt zur Verfügung zu stellen und eine lückenlose Versorgungskette bereitzuhalten ohne lange Wartezeiten
- ▶ die vorgegebenen Leitlinien in der Versorgung umzusetzen und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse einzubeziehen

*Wir wünschen uns, dass Sie gesund bleiben.
Sollten Sie erkrankt sein, möchten wir Ihnen helfen schnell wieder gesund zu werden!*

Audi erhält Antistigma-Preis für „Jeder hat Psyche! Warum nicht darüber reden?“

Die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e.V. (DGPPN) zeichnet jedes Jahr innovative und herausragende Arbeiten und Projekte aus, die einen neuen Zugang zu psychischen Erkrankungen, ein neues Verständnis von Diagnostik und Therapie sowie mehr Wissen über ihre Ursache, Entstehung und Verbreitung vermitteln. Einen Schwerpunkt bildet dabei das Thema Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen. Der Antistigma-Preis fördert Arbeiten und Initiativen, die sich verdient gemacht haben. Bunt, frech, teils polarisierend: So kommen die Plakate der Audi-Kampagne „Jeder hat Psyche. Warum nicht darüber reden?“ daher. Sie fielen auf – nicht nur bei den Vier Ringen. Die AUDI AG wurde Ende 2020 mit dem Anerkennungspreis des renommierten DGPPN-Antistigma-Preises ausgezeichnet – als „Anerkennung für das nachhaltige Engagement zur Entstigmatisierung psychisch erkrankter Menschen“. Die Auszeichnung ist nicht mit einem Preisgeld dotiert. Grund genug für uns zu gratulieren und mit den Beteiligten zu sprechen.

GO im Gespräch mit Frau Dr. Ute Heinrich, Leiterin des Gesundheitszentrums Ingolstadt-Nord und Projektleiterin der Audi Kampagne, Sarina Hannak, Fachreferentin Gesundheitsmanagement bei der Audi BKK, Prof. Dr. Andreas Schulz, Zentrum für Psychische Gesundheit, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie II und Psychosomatik am Klinikum Ingolstadt und Anke Manthey, Susanne Wille und Stefanie Geiser aus dem Projektteam bei Audi.

GO: Herzlichen Glückwunsch zu dieser Auszeichnung für das Präventionsprojekt. Was war Ihnen bei der Gestaltung des Projektes besonders wichtig? Welches Ziel wollten Sie erreichen?

FRAU DR. HEINRICH: Vielen Dank. Wir bei Audi haben uns in der Tat sehr gefreut über die Auszeichnung, denn das Thema psychische Gesundheit ist so wichtig – gerade in diesen Zeiten.

Das Ziel der Entstigmatisierungskampagne „Jeder hat Psyche. Warum nicht darüber reden?“ war in erster Linie, dass wir die „Psyche“ aus der Tabuzone holen und Betroffenen früh geholfen werden kann. Wir wollten damit erreichen, dass ohne Scham und Vorbehalt über dieses Thema neugierig und wertfrei gesprochen wird.



pandemiebedingt nur ein Teil des Projektteams auf dem Foto, hier von links nach rechts: Anke Manthey (Audi), Sarina Hannak (Audi BKK), Susanne Wille (Audi), Dr. Ute Heinrich (Audi), Rosa Martin-Agar (Audi), Nora Hinz (Audi), Stefanie Geiser (Audi) und Prof. Dr. Andreas Schulz (Zentrum für psychische Gesundheit Klinikum Ingolstadt).
Fotos: AUDI AG

Letztendlich waren unsere klaren Botschaften, die uns während der Kampagne begleitet haben, folgende:

- Wir sprechen offen über psychische Gesundheit genauso wie über physische Gesundheit.
- Wir nehmen psychische Erkrankungen ernst.
- Psychische Erkrankungen sind behandelbar.
- Wir unterstützen bei der Selbstwahrnehmung, Selbstfürsorge und Eigenverantwortung.
- Wir stellen uns den Herausforderungen, die ein sich wandelndes Arbeitsumfeld für die Menschen mit sich bringt.

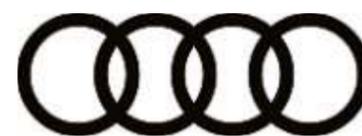
Highlights bei der Umsetzung

GO: Was waren für Sie die größten Highlights bei der Umsetzung?

FRAU DR. HEINRICH: Das große Interesse an dem Thema „psychische Gesundheit“ unabhängig von irgendwelchen Hierarchieebenen und der breite positive Zuspruch von den Audianer*innen, das war schon sehr besonders. Und wenn dann ein Mitarbeitender vor einem sitzt, der über zwei Jahre schon psychisch krank ist und keiner davon weiß und keiner helfen konnte und der nur aufgrund der Kampagne sich getraut hat zu kommen... Das ist schon sehr bewegend – unabhängig von der wirklich großen breiten Aufmerksamkeit sind es diese Momente, die uns klagemacht haben, es ist wertvoll und sinnvoll, was wir hier gemeinsam tun für die Menschen.

FRAU MANTHEY: Ich war besonders von der abteilungs- und hierarchieübergreifenden Zusammenarbeit und der Beteiligung der vielen Kolleg*innen begeistert. Die Zusammenarbeit geht sogar über Audi hinaus: Das war in der Talkrunde mit dem Krisendienst Psychiatrie Oberbayern, der oberbayerischen Selbsthilfe Psychiatrieerfahrener und der Angehörigen-Selbsthilfe Ingolstadt zu erleben. Zu Beginn der Pandemie haben wir innerhalb weniger Tage eine Intranet-Seite erstellt: „Audianer @Home“ mit vielen Unterstützungsangeboten für Lockdown und Quarantäne – denn „Jeder hat Psyche! Auch in Corona-Zeiten.“

FRAU WILLE: Für mich war es bewegend zu erleben, wie unsere Kommunikationskampagne „ins Fliegen“ kam, also, dass wir die Menschen mit unseren Botschaften wirklich erreichen. Ungefähr zwei Monate nach dem Start von „Jeder hat Psyche. Warum nicht darüber reden?“ waren wir mit Infoständen im Audi-Werk unterwegs und konnten die Audianer*innen direkt ansprechen. Die Allermeisten kannten die Kampagne bereits! Sie wurde wahrgenommen, und – fast noch wichtiger – sie wurde mit den richtigen Botschaften wahrgenommen! Negative Reaktionen gab es keine, dafür viele dankbare und aufmunternde Kommentare wie „super Sache!“, „dank eurer Aktionen habe ich ganz schön aufgeräumt mit meinen Vorurteilen“, „endlich passiert bei Audi etwas bei diesem wichtigen Thema“. Mir wurde klar, dass wir etwas Positives bewirken.



FRAU GEISER: Mein größtes Highlight waren die persönlichen Geschichten und Begegnungen mit den Menschen, die auf Grund der Kampagne den Kontakt zu uns, dem Audi Gesundheitsmanagement, suchten. Ich habe dadurch sehr viel Dankbarkeit erlebt, dass nun endlich auch über das Thema gesprochen wird. Viele Kolleg*innen haben ihre Geschichten in unterschiedlichen Formaten sogar öffentlich erzählt, um Betroffenen Mut zu machen und ihnen das Gefühl zu geben: „Ihr seid nicht allein – es gibt viele Menschen, die euch helfen können.“

GO: Gab es Erkenntnisse, bei denen ein sofortiger Handlungsbedarf erforderlich wurde?

FRAU DR. HEINRICH: Wir konnten feststellen, dass es sowohl für die Betroffenen als auch für Kolleg*innen, Führungskräfte und auch für Angehörige eine Riesenhürde ist, die vorhandene Problematik anzusprechen. Das liegt zum größten Teil daran, dass das Thema noch sehr schambefahret ist und auch Ängste bestehen, etwas Falsches zu sagen, wenn bedenkenswerte Veränderungen beim Gegenüber angesprochen werden. Deshalb haben wir sehr schnell Handlungshilfen für jede Zielgruppe entworfen. In diesen findet sich sowohl ein Gesprächsleitfaden, als auch mögliche krankheitsbedingte Verhaltensweisen und Auffälligkeiten. Des Weiteren finden sich in der Handlungshilfe auch Unterstützungsmöglichkeiten, damit den Betroffenen schnell geholfen werden kann.

Netzwerkarbeit für schnelle Hilfe

GO: Was hat sich seitdem bei Audi verändert? Wie erleben Sie die Veränderung?

FRAU DR. HEINRICH: Die Bereitschaft, über diese so wichtigen Themen zu sprechen, und die Offenheit sind größer geworden. Die Anfragen und bei allen Partnern im betrieblichen Gesundheitsmanagement, vor allem im Gesundheitsschutz mittels Vorstellungen in den Sprechstunden und in der Ambulanz sind deutlich gestiegen. Und auch die Unterstützungsmöglichkeiten haben wir nochmal erhöht, auch die Kooperation mit den regionalen Expert*innen zum Thema psychische Gesundheit konnte weiter ausgebaut werden und ist wirklich sehr hilfreich. Der Fokus auf das Thema seitens der Audi Unternehmensführung und von den Führungskräften ist ebenfalls deutlich stärker geworden. Wir arbeiten in diese Richtung gemeinsam weiter.

FRAU MANTHEY: Die Menschen melden sich jetzt deutlich früher mit ihren Sorgen und Problemen bei uns. Häufig höre ich zu Beginn eines Gesprächs „Ich hätte nie gedacht, dass es mir passiert und Psyche ein Thema ist...“ Hier ist zum einen unsere Sensibilisierung mit der Kampagne gelungen und für manch einen ist der Unterstützungsbedarf erst in der Pandemie zu Tage getreten. Für unsere Beratungsarbeit ist es sehr wichtig, dass wir die Kolleg*innen bei Bedarf kurzfristig in fachärztliche bzw. therapeutische Behandlung weiterleiten können. Dank des Gesundheitsnetzwerks Leben gibt es auch eine enge Verknüpfung mit den regionalen Beratungs- und Unterstützungsangeboten.

FRAU WILLE: Da ich im Bereich der Kommunikation und nicht beim Gesundheitsschutz arbeite, bekomme ich keine direkte Rückmeldung von Betroffenen. Doch ich stelle fest, dass die Nachfrage nach Veranstaltungen, Vorträgen etc. rund um das Thema Psyche definitiv höher ist als vor der Kampagne. Das Interesse ist größer geworden – das lässt sich auch an den gestiegenen Klickzahlen auf die entsprechenden Seiten im Intranet erkennen.

FRAU GEISER: Ich habe festgestellt, dass die Mitarbeiter*innen deutlich früher bereit sind, sich Hilfe zu suchen. Beispielsweise werden Schlaf- und Konzentrationsstörungen nicht über Monate akzeptiert oder gar ignoriert, sondern frühzeitig Beratungsangebote angenommen. Das war auch ein wichtiger Punkt unserer Kampagne, dass die Bereitschaft wächst, sich frühzeitig Hilfe zu holen. Im Schnitt warten die Betroffenen 20 Wochen auf einen Psychotherapieplatz. Das ist eine Katastrophe, vor allem wenn die Erkrankung schon sehr fortgeschritten ist.

GO: Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit den digitalen Angeboten gemacht? Gibt es Vorteile? Gibt es auch Nachteile?

FRAU DR. HEINRICH: Die Pandemie hat uns mitten in der Kampagne erwischt und wir waren erst einmal sehr frustriert, da wir noch sehr viele tolle Veranstaltungen für die Audianer*innen geplant hatten. Glücklicherweise haben wir im Team sehr schnell reagiert und zeitnah die digitalen Medien genutzt. Wir sahen den großen Nachteil darin, dass die Begegnung und das anschließende Netzwerken mit den Kolleg*innen entfällt. Auch die Energie und die Botschaften, die auf nonverbaler Ebene erfolgen, die Resonanz, die entsteht – all das empfanden wir als großen Nachteil. Viele Formate wurden auch sehr interaktiv geplant, wie beispielsweise unsere Abschlussveranstaltung am 14. Juli 2020.

Das alles konnten wir uns digital im ersten Schritt überhaupt nicht vorstellen. Dennoch haben wir im Laufe der Zeit auch viele Vorteile des Digitalen festgestellt. Zum einen konnten wir die Veranstaltungen standortunabhängig anbieten. Des Weiteren bietet die digitale Form mehr Anonymität, was gerade bei den oft sensiblen Themen schon auch dazu führt, dass sich die Teilnehmer*innen „sicherer“ fühlen. Wir konnten auch feststellen, dass die Zahl der Teilnehmenden bei digitalen Veranstaltungen höher ausgefallen ist. Wir werden auch nach der Pandemie weiterhin digitale Angebote anbieten und freuen uns dennoch auch wieder auf den persönlichen Austausch in Präsenzformaten.

Angebote im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements in der Arbeitszeit

GO: Können die digitalen Angebote bei Audi von den Audianer*innen während der Arbeitszeit und auch im mobilen Arbeiten genutzt werden?

FRAU DR. HEINRICH: Alle Angebote, die wir im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements entwickeln, können die Audianer*innen nach Absprache mit ihrer Führungskraft innerhalb ihrer Arbeitszeit nutzen.

GO: Ist eine wissenschaftliche Evaluation des Projektes vorgesehen?

FRAU DR. HEINRICH: Die Veranstaltungen im Rahmen des Projektes wurden bereits evaluiert.

Zusätzlich gibt es bereits Überlegungen dazu, das Projekt über eine wissenschaftliche Abschlussarbeit evaluieren zu lassen.

GO: Wie wird es mit dem Projekt in 2021 weitergehen? Gibt es schon Ziele, die Sie noch erreichen möchten?

FRAU DR. HEINRICH: Die psychische Gesundheit der Belegschaft liegt uns allen bei Audi sehr am Herzen. Deshalb sind wir sehr dankbar, dass wir das Thema auch 2021 mit höchster Priorität weiterverfolgen werden. Mit unserer Kampagne haben wir das erste Tabu gebrochen, da werden wir jetzt mit allen Kräften dranbleiben und weiterhin dafür sorgen, dass wir über psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen offen und wertschätzend reden und Hilfe anbieten können in Prävention und Intervention. Im nächsten Schritt wollen wir vor allem das Thema in den Unternehmensstrukturen nachhaltig verankern.

Wir werden uns 2021 unter anderem mit der Frage beschäftigen, welche Präventionsmaßnahmen hinsichtlich der psychischen Gesundheit es im Unternehmen braucht, damit wir gemeinsam eine gesunde Führungs- und Teamkultur gestalten können.

Audi BKK

GO: Die Audi BKK hat bei der Entwicklung mitgewirkt. Warum ist der Audi BKK dieses Projekt wichtig?

FRAU HANNAK: Das Thema Psychische Gesundheit beschäftigt unsere Gesellschaft zunehmend. Die Zahlen des aktuellen Gesundheitsreport des BKK Dachverbandes sprechen für sich: Psychische Störungen verursachten allein 2019 16,8% der Arbeitsunfähigkeitstage – somit folgen diese Krankheitsbilder den Muskel-Skelett-Erkrankungen auf Platz zwei der häufigsten Diagnosen die zu Arbeitsunfähigkeitstagen führen. Das sind die Daten und Fakten, jedoch stecken hinter diesen Zahlen Menschen, die mit psychischen Krankheiten kämpfen und dringend Unterstützung benötigen. Das gefährliche an psychischen Erkrankungen ist, dass sie nicht auf den ersten Blick erkennbar sind. Während eine Person mit gebrochenem Bein entsprechend schnell von Experten und dem Umfeld behandelt wird, wird dem Thema Psyche leider immer noch eher restriktiv begegnet. Doch auch bei der Psychischen Gesundheit gilt, dass durch gesundheitsfördernde und präventive Angebote viel Leid verhindert, der Gesundheitszustand verbessert oder Folgebeschwerden abgemildert werden können. Dafür ist insbesondere eine frühe Diagnose und Behandlung elementar. Daher ist es dringend erforderlich, dass das Thema enttabuisiert wird. Das Projekt „Jeder hat Psyche“ leistet einen wichtigen Beitrag zur immer noch notwendigen Aufklärung bei diesem Thema.

GO: Was konnte die Audi BKK in das Projekt einbringen?

FRAU HANNAK: Die Audi BKK setzt sich für das wichtige Thema Betriebliche Gesundheitsförderung ein. Denn Arbeits- und Lebenswelt sind in Bezug auf die eigene Gesundheit nicht mehr trennbar. Gesundheit verstehen wir daher ganzheitlich, sodass wir neben den Handlungsfeldern Ernährung und Bewegung auch zum Thema Stress- und Ressourcenmanagement sowie im Bereich Suchtmittelkonsum unterstützen können. Als Gesundheitspartner der AUDI AG stand es für uns außer Frage dieses wichtige Projekt zu begleiten. Durch die Mitarbeit in den einzelnen Arbeitsgruppen des Projektes konnten wir unser Fachwissen einbringen. Besonders schön war die gewinnbringende Zusammenarbeit mit dem hochmotivierten Projektteam, die kreativen Ideen und der rege Austausch, wie die Audianer*innen noch besser erreicht werden können.

So konnte trotz der Corona-Pandemie das Projekt umgesetzt und flexibel auf die aktuellen Herausforderungen reagiert werden. Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit, denn wie Frau Dr. Heinrich bereits erwähnt hat, wird es mit dem wichtigen Thema weitergehen.

Klinikum Ingolstadt

GO: Mehr als 70 Partner arbeiten im Gesundheitsnetzwerk Leben regional und überregional Hand in Hand, um für ein gesundes Berufsleben zu sorgen und Bürokratie abzubauen. Können Sie dieses Projekt auch kleinen und mittelständischen Arbeitgebern empfehlen?

HERR PROF. DR. SCHULD: Das Thema seelische Gesundheit und deren Konsequenzen auf die Arbeitsfähigkeit und dem Ausscheiden aus dem Berufsleben spielt eine zentrale Rolle in allen Branchen, sowohl in der Dienstleistung als auch in der produzierenden Industrie. Insofern sollten alle Konzepte im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements auch Themen der psychischen Gesundheit in den Fokus nehmen. Dies ist auch gerade deswegen von besonderer Bedeutung, da seelische Erkrankungen wie vielfach erwähnt noch immer einer Stigmatisierung ausgesetzt sind. Den Betroffenen sollte in großen wie in kleinen Unternehmen deutlich gemacht werden, dass psychische Belastungen und sich daraus ergebende Symptome und Erkrankungen offen kommuniziert werden können – allerdings wird man damit nur dann Erfolg haben, wenn die Unternehmensleitung und die Führungskräfte sich offen und informiert zeigen und die Stigmatisierungsbefürchtungen der Mitarbeiter*innen eben nicht bestätigt werden.

Insofern ist das „Jeder hat Psyche“-Projekt der AUDI AG ein sehr gutes Beispiel, bei dem dieses wichtige Anliegen durch eine breite und positive Kommunikation des Themas unter Einbezug aller Hierarchieebenen, des Gesundheitsmanagements inklusive des Betriebsrates und vieler externer Fachleute gelungen ist. Das kann auch in kleineren Unternehmen gelingen, allerdings würde ich erwarten, dass hier die Positionierung der jeweiligen Unternehmensleitung eine noch wichtigere Rolle spielt.

GO: Sollten wir dazu eine Informationsveranstaltung für regionale und überregionale Arbeitgeber anbieten, sofern Veranstaltungen wieder möglich?

HERR PROF. DR. SCHULD: Ich kann mir sehr gut vorstellen, dass auch kleine und mittelständische Unternehmen, für die die Gewinnung und vor allem die Bindung qualifizierter Mitarbeiter*innen von herausragender Bedeutung ist, ein großes Interesse an einer solchen Veranstaltung haben werden. Hier können nicht nur positive Erfahrungen berichtet werden, es könnte auch sinnvoll sein, gerade die kleineren

Unternehmen mit Materialien und Konzepten zu unterstützen, mit denen entsprechende Kampagnen durchgeführt werden können.

GO: Haben Sie noch weitere Anregungen und Hinweise für die seelische Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger in der Region 10?

HERR PROF. DR. SCHULD: Für meine Arbeit in der stationären wie der ambulanten Versorgung von Patienten mit seelischen Erkrankungen und bei meinem Engagement in der gemeindepsychiatrischen Arbeit auch mit Betroffenen und ihren Angehörigen ist das Thema der Stigmatisierung von psychisch Kranken im beruflichen wie privaten Umfeld immer wieder von großer Bedeutung. Es gibt viele Projekte der Selbsthilfe und der verschiedenen Träger von Therapieangeboten, die hier zur besseren Aufklärung der Gesellschaft beitragen wollen. Ich bin mir sicher, dass vermehrte Aktivitäten von Arbeitgebern oder Schulen hier auch mithelfen würden, das Wissen um die guten Behandlungsmöglichkeiten zu verbreiten und die Betroffenen ermutigen, sich Hilfe zu suchen.

Mindestens ebenso wichtig ist es aber, dass auch der Gedanke der Prävention, der ja beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement traditionell eine herausragende Rolle spielt, auch in der Gesellschaft und Medizin weiterverbreitet wird: Strategien der Selbstfürsorge oder Achtsamkeit, die die Menschen im Arbeitsleben kennenlernen und die sie dort vor der Entwicklung psychischer Störungen schützen sollen, haben selbstverständlich auch im persönlichen und privaten Umfeld einen wichtigen Stellenwert in der Prävention psychischer Störungen.

GO: Frau Dr. Heinrich würden Sie und das Projektteam bei einer Informationsveranstaltung in der Region 10 die gesammelten Erfahrungen weitergeben.

FRAU DR. HEINRICH: Selbstverständlich! Warum nicht?

GO: Wir danken Ihnen für dieses Interview und Ihr unermüdetes Engagement für die Gesundheit der Belegschaft und die berufstätigen Menschen in der Region. Wir freuen uns auf die gemeinsame Weiterentwicklung zum Wohle der Menschen an den Audi-Standorten. Gern kommen wir wieder und berichten über die weitere Entwicklung.

TIPP

Benötigen Sie Hilfe und Unterstützung? Schauen Sie einfach in das Informationsblatt aus dem Gesundheitsnetzwerk Leben „Zusammen stark“: www.goin.info/patienteninfo/ Gern können Sie den Link oder das Informationsblatt auch weitergeben.

Jahresrückblick Anfang 2020

Kulturabend bei Audi: Varieté-Künstler Martin von Barabü zu Veränderung



„Ver-rückt – mit Veränderungen gut leben“ – unter diesem Motto hat das Audi-Gesundheitswesen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Vier Ringe zum Kulturabend mit Varieté-Künstler Martin von Barabü eingeladen. Auf den Bildern Projektleiterin Dr. Ute Heinrich, Martin von Barabü und Prof. Dr. Andreas Schuld. Fotos: AUDI AG

Veränderungen sind für viele mühsam, jeder wünscht sich Sicherheit und Orientierung – gerade in Zeiten großer Umbrüche. Das Audi-Gesundheitswesen hat das Thema Veränderung deshalb am Dienstagabend, 18. Februar 2020, mal anders aufgegriffen und Audi-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter zum Kulturabend „Ver-rückt – mit Veränderungen gut leben“ eingeladen.

Varieté-Künstler Martin von Barabü zeigte im Auditorium des Bildungswesens auf humorvolle, lockere Art, wie das Lebenspuzzle mit oft wechselnden Motiven gleichzeitig in einem verlässlichen, stabilen Rahmen stattfinden kann.

Der Kulturabend war Teil der Audi-Kampagne „Jeder hat Psyche. Warum nicht darüber reden?“. Sie gibt es seit dem letztjährigen internationalen Tag der seelischen Gesundheit (10. Oktober 2019). Die Kampagne soll einen selbstverständlicheren Umgang mit dem Thema psychische Gesundheit fördern.

Dazu sind in den nächsten Monaten weitere Formate für die Audianerinnen und Audianer geplant.

Im Gespräch schaute Martin von Barabü mit den folgenden Experten aus unterschiedlichen Perspektiven auf das Thema „Veränderungen“.

Ihre Statements

• UTE HEINRICH
Audi Gesundheitswesen, Projektleiterin „Jeder hat Psyche. Warum nicht darüber reden?“:
„Mit der Kampagne hat sich viel verändert – die Menschen trauen sich über ihre Psyche zu sprechen.“

• ANDREAS SCHULD
Chefarzt Zentrum für psychische Gesundheit, Klinikum Ingolstadt:

„Die Welt dreht sich immer schneller – wie finde ich meine Balance?“

• PETER MOSCH
Vorsitzender Gesamtbetriebsrat der AUDI AG und Schirmherr der Kampagne „Jeder hat Psyche“:
„Viele Beschäftigte sind verunsichert wegen der bevorstehenden Veränderungen im Arbeitsleben.“

• ANDREAS ZELZER
Personalleiter Audi Ingolstadt:
„Schätzt das Vergangene – begrüßt das Neue.“

• ANDREAS HALLER
Leiter Audi-Gesundheitswesen:
„Da immer mehr Menschen weniger körperlich und mehr mental arbeiten, werden die Fragen der psychischen Gesundheit in der Arbeitsmedizin immer wichtiger.“

ANZEIGE



für alle Kassen!

PAIN2020: Raus aus dem Schmerz, zurück ins Leben

Patientenorientiert. Abgestuft. Interdisziplinär. Netzwerk: Im Interdisziplinären Schmerzzentrum der KJF Klinik Sankt Elisabeth bietet Dr. Sonja Lisch für die Region ein besonderes Konzept der Schmerzabklärung.

Ärztlichen Leiterin Dr. Sonja Lisch als PAIN2020-Zentrum ausgewiesener Kooperationspartner.

Je früher man etwas Wirksames gegen gravierende Schmerzen unternimmt, desto geringer ist die Chance, dass sie chronisch werden – also auch nach der Heilung der ursprünglichen körperlichen Beeinträchtigung andauern und sich damit zu einer eigenen Erkrankung entwickeln. In der Region 10 ist das Interdisziplinäre Schmerzzentrum an der KJF Klinik Sankt Elisabeth mit der

„Die Aktion PAIN2020 läuft bei uns bereits seit einem Jahr“, erläutert Dr. Sonja Lisch. „Die Erfahrung zeigt, dass die meisten Patienten von diesem Check-up auf höchstem medizinischen Niveau profitiert haben. Deshalb sind alle Schmerzgeplagten in unserer Region und die niedergelassenen Ärzte dazu eingeladen, diese umfassende und fundierte Sicht auf den Patienten und seine ganz persönliche Schmerzsituation zu einem frühestmöglichen Zeitpunkt im Schmerzgeschehen in Anspruch zu nehmen.“

www.sankt-elisabeth-klinik.de

KJF Mut zum Leben

Sankt Elisabeth KJF Klinik

Medizinische Rehabilitationsmaßnahme nach Corona-Erkrankung



Individualisierte Therapie folgt qualifizierter Diagnostik.



Medizinisches Zentrum
für Gesundheit Bad Lippspringe GmbH
MZG-Westfalen



Dr. Ralf-Dieter Schipmann

Durch den Krankheitserreger SARS-CoV-2 wird COVID-19 (Corona) eine Atemwegserkrankung ausgelöst. Inzwischen steht fest, dass es sich nicht um eine reine Lungenkrankheit, sondern eine multisystemische Erkrankung handelt. Das heißt, das Virus kann praktisch jede Zelle des Körpers befallen. Somit leiden neben der Lunge auch andere Organe wie Herz, Nieren, Leber, Gehirn. In schweren Fällen müssen die Betroffenen beatmet und lange Zeit im Krankenhaus medizinisch versorgt werden. Doch auch bei zunächst milden Verläufen können erhebliche Corona-Spätfolgen auftreten. „Post-Covid-Syndrom“ oder „Long-Covid-Syndrom“ nennen Mediziner*innen diese neuen Krankheitsbilder. Eine Rehabilitation im Anschluss an den Krankenhausaufenthalt (Anschlussheilbehandlung) oder zu einem späteren Zeitpunkt als medizinische Rehabilitationsmaßnahme, sind wichtige Maßnahmen, um wieder gesund zu werden.

GO im Gespräch mit Herrn Dr. Ralf-Dieter Schipmann, Chefarzt der Klinik für

Pneumologie und Kardiologie der Klinik Martinusquelle in Bad Lippspringe.

GO: Vielen Dank Herr Dr. Schipmann, dass Sie sich die Zeit für dieses Interview nehmen und wir mehr über den Gesundheitszustand und die Rehabilitation von am „Post-Covid-Syndrom“ oder „Long-Covid-Syndrom“ erkrankten Patient*innen erfahren dürfen. Zuerst einmal herzlichen Glückwunsch zur Auszeichnung „TOP Rehaklinik 2021 Lunge“ vom Focus-Gesundheit, Deutschlands größten Reha-Klinik-Vergleich. Welche Krankheitssymptome verbergen sich hinter den neuen Diagnosen „Post-Covid-Syndrom“ oder „Long-Covid-Syndrom“?

HERR DR. SCHIPMANN: Zunächst herzlichen Dank für den Glückwunsch, wir freuen uns auch, dass wir diese Auszeichnung von Focus-Gesundheit inzwischen zum 3. Mal in Folge erhalten haben. Die Symptome sind insbesondere bei den Patienten mit etwas milderem Akutverlauf direkt nach der Erkrankung noch gering ausgeprägt, nach 1 bis 3 Monaten dann aber oft zahlreicher und betreffen ebenso viel Organsysteme. Im Vordergrund steht eine noch unzureichende Belastbarkeit für die Aktivitäten des täglichen Lebens, die sich insbesondere in Form von Belastungsluftnot, allgemeiner Abgeschlagenheit und Müdigkeit sowie nicht selten auffälliger Leistungsminderung zeigt. Dazu kommen teils neurologische Symptome wie Konzentrations- und Wortfindungsstörungen, Sensibilitätsstörungen und Koordinationsprobleme, aber auch psychosomatische Probleme in Form von Ängsten, depressiver Entwicklung oder Hilflosigkeit. Letztlich kann es auch zu Muskel- und Gelenkschmerzen und Haarausfall kommen.

GO: Wie viele Patienten, die an diesen Diagnosen erkrankt sind, haben Sie bisher behandelt?

HERR DR. SCHIPMANN: Wir haben inzwischen schon 400 Post-Covid-Patienten stationär rehabilitiert und aktuell werden es jede Woche deutlich mehr.

GO: Kommen die Patienten rechtzeitig zu Ihnen?

HERR DR. SCHIPMANN: Da wir eine große pneumologische Reha-Klinik sind, die sich ohnehin auf eher schwerer kranke Lungenpatienten spezialisiert hat, werden die Patienten mit schwerem Krankheitsverlauf im Sinne einer Anschlussheilbehandlung oft sehr zeitnah nach dem langen Intensivaufenthalt angemeldet. Einige der anfangs weniger stark erkrankten Patienten haben aber teilweise eine kleine Odyssee mit verschiedenen Arztkontakten hinter sich. Hier spricht sich inzwischen langsam herum, dass der rehabilitative Ansatz in einer spezialisierten Klinik durchaus hilfreich ist.

GO: In welchem gesundheitlichen Zustand befinden sich die Patienten?

HERR DR. SCHIPMANN: Wir sehen von Patienten, die noch deutliche körperliche Defizite haben und manchmal nur 50 Meter ohne Hilfe gehen können, bis hin zu äußerlich schon wieder völlig gesund wirkenden Patienten eigentlich das gesamte Spektrum.

GO: Stehen die Patienten noch im Berufsleben? Wie lange waren die Betroffenen in der Regel vor der Aufnahme schon arbeitsunfähig?

60% der Post-Covid-Patienten stehen im Berufsleben

HERR DR. SCHIPMANN: In unserer Klinik zeigt eine erste Auswertung, dass ca. 60% unserer Post-Covid-Patienten noch im Berufsleben stehen. Insgesamt sehen wir bei den vielen schweren Verläufen in unserer Klinik recht lange Zeiten der Arbeitsunfähigkeit (AU) von bis zu 2 bis 3 Monaten vor Reha-Antritt. Bei den leichter erkrankten Patienten, die ein Post-Covid-Syndrom entwickeln, sehen wir teils schon eine monatelange AU vor der Reha, teils auch eine erneute AU nach primärem Arbeitsversuch.

GO: Mussten Sie für die Behandlung dieser Patienten neue Behandlungskonzepte entwickeln?



Klinik Martinusquelle in Bad Lippspringe

Fotos: Besim Mazhigi

HERR DR. SCHIPMANN: Ja, natürlich mussten wir unsere Konzepte dieser facettenreichen, neuen Erkrankung anpassen, wobei wir bis heute immer noch dazulernen. Im Mai 2020 haben wir eine Empfehlung zur pneumologischen Rehabilitation bei Covid-19 der deutschen Gesellschaft für Pneumologie veröffentlicht, an der ich auch mitwirken durfte. Im Dezember 2020 ist auch eine interdisziplinäre AWMF-Leitlinie zur (Früh-)Rehabilitation von Covid-19-Patienten dazugekommen, die auch die weiteren möglichen Schwerpunkte Kardiologie, Neurologie und Psychosomatik mit berücksichtigt.

GO: Gibt es unterschiedliche Behandlungskonzepte für das „Post-Covid-Syndrom“ oder das „Long-Covid-Syndrom“?

HERR DR. SCHIPMANN: Nein, denn diese beiden Bezeichnungen werden als Synonym verwendet.

GO: Können Sie uns einen Einblick in die Behandlungskonzepte geben?

HERR DR. SCHIPMANN: Auch bei dieser Erkrankung stehen die drei großen Therapieansätze der pneumologischen Rehabilitation, körperliches Training (Kraft-, Ausdauer- und Atemmuskeltraining), Physiotherapie (unter besonderer Berücksichtigung von spezieller Atemtherapie) und Ergotherapie (Training der Aktivitäten des täglichen Lebens, Gedächtnistraining und Hilfsmittelversorgung) im Vordergrund. Zusätzlich bieten wir psychologische Unterstützung an, ebenso wie allgemeine Gesundheitsinformationen und Schulung sowie Ernährungs- und Sozialberatung.

30% der Patienten könnten berufsfähig aus der Reha-Einrichtung entlassen werden

GO: Können die Berufstätigen nach der Anschlussheilbehandlung oder der medizinischen Reha-Maßnahme Ihre Arbeit wiederaufnehmen? Werden die Patienten arbeitsfähig entlassen?

HERR DR. SCHIPMANN: Es ist das Kernziel der Rehabilitation von berufstätigen Menschen, dass sie ihre Arbeitsfähigkeit wiederherstellen oder möglichst bald wieder erreichen, bei unseren Patienten zeigen aber die ersten Auswertungen in dieser Hinsicht, dass wir nur ca. 30% der Patienten direkt nach der Reha berufsfähig wieder entlassen konnten. Viele benötigen einfach etwas mehr Zeit zur vollständigen Rekonvaleszenz als nach bislang bekannten viralen oder bakteriellen Pneumonien. Hier wird dann nach einigen weiteren Wochen, in denen die Patienten ambulant weiter auftrainiert werden sollten, häufig über den Weg einer stufenweisen Wiedereingliederung der Weg ins Berufsleben geschafft.

GO: Gibt es schon jetzt Erkenntnisse zu Spätfolgen und ggf. welche?

HERR DR. SCHIPMANN: Wir haben natürlich schon einige Daten von Patienten aus der deutlich flacheren ersten Krankheitswelle im Frühjahr 2020. Aktuell sollten wir aber erst die wesentlich größere zweite Welle, aus der die Patienten jetzt in die Rehabilitation kommen, abwarten, um uns zu körperlichen und psychischen Belastungen sowie eventuellen Teilhabestörungen am beruflichen und sozialen Leben nach Co-

vid-19-Erkrankung zu äußern. Hierzu laufen inzwischen die ersten wissenschaftlichen Studien an.

GO: Haben Sie als Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben auch Hinweise für Krankenhäuser, für niedergelassene Ärzte oder auch für die Betriebsmedizin, um den Betroffenen noch besser helfen zu können?

HERR DR. SCHIPMANN: Kurz gesagt müssen alle Partner in diesem Netzwerk durch weitere Fortbildung zum Thema Covid-19 bzw. Long-Covid daran arbeiten, die noch behandlungsbedürftigen, aber offiziell schon genesenen Post-Covid-Patienten zu erkennen und den Reha-Bedarf zu ermitteln.

GO: Was tun Sie für Ihre eigene Gesundheit und die Gesundheit Ihres Teams?

HERR DR. SCHIPMANN: Das Allerwichtigste für die Gesundheit der Teams in den Krankenhäusern und Reha-Kliniken war die Corona-Impfung, die wir alle geradezu herbeigesehnt haben. Darüber hinaus sollten auch wir auf ausreichende Bewegung, gesunde Ernährung unter Vermeidung von Übergewicht, Nicht-Rauchen und aktuell noch dringende Einhaltung der AHA+L-Regeln achten!

GO: Vielen Dank für dieses interessante Interview. Wir danken Ihnen und Ihrem Team für die wertvolle Arbeit und wünschen Ihnen Gesundheit und alles Gute. Gern kommen wir wieder, um über die weitere Entwicklung zu berichten.

Die Landeskrebsgesellschaften – ein Netz, das trägt



In Deutschland gibt es in jedem Bundesland eine Landeskrebsgesellschaft.

Sie leisten wichtige Arbeit vor Ort – nah an den Patientinnen und Patienten, den Angehörigen und den regionalen Strukturen (Versorgung und Politik).

Die 16 Landeskrebsgesellschaften sind unter dem Dach der Deutschen Krebsgesellschaft zusammengeschlossen. Gemeinsam engagieren wir uns gegen Krebs und für die Gesundheit der Menschen.

Beratung und Unterstützung

Von Krebs betroffene Menschen und ihre Angehörigen benötigen häufig Hilfe zur Bewältigung der Erkrankung und der damit verbundenen Belastungen.

Wir beraten und unterstützen bundesweit in 124 Beratungseinrichtungen durch Psychoonkologische/psychosoziale Beratung für Erkrankte und Angehörige (Einzel-, Paar-, Familiengespräche)

- Zum Umgang mit seelischen Belastungen (Ängste, Niedergeschlagenheit etc.)
- Zu sozialen Fragen (Rehabilitation, Schwerbehinderung, finanzielle Sicherung, berufliche Wiedereingliederung etc.)
- Krisenintervention
- Informationsmaterialien
- Vermittlung von und Überleitung zu weiteren Versorgungsangeboten
- (Psychoonkologisch geleitete) Gruppen
- Kooperation und Vernetzung mit Kliniken, Ärzten, Sozialdiensten und anderen onkologischen Leistungsträgern.

Das Informations- und Beratungsangebot ist kostenfrei.



Grafik DKG

Ergänzende Angebote

- Kurse, Vorträge und Workshops für Erkrankte und Angehörige (Entspannung, Meditation, Bewegung, kreativtherapeutische Angebote, Ernährung, Kosmetikseminare u.v.a.m.)
- Patiententage, Aktionen und Kongresse
- Informationsveranstaltungen
- Unterstützung von Selbsthilfeinitiativen

Prävention

Prävention kann Menschen vor Krebs schützen und Menschenleben retten. Sie ist uns ein besonderes Anliegen.

Vorbeugung

Jährlich erkranken etwa 480.000 Menschen in Deutschland neu an Krebs. Gut ein Drittel der Erkrankungen hat verhaltensbedingte Ursachen und könnte somit vermieden werden. Deshalb informieren wir über Krebs, klären über die Risikofaktoren der Krebsentstehung auf und geben Informationen zur Vermeidung der Krankheit. So haben wir vielfältige Angebote u.a. zu den Themen Bewegung, Ernährung, Nichtrauchen und Sonnenschutz.

Wir engagieren uns in der Krebsprävention mit Kampagnen, Veranstaltungen und Vorträgen. Wir beteiligen uns an Messen, Märkten, Ausstellungen etc. und erstellen und verbreiten Anschauungs- und Informationsmaterial.

Früherkennung

Je früher der Krebs erkannt wird, umso besser sind die Heilungschancen. Wir klären mit Vorträgen, Veranstaltungen und gezielter Öffentlichkeitsarbeit über die Bedeutung der Früherkennung auf. Wir werben für die Inanspruchnahme der Früherkennungsangebote Aufklärung bewirkt haben.

Forschung

Die Entwicklung neuer Therapien gegen Krebs ist eine der wichtigen Aufgaben moderner Gesundheitsforschung. Die Landeskrebsgesellschaften unterstützen deshalb innovative Projekte und Ideen in der Forschung mit gezielten Förderprogrammen.

Qualitätssicherung

Wir beteiligen uns an der Sicherung der Qualität von Angeboten und Leistungen für

Erkrankte und Angehörige. So haben wir zur Sicherstellung einer hohen Qualität der psychosozialen/psychoonkologischen Beratung und Begleitung Leitsätze und Qualitätsmanagementinstrumente erstellt.

Darüber hinaus bieten wir Fort- und Weiterbildung an und kooperieren mit Einrichtungen der onkologischen Versorgung und anderen relevanten Partnern der Region und des Landes. Nicht zuletzt übernehmen wir die Interessenvertretung gegenüber kommunalen und Landeseinrichtungen.

Die 16 Landeskrebsgesellschaften arbeiten eng zusammen, um so voneinander zu lernen, uns gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam erfolgreicher zu werden. So finden regelmäßig Treffen der Geschäftsführerinnen und Geschäftsführer und Vorstände der Landeskrebsgesellschaften statt. In den Arbeitsgruppen Prävention, Krebsberatung und Öffentlichkeitsarbeit werden gemeinsame Strategien für die betreffenden Bereiche entwickelt.

Betroffene, Angehörige oder Interessierte finden bei den Landeskrebsgesellschaften Hilfe, Rat und Antworten auf ihre Fragen sowie Adressen von Beratungsstellen in ihrer Nähe.

Auf der gemeinsamen Landingpage der Landeskrebsgesellschaften finden Sie weitere Informationen und Adressen.

www.die-landeskrebsgesellschaften.de



DIE LANDESKREBSGESELLSCHAFTEN – ein Netz, das trägt

Helfen Sie uns, anderen zu helfen

- die Landeskrebsgesellschaften sind gemeinnützige Vereine
- die Angebote sind für die Ratsuchenden kostenfrei
- die Betroffenen erhalten niedrigschwelligen und unbürokratischen Zugang
- die Finanzierung erfolgt fast ausschließlich über Spenden, Erbschaften und freiwillige Zuschüsse



Unterstützen auch Sie die Arbeit der Landeskrebsgesellschaften unter

www.die-landeskrebsgesellschaften.de

Sorgentelefon für Ingolstadt

Die Corona-Pandemie betrifft alle Bereiche unseres persönlichen Lebens mit unterschiedlichen Auswirkungen. Je länger die Pandemie andauert, je größer können die Sorgen, Ängste oder die Gefühle der Überforderung werden. Menschen können in schwere Lebenskrisen geraten. Das Bayerische Rote Kreuz möchte seiner grundlegenden Mission nachkommen und den Betroffenen rechtzeitig helfen. Dazu wurde eine Telefonhotline für seelische Notlagen eingerichtet.

GO im Gespräch mit Holger Zirkelbach, Kreisfachdienstleiter Krisenintervention beim Bayerischen Roten Kreuz.

GO: Herzlichen Dank, dass Sie uns einen Einblick in das Sorgentelefon geben. Was war der Auslöser für die Einrichtung des Sorgentelefons und was möchten Sie bewirken?

HERR ZIRKELBACH: Initial war der erneute Lockdown im Herbst. Das Jahr 2020 war für die Bürger und Bürgerinnen nicht nur sehr herausfordernd, sondern auch maximal belastend. Der erneute Lockdown bedeutete für viele Menschen Kurzarbeit, fehlende soziale Kontakte und ein völlig verändertes Lebensumfeld. Damit einher gehen finanzielle Sorgen, Einsamkeit, bis hin zu Existenzängsten. Uns war es ein Anliegen, den Menschen eine niedrigschwellige Anlaufstelle für ihre Ängste und Sorgen zu bieten. Daher haben wir die Rufnummer eingerichtet, mit dem Ziel, ein Angebot zu schaffen, durch das die Hilfesuchenden Entlastung erfahren.

GO: Seit wann steht dieses Angebot zur Verfügung? Wie lange soll das Angebot bestehen bleiben?

HERR ZIRKELBACH: Im November 2020 sind wir an den Start gegangen. Wir planen das Sorgentelefon weiterhin zur Verfügung zu stellen, so lange es von den Bürgerinnen und Bürgern angenommen wird.

GO: Welche Qualifikation haben die Mitarbeiter*innen und in welcher Zeit ist das Sorgentelefon zu erreichen?

HERR ZIRKELBACH: Das Sorgentelefon ist rund um die Uhr besetzt. Die Mitarbeiter*innen, die die Anrufe entgegennehmen sind ehrenamtliche Einsatzkräfte des BRK Kriseninterventionsteams. Als ausgebildete und erfahrene Kriseninterventionsberater*innen betreuen sie normalerweise psychisch traumatisierte Menschen nach Schockereignissen und stehen Einsatzkräften nach belastenden Ereignissen zur Seite. Durch diesen Hintergrund sind sie im Umgang mit betroffenen Menschen in seelischen Notlagen vertraut.

GO: Wer kann dieses Angebot nutzen?



Foto: BRK

HERR ZIRKELBACH: Jeder, der ein offenes Ohr benötigt, ist herzlich eingeladen, sich unter der Rufnummer zu melden.

GO: Wie gewährleisten Sie Anonymität für die Anrufer*innen?

HERR ZIRKELBACH: Wir erfassen keinerlei Daten. Für uns ist nicht wichtig wer anruft, sondern wie wir helfen können. Durch die Gewährleistung der Anonymität wollen wir außerdem die Hemmschwelle abbauen, das Sorgentelefon in Anspruch zu nehmen.

GO: Wie häufig wurde das Sorgentelefon bisher in Anspruch genommen?

HERR ZIRKELBACH: Die Anruferzahlen schwanken von Tag zu Tag. Im Durchschnitt erreichen uns zwei bis drei Anrufe pro Tag.

GO: Welche Sorgen und Nöte haben die Menschen, die beim Sorgentelefon anrufen?

HERR ZIRKELBACH: Vor allem die Unsicherheit wie es weiter geht macht vielen Bürgerinnen und Bürgern zu schaffen. Ob es nun die Sorge um die ungewisse berufliche Zukunft ist, oder die Unsicherheit um den richtigen Umgang mit Eltern oder Großeltern in Coronazeiten. Eine derartige Situation gab es so noch nie und plötzlich sind völlig neue Herausforderungen zu meistern. Auch die Einsamkeit aufgrund fehlender sozialer Kontakte ist ein häufiges Thema.

GO: Was empfehlen Sie Ihren Mitarbeitenden, um gesund zu bleiben?



HERR ZIRKELBACH: Wir halten uns natürlich alle an die bestehenden Hygiene- und Abstandsregelungen. Die seelische Gesundheit ist genauso wichtig, daher müssen psychische Belastungen ernst genommen werden. Jeder Mensch hat Sorgen, gerade in diesen Zeiten, dafür braucht sich niemand zu verstecken. Im BRK Kreisverband Ingolstadt gibt es vielfältige Angebote für die Mitarbeitenden.

GO: Wir danken Ihnen und allen Helfer*innen für diese wichtige Arbeit. Wir wünschen weiterhin Gesundheit und viel Kraft zum Wohl der Menschen in Ingolstadt

Sorgentelefon
☎ 0841-933369



Holger Zirkelbach

Foto: BRK

Kontakt:

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Ingolstadt
Auf der Schanz 30
85049 Ingolstadt
Telefon: (08 41) 93 33 - 0
Telefax: (08 41) 93 33 - 29
E-Mail: kid@kvingolstadt.brk.de
www.kvingolstadt.brk.de/das-brk/bereitschaft/krisenintervention-kid.html

„rehapro-Projekt Ü35 der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg“



Die berufliche Tätigkeit kann Gesundheit, Wohlbefinden und Selbstwertgefühl positiv beeinflussen und das Leben bis ins Alter bereichern. Arbeit kann aber auch krank machen, besonders wenn die berufsbedingten Belastungen – körperlicher oder psychischer Art – zu viel werden und nicht mehr bewältigt werden können und langfristig ein Risiko für eine Erwerbsunfähigkeit darstellen.

Die Deutsche Rentenversicherung möchte mit ihren zahlreichen Leistungen von der Prävention bis hin zur Rehabilitation die Gesundheit und Ressourcen ihrer Versicherten fördern und erhalten.

Besonders ab dem 45. Lebensjahr ist es wichtig, etwaige Risiken einer Erwerbsunfähigkeit zu identifizieren und durch Maßnahmen vorzubeugen. Hierzu hat die Deutsche Rentenversicherung Ba-

den-Württemberg im Jahre 2018 das berufsbezogene Modellprojekt „Gesundheitscheck für Pflegekräfte“ durchgeführt. Nach diesem Modellprojekt kam man zu dem Ergebnis, dass die Durchführung eines Gesundheits-Check-ups durch die gesetzliche Rentenversicherung vermutlich stärker angenommen wird, wenn dieser beim Hausarzt durchgeführt wird. Die Überprüfung dieser Hypothese wird in einem weiteren Modellprojekt in Kooperation mit dem Deutschen Hausärzte Verband und den gesetzlichen Krankenkassen untersucht.

ANZEIGE

DiaExpert
Diabetes bewegen
Ihr Fachgeschäft für Diabetesbedarf

Ihr Fachgeschäft für Diabetiker

**Kompetente Beratung durch unsere
Expertin vor Ort**

- Ein umfassendes Produktsortiment zum Ausprobieren und gleich Mitnehmen: Teststreifen, Penndeln, Insulinpumpen-Zubehör, Omnipod
- Tolle Angebote und Informationsmaterial

Kupferstraße 14
85049 Ingolstadt
Tel. 0841 45677600
www.diaexpert.de/
ingolstadt



Bei uns sparen
Sie die Zuzahlung

Leiterin Ulrike Greiner

Vernetzung von Leistungen

Während die gesetzliche Rentenversicherung erst ab dem 45. Lebensjahr einen Gesundheits-Check-up anbieten kann, führt die gesetzliche Krankenversicherung bereits ab dem 35. Lebensjahr einen allgemeinen Gesundheits-Check-up durch. Die beruflichen Belastungen sind allerdings im Regelfall kein Bestandteil dieses Gesundheits-Check-ups.

Diese Lücke schließt das Modellprojekt Ü35 der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg. Gefördert wird das Projekt im Rahmen des Bundesprogramms rehapro durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales.

Es verknüpft beide Check-ups miteinander um frühzeitig mögliche Präventions- oder Rehabilitationsbedarfe zu entdecken.

Der Check-up der gesetzlichen Krankenversicherung wird hierzu um berufs- und arbeitsplatzbezogene Fragestellungen ergänzt. Mit Hilfe eines Fragebogens führen die Versicherten einen Selbsttest durch, den sie anschließend mit dem Hausarzt besprechen. Ergibt sich hieraus einen Handlungsbedarf, wird der Hausarzt weitere Maßnahmen empfehlen und einleiten.

Seit Februar 2020 läuft diese Projekt in der Modellregion des Stadt- und Landkreises Heilbronn.



HERZLICH WILLKOMMEN – unsere neuen Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben!

Leistungsanbieter:



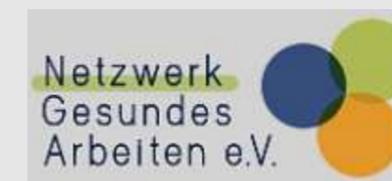
Stiftung LebensBlicke
Geschäftsstelle
Schuckertstraße 37
67063 Ludwigshafen
Telefon: (0 621) 69 08 53 88
Telefax: (0 621) 69 08 53 89
E-Mail: stiftung@lebensblicke.de
www.lebensblicke.de



Glücksschmiedewerkstatt
Karin Hoisl-Schmidt
Das Freiraum Institut
Dekan-Faber-Ring 2
85304 Ilmmünster
Tel.: (0 84 41) 797 88 37
E-Mail: gluecksschmiede@das-freiraum-institut.de
www.gluecksschmiedewerkstatt.de



Das Freiraum Institut
Dekan-Faber-Ring 2
85304 Ilmmünster
Tel.: (0 84 41) 797 88 37
E-Mail: info@das-freiraum-institut.de
www.das-freiraum-institut.de



Netzwerk Gesundes Arbeiten e. V.
Lerchenhöhe 22
85276 Pfaffenhofen
Tel.: (0 84 41) 767 89
Mobil 0171-7026002
E-Mail: info@netzwerk-gesundes-arbeiten.de
www.netzwerk-gesundes-arbeiten.de

Kontakt:



Helga Friehe
Projektleitung

Gesundheitsnetzwerk Leben
Postfach 10 01 60 · 85001 Ingolstadt
Audi BKK
Hausanschrift:
Porschestraße 1 · 38440 Wolfsburg
Tel.: 0 53 61/84 82-204
Fax: 0 53 61/84 82-22-204
Mobil: 01 51/12 65 92 53
E-Mail: helga.friehe@audibkk.de
Internet: www.audibkk.de

Gemeinsam arbeiten wir daran für ein gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau zu sorgen.

Benötigen Sie Hilfe und Unterstützung? Schauen Sie einfach in das Informationsblatt aus dem Gesundheitsnetzwerk Leben

„Zusammen stark“:
<https://www.goin.info/patienteninfo/>

Wir unterstützen Sie gerne und freuen uns auf Ihre Anregungen und Fragen.

Ihr Gesundheitsnetzwerk Leben

€ 3,- Gutschein für Ihren Einkauf * in unserem Fachgeschäft

* Gültig bis 31. Juli 2022 und ab € 15,- Einkaufswert. Bargelderstattung nicht möglich. Nicht gültig bei reduzierter Ware, Büchern und Produkten, die mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden können. Kann nicht auf ein Rezept angerechnet werden.

Rückblick auf eine langjährige bayerische-russische Freundschaft

Am 2. März 2021 feierte der Friedensnobelpreisträger und Staatspräsident a.D. Michail Gorbatschow seinen 90. Geburtstag. GOIN-Arzt Christian Holtz aus Denkendorf erinnert sich an seinen legendären Besuch im Altmühltal am 26. Juli 1993:

Den ersten Anlauf, den prominenten Einwohner des Denkendorfer Partnerbezirks Krasnaja Presnja nach Denkendorf einzuladen, unternahm Bürgermeister Alfons Weber, Christian Holtz und Claus Zagler bereits Anfang März 1989 bei einem Besuch in der sowjetischen Botschaft in Bonn. Sie übergaben Botschafter Juli Kwizinski eine Dokumentation der Partnerschaft, der Ministerpräsident Franz Josef Strauß ein persönliches Geleitwort widmete. Die Weiterleitung an den Generalsekretär wurde zugesichert.

Michail Gorbatschow kam bei seinem Deutschlandbesuch im Juni 1989 nicht nach Bayern: Er besuchte Bonn und Baden-Württemberg. Zur Eröffnung des Freundschaftsdenkmals „Bub und Mädchen“ am 15. Juni sandte er aber aus seiner Delegation das Mitglied des Präsidialrates Juri Ossipjan, Präsident der Gesellschaft „Russland-Deutschland“ und den in Denkendorf bereits gut bekannten Botschaftsrat Anatoli Boguschewski.

Michail Gorbatschow und seine Gattin Raissa besuchen Denkendorf am 26. Juli 1993

Nach vierjähriger Pause – Gorbatschow war jetzt Präsident seiner Stiftung – erfolgte eine neue Initiative und sie war von Erfolg gekrönt: Auf dem Rückweg von den Bayreuther Festspielen nach München bogen Michail Gorbatschow und seine Gattin Raissa am 26. Juli 1993 von der A9 nach Denkendorf ab, wo sie vor dem Lindwirt von einem großen Begrüßungskomitee mit Bürgermeister Alfons Weber und Landrat Konrad Regler an der Spitze und zahlreichen Schaulustigen erwartet wurden. Vizemusikkönigin Michaela Lehner begrüßte die hohen Gäste mit Brezel und Salz. Im vollbesetzten Saal des Lindwirts mit zahlreichen Ehrengästen hielt der Nobelpreisträger eine vielbeachtete Ansprache und erfüllte zahlreiche Autogrammwünsche.

Zu den Klängen der Denkendorfer Blasmusik marschierte ein langer Festzug die fahngeschmückte Hauptstraße hinab zum Rathaus, gesäumt von zahlreichen Zuschauern, die dem prominenten Ehepaar freundlich zuwinkten – eine sehr gern auf-

genommene Geste, wie bekannt wurde. Im Rathaus trug sich der Präsident in das Goldene Buch der Gemeinde ein. In dichtem Gedränge folgten die unzähligen Zuschauer und Zuhörer seiner Abschlussansprache auf der aufgebauten Bühne am heutigen „Gorbatschowplatz“, dann folgte der Höhepunkt: Gemeinsam mit Christian Holtz enthüllte der Friedensnobelpreisträger das Bronzedenkmal „Michail Gorbatschow und Franz Josef Strauß – Förderer der bayerisch-russischen Freundschaft“, ebenfalls gestaltet vom Unesco-Preisträger Dimitri Rjabitschew.



Enthüllung des Bronzedenkmals am 26.07.1993
Fotos: Kneidinger

Die Zeit drängte und Gorbatschow wurde in Eichstätt erwartet. Bei seiner Festansprache im Kaisersaal der Münchner Residenz sagte Ministerpräsident Horst Seehofer am 10. Dezember 2011 aus Anlass der Verleihung des Franz Josef Strauß Preises an Michail Gorbatschow wörtlich: „Auch in meiner Heimat sind Ihnen die Herzen der Menschen zugeflogen. Die Eichstätter haben Ihnen auf dem Residenzplatz einen triumphalen Empfang bereitet. Bis heute sind die Denkendorfer stolz auf ein ganz besonderes Denkmal der bayerisch-russischen Freundschaft, auf dem Sie und Franz Josef Strauß persönlich abgebildet sind“.

Der 75. Geburtstag des Jubilars am 2. März 2006 führte Christian Holtz erneut nach Moskau. Nach dem ersten Album von 1989 folgte jetzt ein zweiter Bildband über die weiter gewachsenen freundschaftlichen Beziehungen. Prälat Dr. Lothar Waldmüller von der Erzdiözese München-Freising informierte über die zwischenkirchlichen Kontakte, die bereits 2003 mit einer orthodoxen Delegation in Eichstätt entstanden waren.

Aufmerksamkeit fanden auch die Konzertreise des Luftwaffenensemble VIVAT AVIA in fünfzehn oberbayerischen Städten. Insbesondere der Schüleraustausch und das Veteranenprogramm mit Kontakten einstiger Kriegsgegner wurden aktualisiert.



Christian Holtz gratuliert Michail Gorbatschow zum 75. Geburtstag mit einem Bildband über die langjährige bayerische-russische Freundschaft
Foto: Tino Künzel

Einen breiten Raum nahmen die 22-jährigen medizinischen Kontakte ein: Am 12. Mai 1988 erhielt die Filatov Kinderklinik in Moskau beim Partnerschaftsfest einen Audi Avant Quattro Babynotarztwagen. Beim ersten sowjetisch-bayerischen Ärztesymposium „Medizinische Notfälle“ in der Filatov-Kinderklinik am 22. Juni 1990 nahmen über zehn bayerische Mediziner, darunter fünf Chefärzte des Klinikums Ingolstadt, teil. Grußworte sprachen zur Eröffnung der stellvertretende Gesundheitsminister der UdSSR Alexander Baranov und der Bayerische Staatsminister des Innern Dr. Edmund Stoiber. Klinikdirektor

Dr. Gennadi Lukin stellte in seinem Bericht zum zweijährigen Einsatz des „Reanimobil Audi“ fest, dass jetzt viele frühgeborenen Babys gerettet werden konnten. Zur Verstärkung des neuen Moskauer Rettungsdienstes nahm er mit großer Freude einen zweiten Notarzt Audi Avant entgegen, den ihm der leitende Betriebsarzt von Audi Dr. med. Ralf Tiller übergab.

Dr. Eisenkeil stellte dazu die Organisation des Rettungsdienstes im Landkreis Eichstätt vor.



Einsatz im winterlichen Moskau: der Audi Avant quattro Baby- Notarztwagen am Majakowskiplatz
Foto: Holtz



Große Kranzniederlegung an der Kremllauer mit der Delegation der Stadt Ingolstadt, der Gemeinde Denkendorf und des Ärztlichen Kreisverbandes Ingolstadt-Eichstätt; mit im Bild: die Tegernseer Gebirgsschützen und der Polizeichor Nürnberg
Foto: privat

Das zweite Ärztesymposium in der Filatovklinik folgte am 5. September 2005: Zum Rahmenprogramm des 25-jährigen Partnerschaftsjubiläums gehörte auch ein Gottesdienst in der katholischen Marienkirche, eine Kranzniederlegung am Grabmal des Unbekannten Soldaten an der Kremllauer, eine Abordnung der Tegernseer Gebirgsschützen und des Denkendorfer Faschingskomitees, ein Konzert des Polizeichores Nürnberg und die Mitwirkung der Denkendorfer Blasmusik. Eine große Schülergruppe aus Denkendorf und Beilngries besuchte erstmals ihre Partnerschule im Stadtbezirk.

Der Gegenbesuch beim Ärztlichen Kreisverband Ingolstadt-Eichstätt erfolgte am 15./16. September 2006 mit Veranstaltungen im Klinikum Ingolstadt und im Stadttheater Eichstätt. Der Besuch des Museum Mobile und ein Ausflug zum Kloster Weltenburg durften im Rahmenprogramm nicht fehlen.

Prof. Dr. med. Josef Menzel, Direktor der II. Medizinischen Klinik des Klinikums Ingolstadt, hielt in Moskau am 23. März 2007 beim Russischen Kongress für Gastroenterologie einen Vortrag und stellte ein neues Untersuchungsverfahren in seiner Klinik vor. Beim Empfang in der Gorbatschow Stiftung teilte er mit, dass Raissa Gorbatschowa in der Universitätsklinik Münster seine Patientin war. In diesem Zusammenhang durfte er Michail Gorbatschow auch persönlich kennenlernen.

Bei der Eröffnung des 67. Bayerischen Ärztetages in Ingolstadt am 9. Oktober 2009 nahm eine Delegation des Moskauer Gesundheitsministeriums teil. Beim geselligen Abend sang der Schanzer Kosakenchor.

Am 11. April 2010 besuchte eine Delegation des Ärztlichen Kreisverbandes Ingolstadt-Eichstätt erneut die Filatov-Kinderklinik und konnte sich von der nun höchst modernen Ausstattung überzeugen. Höhepunkt war die Teilnahme am Empfang im Moskauer Zarenschloss, den Oberbürgermeister Sobianin für den bayerischen Ministerpräsidenten Horst Seehofer gab. Aber wir müssen feststellen: Am 90. Geburtstag Gorbatschows ist vieles anders geworden.



Teilnehmer am 2. Symposium in der Filatov-Klinik am 5. September 2005 v. l. Christian Holtz, Chefarzt Dr. Froböse, Dr. Sigurd Eisenkeil, Prof. Dr. Siegfried Jedamzik, Chefarzt Dr. Volker Sänger, Klinikdirektor Prof. Dr. Vladimir Popov, Gunther Schlosser, ein Klinikkollege, AOK-Direktor Erich Koch, Chefarzt Prof. Dr. Erich Keller
Foto: privat



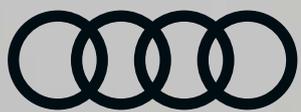
V. l. Christian Holtz, Prof. Leonid Lazebnik, Prof. Dr. med Josef Menzel, Prof. Dr. Eugen Tkachenko
Foto: privat



Empfang im Zarenschloss am 11. April 2010 v. l. OB Alfred Lehmann, Prof. Dr. med. Siegfried Jedamzik, Dr. med. Erwin Attenberger, Heinz Spörer, Ministerpräsident Horst Seehofer, Christian Holtz, Prof. Dr. med. Helmut Kücherer, Dr. med. Steffen Spranger, Dr. med. Sigurd Eisenkeil
Foto: privat

Audi BKK

40 € für Ihre professionelle Zahnreinigung.



Regelmäßiges Zähneputzen ist entscheidend für gesunde Zähne. Doch dadurch werden nicht immer alle Ablagerungen und Beläge entfernt. Deshalb beteiligt sich die Audi BKK mit 40 Euro an Ihrer professionellen Zahnreinigung.

audibkk.de/zahnreinigung



Zuhören ist unsere
stärkste Leistung.