



## im **mittelpunkt**

**Wir laden Sie herzlich ein:** Vortragsveranstaltungen in unserem Hause am Welt-Parkinson-Tag und am Welt-MS-Tag (Seite 2).

**Auch nach Jahrzehnten:** MS ist eine Herausforderung für Helmut Gritsch (Seite 8).

**In Bewegung bleiben:** Physiotherapie ist Teil jeder Behandlung (Seite 12).

# Welt-PARKINSON-Tag am 11. April 2015

## Programm

- 10:00 Uhr** Begrüßung
- 10:15 Uhr** **Physiotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten bei Morbus Parkinson**  
Andreas Proll (Therapieleiter in der Neurologischen Klinik Sarpesee)
- 11:00 Uhr** Kaffeepause
- 11:15 Uhr** **Sprach- und Schluckstörungen bei Morbus Parkinson**  
Karen Jaschewski (Logopädin in der Neurologischen Klinik Sarpesee)
- 12:00 Uhr** Kleiner Mittagsimbiss
- 13:00 Uhr** **Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten bei Morbus Parkinson und atypischer Parkinsonsyndrome**  
Alexander Simonow (Ärztlicher Direktor Neurologische Klinik Sarpesee)

Die Informationsveranstaltungen richtet sich an alle Interessierten und von der Erkrankung Morbus Parkinson oder Multiple Sklerose Betroffenen.

Die Vorträge finden im Therapiezentrum der Neurologischen Klinik Sarpesee statt.

**Eine Anmeldung ist aufgrund des begrenzten Platzangebots unbedingt erforderlich.**

**Telefon 02935 807-0.**



# Welt-MS-Tag am 27. Mai 2015

## Programm

- 13:00 Uhr** Begrüßung
- 13:15 Uhr** **Sprach- und Schluckstörungen bei Multipler Sklerose**  
Karen Jaschewski (Logopädin in der Neurologischen Klinik Sarpesee)
- 14:00 Uhr** **Ergotherapie bei Feinmotorik- und Sensibilitätsstörungen**  
Melanie Kapune (Ergotherapeutin in der Neurologischen Klinik Sarpesee)
- 14:45 Uhr** Kaffeepause
- 15:15 Uhr** **Aktuelle Aspekte zur Behandlung von Multipler Sklerose**  
Alexander Simonow (Ärztlicher Direktor Neurologische Klinik Sarpesee)

## Liebe Leserin, lieber Leser,

da ist er also, unser neuer **mittelpunkt**. Vor Ihnen liegt die erste Ausgabe unseres Klinikmagazins, das Sie ab dem Frühjahr 2015 in regelmäßigen Abständen über unser Haus und über unser Leistungsspektrum informieren wird.

Wir stellen Ihnen unsere Kernkompetenzen ebenso vor wie verschiedene Randaspekte einer Therapie. Aber im **mittelpunkt** stehen natürlich Sie, die Patienten unseres Hauses sind oder die als Patienten bei uns waren. Für Sie bereiten wir viele Aspekte rund um Medizin, Pflege und Therapie in unserer Klinik laienverständlich auf. Darüber hinaus lesen Sie auch immer wieder Erfahrungsberichte von Patienten, die Ihnen Mut machen sollen.

In dieser ersten Ausgabe unseres **mittelpunkt** geben wir Ihnen unter anderem eine Einführung in das Ernährungskonzept unseres Hauses. Mit der von uns eingesetzten Vollwertkost können auch Sie entdecken, was Ihrem Körper gut tut und was uns von einer Großküchenversorgung unterscheidet. Wenn es Ihnen bei uns geschmeckt hat, geben wir Ihnen gerne die Rezepte zum Nachkochen mit nach Hause.

Vor allem im Bereich der Erkrankungen von Patienten mit Morbus Parkinson und Multipler Sklerose besteht häufig die medizinische Notwendigkeit einer sogenannten Komplexbehandlung. Dazu gehört der permanente Austausch aller am Behandlungsprozess Beteiligten. Lesen Sie in dieser Ausgabe, wer neben dem behandelnden Arzt noch ein Auge auf Ihre Krankengeschichte wirft und wie das in ein interdisziplinäres Behandlungskonzept mündet.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen –  
und bleiben Sie gesund!

Alexander Simonow  
Ärztlicher Direktor

Sandra Gabriel  
Pflegedienstleitung

Max Evers  
Geschäftsführer



## Inhalt

02	Veranstaltungen in unserem Hause	08	MS ist eine Herausforderung
03	Vorwort – Inhalt – Impressum	10	Mit Vollwerternährung gegen Entzündungen: Gesund und lecker essen
04	Herzlich willkommen in der Neurologischen Klinik Sorpesee	12	In Bewegung bleiben! Physiotherapie in der Neurologischen Klinik Sorpesee
06	Medizin und Pflege in der Neurologischen Klinik Sorpesee. Ein Interview mit Alexander Simonow und Sandra Gabriel	14	Der Sozialdienst unserer Klinik
		15	Die Neurologische Praxis Dr. Khaled

### Impressum und Lesehinweis:

**Herausgeber:** Neurologische Klinik Sorpesee, Lindenstraße 22, 59846 Sundern sowie & tmv-kommunikation e.K., **Redaktion:** Sandra Gabriel, Marina Krick, Max Evers, Johannes Vehring, Thomas Meier-Vehring (V. i. S. d. P.), Tel. 02307 9835-273, Mobil 0171 3196250, **Fotos:** & tmv-kommunikation, Neurologische Klinik Sorpesee

**Verlag:** & tmv-kommunikation e.K., Bahnhofstraße 13, 59174 Kamen, Tel. 02307 9835-273, **Anzeigen:** & tmv-kommunikation e.K., Johannes Vehring, Tel. 0151 14937706, **Gesamtherstellung:** © & tmv-kommunikation e.K. / Die Zeitschrift „im mittelpunkt“ und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlages strafbar.

**Lesehinweis:** Die in diesem Magazin dargestellten medizinischen Fragestellungen und therapeutischen Verfahren entsprechen dem jeweils aktuellen Kenntnisstand in den Fachbereichen der Neurologischen Klinik Sorpesee, orientieren sich an gültigen Leitlinien und Standards und dienen der Information. Untersuchungen und Behandlungen müssen jedoch individuell geplant werden. Verbindliche Diagnosen und Therapieempfehlungen können nur von Haus- und Fachärzten gegeben werden. Wir bitten unsere Leserinnen und Leser, sich bei gesundheitlichen Beschwerden und Problemen direkt an den Hausarzt zu wenden, der anschließend alle weiteren Schritte einleiten kann. Im Notfall stehen Ihnen die Ambulanzen der Kliniken in Ihrer Nähe natürlich rund um die Uhr zur Verfügung.

# Herzlich willkommen in der Neurologischen Klinik Sorpesee



**Maria Siethoff ist erste Ansprechpartnerin für alle Patienten und Angehörige. Mit über 25 Jahren Erfahrung in der Neurologischen Klinik Sorpesee weiß sie, welche Fragen bei Aufnahme und Entlassung geklärt werden müssen.**

Die Neurologische Klinik Sorpesee ist ein Zentrum für die Akutbehandlung neurologischer Erkrankungen. Neben der Behandlung von Parkinson Syndromen und der Multiplen Sklerose deckt das Leistungsspektrum auch die Bereiche der Epilepsien sowie die Diagnostik und Therapie von Nervenschädigungen ab.

Ferner werden auch unterschiedlichste Schmerzsyndrome, beispielsweise durch Schädigungen der Wirbelsäule oder der Nerven in Armen und Beinen, behandelt. Häufig kommen auch Patienten zur Abklärung verschiedenster neurologischer Symptome, wie zum Beispiel Schwindel oder Taubheitsgefühle, in die Klinik am Sorpesee.

## Patienten stehen im Mittelpunkt

Die Qualität des vielseitigen Behandlungsspektrums der Klinik wird durch ein erfahrenes ärztliches Team unter der Leitung des Chefarztes Alexander Simonow, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, sichergestellt. Er bringt unter anderem umfangreiche Kenntnisse in der differenzierten Behandlung von Parkinson Syndromen in das erweiterte Behandlungskonzept der Klinik ein.

## Krankheitsbilder

Der Schwerpunkt in der Neurologischen Klinik Sorpesee liegt in der Diagnostik und Behandlung neurodegenerativer Systemerkrankungen (zum Beispiel Parkinson oder Multiple Sklerose), mit denen umfangreiche Bewegungsstörungen verbunden sein können.

Darüber hinaus bilden die Diagnostik und Behandlung entzündlicher neurologischer Erkrankungen einen gleichwertigen Behandlungsschwerpunkt. Weitere Indikationen der Diagnostik und Behandlung in der Neurologischen Klinik Sorpesee sind unter anderem:

- neurologische Systemerkrankungen, z.B. Demenz-Syndrome, Dystonien, atypische Parkinsonsyndrome
- Epilepsien
- Durchblutungsstörungen des Gehirnes, z.B. Schlaganfall, Hirnblutung
- Erkrankungen des peripheren Nervensystems und der Muskulatur, z. B. bandscheibenbedingte Nervenwurzelverletzungen, vererbte Störungen von Nerven
- Neuropathische (zentral und periphere), chronifizierte Schmerzsyndrome

Durch die angepasste Kombination verschiedener Therapiebereiche, pflegerischer Bedürfnisse und medikamentöser Behandlungen, steht für das interdisziplinäre Team der Klinik die Individualität des Patienten im Mittelpunkt.

#### Egal wie Sie versichert sind ...

Um in der Neurologischen Klinik Sorpesee behandelt zu werden, genügt die Einweisung des Hausarztes oder des behandelnden Neurologen zur stationären Aufnahme. In der Klinik werden sowohl gesetzlich als auch privatversicherte Patienten behandelt.

#### Transparente Behandlung selbstverständlich

Das Fach Neurologie kann heute neurologischen Patienten für fast alle schwerwiegenden Erkrankungen zum Teil ausgefeilte und krankheitsbeeinflussende Therapiemöglichkeiten anbieten.

„Nach fundierter Diagnosestellung ist der Aufbau einer tragfähigen, vertrauensvollen Arzt-Patient-Beziehung unser wichtigstes Behandlungsziel. Als vorrangige Behandlungspflicht haben wir uns den Anspruch gesetzt, unsere Patienten mit umfassenden Informationen zu allen Aspekten ihrer jeweiligen Erkrankung in klarer, allgemeinverständlicher Sprache zu unterrichten. Mit wissenschaftlichem Hintergrund wollen wir zu möglichen Ursachen, den diagnostischen Entscheidungen und vor allem den vorhandenen therapeutischen Möglichkeiten, intensiv Stellung nehmen“, erläutert Chefarzt Alexander Simonow das Selbstverständnis des Therapieteams.

## Diagnostik

Leistungsfähige moderne Diagnoseverfahren unterstützen das Ärzteteam im Rahmen der diagnostischen Entscheidungsprozesse und der Feststellung des Ausmaßes der jeweiligen neurologischen Störung.

Dazu zählen unter anderem:

- Elektroenzephalographie (EEG)
- Elektromyographie (EMG)
- Elektroneurographie (ENG)
- Evozierte Potentiale (MEP, AEP, VEP, SEP)
- Extra- und Transcranielle Dopplersonographie und Farbduplexsonographie
- Bildgebende Verfahren wie MRT und CT Untersuchungen in Kooperation mit externen Partnern

#### Großes Team für die bestmögliche Therapie

„Wir erreichen unsere Patienten mit klarer und fundierter Information zur jeweiligen neurologischen Erkrankung. Während des stationären Aufenthaltes erarbeitet unser interdisziplinäres Behandlungsteam aus erfahrenen Ärzten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialarbeitern, Ernährungsberatern und Pflegefachkräften für jeden Patienten die bestmögliche Therapie, um gemeinsam zu einer Verbesserung der Krankheitssymptome beizutragen“, nennt Pflegedienstleiterin Sandra Gabriel einen weiteren Grundsatz der Neurologischen Klinik Sorpesee.



Die Neurologische Klinik Sorpesee liegt direkt an der Sorpetalsperre in Sundern-Langscheid. Der Stadtteil mit 3.000 Einwohnern wurde 1975 eingemeindet. Langscheid wurde erstmals im Jahr 1307 urkundlich erwähnt und ist heute ein staatlich anerkannter Kurort.

# Medizin und Pflege in der Neurologischen Klinik Sorpese

## Kontakt



Alexander Simonow  
Chefarzt

Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern

## Welche Patienten kommen in die Neurologische Klinik Sorpese?

**Alexander Simonow:** In der Medizin bieten wir ein breites Spektrum im Bereich der Diagnose und Therapie von neurologischen Erkrankungen an. Häufig leiden unsere Patienten unter Bewegungsstörungen. Wir sichern eine erste Verdachtsdiagnose ebenso wie die Fortführung und den Ausbau bestehender Behandlungskonzepte bei Patienten mit chronisch neurologischen Erkrankungen. Dazu kommt die Behandlung nicht-motorischer Symptome, wie zum Beispiel demenzielle Ausfälle, Depressionen oder Halluzinationen.

## Was können Sie in der Medizin für Ihre Patienten tun?

**Alexander Simonow:** Als Neurologen und Psychiater suchen wir nach der Ursache der Symptome und entwickeln für und teilweise mit den Patienten eine passende individuelle Therapie. Dazu stehen uns viele Möglichkeiten der modernen Diagnostik zur

Verfügung. Jüngste Anschaffung im medizintechnischen Bereich ist ein Doppler-Sonographie-Gerät, mit dem sogar eine Ultraschallaufnahme des Gehirns möglich ist. Damit sind wir auf dem Gebiet der elektrophysiologischen Untersuchungsmöglichkeiten technisch auf dem allerneuesten Stand.

## Und in der Pflege?

**Sandra Gabriel:** Viele unserer Mitarbeiterinnen haben einen Weiterbildungskurs im Bereich der Parkinson- und MS-Erkrankung besucht und sind spezialisiert in der Pflege von entsprechend erkrankten Patienten. Das junge Team in der Pflege ist motiviert und erfahren in der neurologischen Fachkrankenpflege. Drei Wundexperten sind insbesondere für die Versorgung schlecht oder nur verzögert heilender Wunden zuständig und beraten die Patienten vorbeugend.

## Steht der Patient im Mittelpunkt?

**Sandra Gabriel:** Wer als Pflegekraft in der Neurologischen Klinik Sorpese arbeiten will, muss mit Leib und Seele seinen Beruf lieben und ausüben. Das Personal der gesamten Klinik arbeitet wie in einem kleineren Familienbetrieb eng zusammen. Der Patient und das Wir stehen im Mittelpunkt. Weil alle Patienten unterschiedliche Anforderungen mit sich bringen, gibt es keine Standards, sondern individuelle Lösungen und auf den Einzelfall zugeschnittene Pflegestrategien. Diesen vermeintlichen „Luxus“ können sich Akutbetriebe erlauben, die ihre Leistungsfähigkeit ausschließlich in den Dienst der Patienten stellen können. Wir sind klein genug, um diesen Vorteil für alle Patientinnen und Patienten nutzbar zu machen.

## Wie groß ist Ihr Team?

**Sandra Gabriel:** Im Pflegedienst der Neurologischen Klinik Sorpese arbeiten 25 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Wir praktizieren hier weitestgehend die sogenannte Bereichspflege. Bei der Einteilung der Teams können wir die jeweilige Stationsbelegung berücksichtigen und bei steigenden Anforderungen durch Neuaufnahmen auch Mitarbeiterinnen aus weniger ausgelasteten Bereichen flexibel einsetzen.

Der Rahmeneinsatzplan unserer Pflege sieht fünf Mitarbeiterinnen in den Vormittagsstunden, drei

**Oberarzt Dr. med. Özkan Günes (Facharzt für Neurologie) bei der Eingangsuntersuchung einer Patientin. Zunächst werden die Halsschlagadern (Carotiden) hinsichtlich der Durchflusskapazität untersucht. Mit dem neuen Doppler-Sonographie-Gerät können aber auch Ultraschallaufnahmen des Gehirns gemacht werden. Die neue Diagnose-Einheit ist seit März 2015 im Einsatz.**



nachmittags und zwei abends bzw. nachts vor. Individuell und nach Versorgungslage wird entschieden, wer eventuell bei Bedarf woanders zusätzlich eingesetzt wird.

### Da kennt bald jeder schnell jeden Patienten persönlich, oder?

**Alexander Simonow:** Das Ärzteteam und ich als Chefarzt sehen jeden Patienten, unabhängig von der Frage, wie er versichert ist. Das ist der Vorteil eines Akutkrankenhauses mit 54 Betten, die natürlich selten alle gleichzeitig belegt sind. Im Team mit zwei Oberärzten, einer neurologischen Fachärztin und drei Assistenzärzten auf der Seite der Medizin stehen wir gemeinsam mit den Physio- und Ergotherapeuten, Logopädinnen, Pflegenden und Beratungsdiensten für eine zeitgemäße Ausführung der neurologischen Komplexbehandlung. Darauf legen wir großen Wert.

Die Komplexbehandlung verschafft uns nicht nur einen interdisziplinär geprägten Gesamteindruck von der Erkrankung der Patienten, sondern hilft uns auch beim Aufbau der so wichtigen zwischenmenschlichen Beziehungen, ohne die eine Behandlung von Morbus Parkinson oder Multipler Sklerose kaum denkbar ist. Aber auch bei anderen neurode-

generativen Erkrankungen ist die persönliche Ebene entscheidend.

Einer Kopfschmerzpatientin zum Beispiel kann und will ich nicht nur medikamentös helfen, sondern mit ihr die Ursachen der Symptome ergründen und Wege finden, Lebensqualität zu erhalten. Das geht nicht ohne das persönliche Gespräch.

### Kommen allein deswegen viele Patienten öfter in die Neurologische Klinik Sorpensee?

**Sandra Gabriel:** Nein, die Patienten kommen auf Einweisung oder Überweisung des Haus- oder Facharztes in unser Haus, weil wir einerseits im Akutfall, andererseits aber auch in der Therapiefortführung bei chronischen Erkrankungen helfen.

Im Gegensatz zu anderen Akut-Kliniken liegen unsere Patienten aber tagsüber nicht überwiegend im Bett, sondern im Vordergrund steht neben der Versorgung bei der Pflege auch die stetige Mobilisation. Deshalb tragen unsere Patienten tagsüber keine Schlafanzüge, sondern Alltagskleidung oder Hausanzüge.

Dazu passt dann auch, dass alle Mahlzeiten gemeinsam eingenommen werden.

## Kontakt



Sandra Gabriel  
Pflegedienstleitung  
Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern

In der Betriebsleitung besprechen Sandra Gabriel (Pflegedienstleitung), Alexander Simonow (Chefarzt) und Max Evers (Geschäftsführer) nicht nur organisatorische Fragestellungen.



# Auch nach Jahrzehnten eigener Erkrankung: „MS ist eine Herausforderung“



**Helmut Gritsch (l.) ist viermal pro Jahr als Patient in der Neurologischen Klinik Sorpese. Seine Frau Marianne unterstützt ihn in allen Alltagsdingen und steht ihm zur Seite – die Unterstützung durch die Familie tut ihm gut.**

Im Jahr 1992 traten die ersten Symptome auf, dann spürte Helmut Gritsch immer mehr, dass etwas in seinem Körper nicht stimmt. Doch erst seit 1996 weiß er offiziell, dass er an Multipler Sklerose (MS) erkrankt ist.

„Genau genommen habe ich seit meinem 15. Lebensjahr immer mal wieder mit Schmerzen zu kämpfen gehabt, aber dass da etwas wirklich nicht funktioniert, habe ich erst gemerkt, als ich 40 Jahre alt war. Heute kann ich im Rückblick vieles von dem, was mir damals seltsam vorkam, richtig einordnen“, erklärt Helmut Gritsch.

**Das eigene Immunsystem greift die Nerven an**  
Er leidet unter einer Krankheit, die eine chronisch-entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems (ZNS = Gehirn und Rückenmark; auch der Sehnerv ist ein Teil des Gehirns) bedeuten kann. Infolge einer Fehlfunktion des Immunsystems können körpereigene Zellen die Nervenscheiden der Nervenfasern und/oder die Nervenzellen selbst angreifen und Entzündungen hervorrufen. Diese Entzündungen beschädigen die Nervenbahnen und hinterlassen dort verhärtete Narben. Die Narben

stören die Weiterleitung der Nervenimpulse immer mehr. Durch diesen Vorgang hat die Erkrankung ihren Namen erhalten: „Multiple Sklerose = mehrfache Verhärtungen“. Infolge der Störungen der Nervenleitung werden Informationen verzögert weitergeleitet, und Befehle können nur zum Teil oder gar nicht ausgeführt werden. Das führt bei den betroffenen Patienten zu gestörten und entsprechend veränderten Körperfunktionen und Wahrnehmungen.

## Er hat gelernt, mit der Krankheit zu leben

Mittlerweile hat Helmut Gritsch die Krankheit selbst besser im Griff als sie umgekehrt ihn. „Ich komme alle drei Monate in die Neurologische Klinik Sorpese und erhalte hier gegen die Entzündungsprozesse einen neuen Cortisonstoß. Zudem werden auch die anderen Medikamente, die ich gegen die Schmerzen nehme, in ihrer Wirkung überprüft und gegebenenfalls neu eingestellt“, berichtet der heute 63-Jährige, der trotz der jahrelangen MS-Erkrankung immer noch selbst mit dem Auto fahren kann. „Früher bin ich hier in der Gegend Bergrennen gefahren, heute beträgt meine normale Gehstrecke gut 50 Meter“, vergleicht Helmut Gritsch.

## Aufenthalt in der Klinik fast schon Routine

„Der Aufenthalt in der Klinik ist für mich die vierteljährliche Rückkehr in ein vertrautes Umfeld, das durch seinen familiären Charakter für mich eine ideale Voraussetzung für die aktive Gegenwehr gegen die Erkrankung bietet“, lobt Helmut Gritsch das Krankenhaus seiner Wahl. Wenn man mit den anderen Patienten beim nachmittäglichen Kaffee und Kuchen zusammensitzt, komme man leicht ins Gespräch und erfahre viel über mögliche andere Verläufe der MS-Erkrankung. „Auch der Erfahrungsaustausch stärkt den eigenen Willen, selbst aktiv gegen Ursachen und Symptome der MS vorzugehen und dabei das gesamte Therapieteam der Klinik an seiner Seite zu wissen“, hat der ehemalige Versandexperte einer Sauerländer Papierfabrik bei seinen Aufenthalten am Sorpese erfahren.

## Rezepte nach Dr. Evers nach Hause mitnehmen

Auch das Ernährungskonzept der Neurologischen Klinik Sorpese hat den gebürtigen Sauerländer, der heute mit seiner Frau im benachbarten Stemel wohnt, schon inspiriert. „Was mir hier besonders gut schmeckt und meinem Körper gut tut, koche



ich zu Hause nach. Mit den Rezepten aus der Klinik haben wir unsere Ernährung schon in Teilen umgestellt“, berichtet Helmut Gritsch. Seine Frau, die häufig selbst mit Bandscheibenproblemen zu kämpfen hat, unterstützt ihn dennoch mit allen Mitteln und Kräften. Das Paar ist trotz der Belastungen durch die verschiedenen Erkrankungen eine Einheit geblieben. „Wir sind nicht so häufig auf fremde Hilfe angewiesen und können uns auch im Alltag gegenseitig unterstützen“, ist Helmut Gritsch froh über viele glückliche Fügungen.

#### Feinmotorik stark eingeschränkt

Dem geliebten Hobby Modellbau musste Helmut Gritsch schon vor einigen Jahren entsagen, „weil die Fingerbeweglichkeit fehlte und die Hände nicht mehr mitspielten.“ Sein Mountainbike ist ihm aber geblieben, auch wenn heute keine Touren über Stock und Stein mehr möglich sind. Er fährt seine Strecke jetzt auf der Rolle im Keller und sorgt so für das notwendige Bewegungsprogramm. „Die Physiotherapeuten in der Klinik geben mir immer wieder neue Trainingsimpulse, die ich dann zu Hause weiter umsetze und mit denen ich mich so fit wie möglich

halte, denn Aufgeben war noch nie meine Sache“, freut sich Helmut Gritsch schon auf die nächste „Lerneinheit“, mit der er seinen persönlichen Kampf gegen MS zur erfolgreich bestandenem Herausforderung werden lässt.

Die Krankheit bestimmt zwar seit Jahrzehnten sein Leben, aber damit hat er gelernt, umzugehen. Er lässt sich eben nicht unterkriegen.

**Dank des medizinischen Fortschritts und seiner Therapiedisziplin hat Helmut Gritsch „seine“ MS bestens im Griff – nicht umgekehrt. Mit dem Auto bleibt wichtige Mobilität – und damit auch Lebensqualität – erhalten.**



# Mit Vollwerternährung gegen Entzündungen: Gesund und lecker essen

## Kontakt



Marika Amthor  
Chefköchin  
Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern



Marika Amthor ist die Küchenchefin in der Neurologischen Klinik Sorpesee und führt ein Team von gut 20 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Service und in der Beratung zu allen Fragen der Ernährung.

„Unsere Patienten sind mehr als andere Erkrankte auf eine ausgewogene und vollwertige Zusammenstellung des Nahrungsangebots angewiesen. Eine dem Krankheitsbild angepasste Ernährung hilft dem Körper bei der Bewältigung der Symptome und kann sich dadurch positiv auf den Verlauf der Erkrankung auswirken“, weiß die erfahrene Köchin, die ihr Handwerk in einem Bio-Restaurant mit französischer Küche von der Pike auf gelernt hat.

### Saisonal, regional, möglichst unverarbeitet

Die Küche gibt sich selbst einfache Regeln: regionaler und lokaler Einkauf von frischen Lebensmitteln, jahreszeitlich abgestimmt (keine frischen Erdbeeren im Winter und kein frischer Spargel im November). Weiße Mehle und Zucker sind in der Küche der Neurologischen Klinik Sorpesee nicht zu finden. Außerdem verzichten die Köchinnen auf Salz als Gewürz.

Tiefkühlgemüse ist in Ordnung, weil bei den Kühlverfahren wertvolle Bestandteile der Nahrung weitestgehend erhalten bleiben.

Fertigprodukte, sogenannte Convenience, zum Beispiel sind ebenso ausgeschlossen wie rotes Fleisch, das vom Schwein, Rind oder Wildbestand stammen könnte.

Alle Brötchen und Brotwaren werden von einem Bäcker aus Hachen geliefert. Diese Bäckerei backt seit mehr als 40 Jahren seine Vollkorn- und Vollwertprodukte nach Dr.-Evers-Rezept.

### Vielseitiger Speiseplan für mehr Genuss

Auf dem Speiseplan findet sich eine Vollkostlinie, in der zweimal pro Woche Geflügelfleisch und zweimal Fisch als Komponente vorgesehen ist. Verarbeitet wird nur weißes Geflügelfleisch und Fisch. Im weißen Fleisch gibt es keine Säure, die Entzündungsprozesse im Körper fördern könnte. Das ist vor allem für unsere MS-Patienten von großer Bedeutung. Der Fisch ist wegen seines hohen Gehalts an Omega-3-Fettsäuren zu bevorzugen. Wer Fisch nicht mag, kann sich seine Omega-3-Fettsäuren-Ration auch über das Leinöl holen. Mit den entsprechend kaltgepressten Ölen lassen sich zum Beispiel (Pell-) Kartoffeln ideal verfeinern.

### Rohkost ist der Renner

„Neben dem Vollkostplan werden in einer zweiten Linie vegetarische Gerichte angeboten und in einer dritten Linie sind die Rohkostgerichte platziert. Vor allem abends erfreuen sich die Rohkostplatten zunehmender Beliebtheit. Diese Platten werden in den Ausgabestellen auf der Station eigens für jeden Patienten nach dessen Wünschen und Vorlieben zusammengestellt“, kann Diätassistentin und Ernährungsberaterin (DGE) Monika Lang berichten.

### Gemeinsame Mahlzeiten auf der Station

„Wichtig ist das gemeinsame Essen in den dafür ein-

gerichteten Aufenthaltsbereichen der Stationen. Unsere Patienten nehmen die Mahlzeiten in gemeinsamer Runde ein und kommen bei dieser Gelegenheit miteinander ins Gespräch. Eine Servicekraft auf der Station portioniert für jeden Patienten individuell das jeweilige Gericht und kann so einzelne Wünsche – zum Beispiel zur Menge – gut berücksichtigen“, beschreibt Marika Amthor den Mahlzeitenablauf, der nicht nur durch seinen kommunikativen Zusatznutzen von der üblichen Klinikversorgung abweicht. „Die Servicekraft weiß, ob Frau X mehr Soße oder keine will und ob Herr Z lieber Kartoffeln als Reis isst. Unsere Klinik kann hier auf fast jeden Wunsch eingehen und die Patienten bei der Suche nach einem individuellen Ernährungskonzept ganz praktisch unterstützen“, sieht die Küchenchefin einen eindeutigen Vorteil des Systems.

#### Wie immer gilt: ausreichend Wasser trinken!

„Mit vielen Patienten müssen wir das Trinkverhalten trainieren. Oft wird viel zu wenig getrunken und nicht selten wird ein gänzlich ungeeignetes Getränk gewählt. Wir wählen mit den jeweiligen Patienten aus den Getränkebuffets ein passende Getränk aus und besprechen die Menge und den zeitlichen Trinkabstand“, erklärt Lisa Hilmerich, die als Studentin der Ernährungsberatung das Team der Neurologischen Klinik Sorpesee durch aktuelles Hochschulwissen in der Beratung unterstützt.

#### Richtige Ernährung mildert Krankheitsverlauf

„Das Ernährungskonzept der Neurologischen Klinik Sorpesee zeigt Alternativen zur herkömmlichen Ernährung auf und ist ein Angebot an jeden Patienten, über die eigenen Gewohnheiten nachzudenken und neue Wege auszuprobieren. Wer seine Ernährung anschließend umstellen möchte, bekommt von



**Susanne Wienecke in einer der Teeküchen, die auf jeder Station den Patienten zur Verfügung stehen. Hier wird das frisch zubereitete Essen individuell für jeden Patienten portioniert und zusammengestellt.**

uns jede Unterstützung und Beratung. Wenn ich weiß, wie mein Körper mit der Erkrankung leben kann, habe ich auch die Einsicht, ihn dabei zu unterstützen. Eine ausgewogene und vollwertige Ernährung zählt ganz sicher zu den Maßnahmen, die sich leicht umsetzen lassen“, setzt Marika Amthor auch darauf, dass gute Erfahrungen in der Klinik im häuslichen Alltag eine neue Richtschnur sein können.



**Monika Lang und Lisa Hilmerich beraten die Patienten der Neurologischen Klinik Sorpesee.**

**Viele Krankheitssymptome lassen sich mit einer vollwertigen und ausgewogenen Ernährung abbildern.**

**Während der Gespräche geben die Ernährungsberaterinnen Tipps für die Ernährungsumstellung.**

## Kontakt



**Monika Lang**  
Ernährungsberaterin  
Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern



**Lisa Hilmerich**  
Ernährungsberaterin  
Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern

# In Bewegung bleiben!

## Physiotherapie in der Neurologischen Klinik

### Kontakt



Andreas Proll  
Physiotherapeut  
Tel.: 02935 807-0  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern



Schon am ersten Tag nach der Aufnahme kommen Patienten und Physiotherapeuten miteinander in Kontakt. Das Therapieteam wurde vorab von den Medizinern über die Erstdiagnose informiert und gibt schon nach dieser ersten Therapiesitzung die eigene Einschätzung an das Ärzteteam zurück.

„In der Regel bestätigen wir die Erstdiagnose und geben dazu die Einschätzung aus Sicht der Physio- und Ergotherapie, um anschließend gemeinsam das weitere Vorgehen und die notwendigen Maßnahmen abzustimmen“, erklärt Andreas Proll. Oft gebe es die für die jeweilige Erkrankung typischen Anzeichen schon im sogenannten Gangbild zu sehen. „Ein MS-Patient kann häufig einen Fuß nicht mehr vollständig anheben und zieht das Bein beim Laufen etwas nach. Oder wir beobachten bei einem Parkinson-Patienten, dass beim normalen Kreuzgang ein Arm nicht mitschwingt“, beschreibt der leitende Physiotherapeut die leicht erkennbaren äußeren Merkmale dieser beiden neurodegenerativen Erkrankungen.

#### Der Status Quo wird detailliert ermittelt

Dem folgen dann weitere Sensibilitätstest, die sich auf die Parameter Kraft, Gespür und Wahrnehmung beziehen. „Einige MS-Patienten nehmen zum Beispiel eines ihrer Beine nicht mehr wahr und auf-

**Die Arbeit der Physiotherapeuten ist vielseitig und immer nah an den Patienten. Mit einer Ganganalyse ermittelt Andreas Proll den Behandlungsbedarf und überprüft später den Therapiefortschritt. Die gewonnenen Daten werden interdisziplinär ausgewertet und alle Therapieaspekte aufeinander abgestimmt.**

grund dieser gestörten Tiefensensibilität spüren sie die Gliedmaßen dann auch nicht mehr. Das kann zu massiven Bewegungseinschränkungen und zu partiellen Lähmungen führen“, nennt Andreas Proll ein Phänomen, dem die Physiotherapeuten mit gezielten Maßnahmen entgegentreten können.

#### Therapie wird individuell abgestimmt

„Nach einer ausführlichen Befunderhebung ist es unser Ziel, die vorhandenen Fähigkeiten und Ressourcen der Patienten maximal zu fördern, zu stabilisieren und einem Fortschreiten der Erkrankung entgegenzuwirken“, erklärt Andreas Proll. Bei der Behandlung der Patienten-Beschwerden orientiere sich das Therapieteam an jeweiligen Funktionsbeziehungsweise Aktivitätseinschränkungen. Den Rahmen der therapeutischen Maßnahmen stellen im Wesentlichen die Konzepte mit neurophysiologischem Hintergrund dar.



**Therapie im Rahmen der Komplexbehandlung ist immer Team-Arbeit: Einmal pro Woche werden alle Maßnahmen interdisziplinär erörtert und gegebenenfalls an veränderte Lebensumstände angepasst. Dazu kommen Physiotherapeuten, Ärzte und Pflegekräfte zu Fallbesprechungen zusammen.**

### Wärme, Wasser, Bewegung, Berührung, Wellen und klimatische Faktoren

Die physikalische Therapie ist ein gesonderter Bereich der Physiotherapie, den man nicht gänzlich davon trennen kann. Klassische Indikationen für die Anwendung der physikalischen Therapie sind Schmerzen oder Funktionseinschränkungen hervorgerufen durch asymmetrische Körperhaltungen, kompensatorische Bewegungen und Überlastungen.

Weitere Indikationen bezogen auf den neurologischen Schwerpunkt der Neurologischen Klinik Sorpesee sind jede Art von Lymphödemen, sowohl in zentralen als auch in peripheren Bereichen.

Im hydrotherapeutischen Bereich liegen die Anwendungsgebiete beim Gefäßtraining und in der Stabilisierung des Immunsystems zur Vorbeugung von Erkältungskrankheiten.

### Ergotherapie und Logopädie

Aufgabe der Ergotherapie ist es, Defizite von Hirnfunktionen zu trainieren und sensomotorische Fähigkeiten unter anderem mit den Mitteln handwerklicher Methoden, mit Aufgaben aus dem Alltagsleben und gestalterischen Techniken soweit wie möglich wiederherzustellen oder zu kompensieren.

Neurologische Erkrankungen gehen häufig mit Beeinträchtigungen der Sprach-, Sprech-, Atem-, Stimm- und Schluckfunktion einher. Diese Beeinträchtigungen der Kommunikation können oft auch starke soziale Probleme mit sich führen.

Die Logopädie hat die Aufgabe, bestehende Schwierigkeiten in diesen Bereichen zu erkennen und den Patienten zu helfen, eine bestmögliche Kommunikations- und Schluckfunktion zu ermöglichen und so den Alltag zu erleichtern.

## Wir unterstützen Sie

Ein multidisziplinäres Therapieteam behandelt und begleitet Sie während Ihres Aufenthaltes. Durch regelmäßige interne und externe Fortbildungen bieten wir Ihnen Behandlungen auf höchstem Niveau.

Sie als Patientin oder Patient stehen mit Ihren Stärken, Ressourcen und Defiziten im Mittelpunkt unserer Arbeit. Ihre alltäglichen, individuellen Bedürfnisse werden in die Therapie integriert.

Ein Team aus Ärzten und Therapeuten erstellt zusammen mit Ihnen ein Behandlungskonzept. Die daraus erwarteten Erfolge werden täglich reflektiert, um eine optimale, individuelle Anpassung Ihrer Behandlung ermöglichen zu können.

### Techniken in der Physiotherapie

Die Physiotherapie in der Neurologischen Klinik basiert auf einem ganzheitlichen Behandlungsansatz. Sie fördert körperliche Bewegungen bei Störungen der Sensomotorik und setzt dazu verschiedene Techniken ein.

Hierzu gehören insbesondere:

- Reflexlokomotion nach Václav Vojta
- Automation von Bewegungsmustern mittels PNF (Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitaion)
- Anwendung und Kombination moderner Methoden nach dem Konzept von Berta und Karel Bobath
- Manuelle Therapie zum lösen von Verspannungen und lindern von Schmerzen

## Guter Rat ist hier nicht teuer, sondern kostenfrei: Sozialdienst in der NKS



Lisa Dahlmann (L.) informiert bei Bedarf über Hilfsangebote, die Patienten in den eigenen vier Wänden in Anspruch nehmen können und vermittelt entsprechende Kontakte. Die Beratung ist für die Patienten kostenfrei.

### Schwerpunkte der Beratungstätigkeit:

#### Im sozialrechtlichen Bereich

- Schwerbehindertenrecht
- Gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung
- Leistungen zur Teilhabe am Arbeits- und Berufsleben sowie bei Erwerbsminderung

#### Im psychosozialen Bereich

- Krankheitsbewältigung
- Ehe-, Familien- und Partnerschaftskonflikte
- Soziale Konflikte am Arbeitsplatz
- Information zu Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen
- Informationen und Beratung zur Psychotherapie

#### Weiterführende Hilfen

- Sozialrechtlich Leistungsanträge
- Vermittlung ambulanter Beratungsdienste
- Sicherung häuslicher Versorgung
- Überleitung in stationäre und teilstationäre Pflege

„Der Sozialdienst unserer Klinik ist ein eigenständiger Fachdienst und ergänzt die ärztliche, pflegerische und therapeutische Versorgung der Patienten im Rahmen der stationären Behandlung durch individuelle Hilfestellungen und gezielte Maßnahmen der Sozialarbeit. Das wesentliche Element dabei ist das Beratungsgespräch“, umreißt Lisa Dahlmann mit zwei Sätzen ihr Aufgabengebiet als Diplom Sozialpädagogin in der Neurologischen Klinik Sorpesee.

„Ich lege großen Wert auf die Prozessberatung in der zunächst die aktuelle Lebenssituation des Patienten analysiert wird, dann folgt die Problemdarstellung und in einem weiteren Gespräch werden die Problemlösung erarbeitet und diskutiert“, beschreibt Lisa Dahlmann ein Verfahren, das sie bei gut 90 Prozent der neuen Patienten anstößt. Eng daran gebunden

ist ihr Entlassmanagement, denn viele Patienten sind dankbar, wenn erste Maßnahmen schon aus der Klinik heraus gestartet werden.

„Schwerpunkt meiner Arbeit ist die Beratung nach dem Schwerbehindertengesetz, denn die entsprechende Einstufung und Anerkennung kann viele Vorteile für den Patienten mit sich bringen“, empfiehlt Lisa Dahlmann.

„Unsere Patienten kommen bei vielen Gelegenheiten miteinander ins Gespräch und geben sich untereinander schon viele Tipps weiter. Wenn man gemeinsam zu Mittag isst oder beim Nachmittagskaffee zusammensitzt, geht es nicht nur um Krankheiten, sondern auch um Hilfen und Strategien, die zur Bewältigung der Erkrankung beitragen“, weiß Lisa Dahlmann aus langjähriger Erfahrung.

Vor allem für jüngere und noch berufstätige Patienten ist eine umfassende Beratung von Nutzen. „Mit der sogenannten Teilerwerbsminderungsrente gibt es gute Perspektiven, seine Arbeit zu behalten und eine Basis für Hilfsmaßnahmen zu schaffen. Das reicht vom Zuschuss für die Anschaffung geeigneter Autos über die Einrichtung einer Rampe zur Erreichung der Arbeitsplatzes bis zur speziellen Konfiguration eines Bildschirmarbeitsplatzes oder Umbauten zu behindertengerechten Toiletten“, betont Lisa Dahlmann.

„Regelmäßig übernehme ich unseren Ausschankdienst bei den nachmittäglichen Kaffeerunden und komme da ohne weitere Umstände direkt mit vielen Betroffenen in Kontakt, auch mit denjenigen, die zunächst keine Notwendigkeit für ein dezidiertes Beratungsgespräch sehen. Oft ergibt sich aber schon bei diesen informellen Kontakten, dass es sehr wohl viele Fragen gibt, die sich aus der gesicherten Diagnose einer Erkrankung ergeben“, schätzt Lisa Dahlmann diese unkomplizierte Möglichkeit der Kontaktaufnahme.

In der wöchentlich stattfindenden Teamkonferenz mit Ärzten, Pflegenden und Physiotherapeuten bekommt auch die Sozialarbeiterin einen umfassenden Einblick in die Situation der einzelnen Patienten. „Das macht die Beratung im Laufe des klinischen Aufenthaltes natürlich viel umfangreicher und effektiver.“

## Positive Bilanz nach dem ersten Jahr mit ambulantem Angebot: Neurologische Praxis Dr. Khaled



### Neurologische Praxis Dr. Khaled

Dr. (Univ. Aleppo) Maged Khaled und sein Praxisteam ergänzen das gesamte Behandlungsspektrum der Neurologischen Klinik Sorpesee im ambulanten Sektor.

Nicht immer, wenn eine neurologische Erkrankung diagnostiziert wird, ist (sofort) eine stationäre Behandlung notwendig. In manchen Fällen ist eine ambulante Behandlung zunächst effektiver und angenehmer für die Patienten.

„In unserer neurologischen Praxis stehen Ihnen alle modernen Untersuchungsmethoden zur Verfügung. Wir arbeiten eng mit der Neurologischen Klinik Sorpesee und externen Partnern zusammen“, beschreibt Dr. (Univ. Aleppo) Maged Khaled das Angebot seiner Praxis in Sundern-Langscheid.

#### Ambulante Versorgung bietet Vorteile

Dr. Khaled hat seine Praxis an der Klinik im Jahr 2014 eröffnet und zieht nach dem ersten Jahr eine positive Bilanz: „Wir können mit unserem Angebot mehr Patienten erreichen und so unser Know-how aus der Klinik auch ohne einen stationären Aufenthalt anwenden.“

#### Enge Zusammenarbeit mit dem Klinikteam

„Wir arbeiten in allen Bereichen eng mit der Praxis Dr. Khaled zusammen. Für viele Patienten bedeutet das, dass sie ihr gewohntes Umfeld nicht für einen längeren Zeitraum verlassen müssen und eine Behandlung in ihren Alltag einfügen können“, bestätigt Sandra Gabriel, Pflegedienstleitung der Neurologischen Klinik Sorpesee.

### Therapieschwerpunkte:

- Morbus Parkinson
- Multiple Sklerose
- Epilepsie
- Trigeminusneuralgie
- Migräne
- Zustand nach Schlaganfall
- Schwindel
- Rückenbeschwerden

### Sprechzeiten:

Dienstag 13 – 17 Uhr  
Donnerstag 8 – 12 und 14 – 17 Uhr  
Freitag 8 – 12 Uhr

#### Telefonische Terminvergabe:

Dienstag 9 – 11 Uhr  
Mittwoch 9 – 11 Uhr

**Telefon 02935 807-300**

### Kontakt



Dr. (Univ. Aleppo)  
Maged Khaled  
Tel.: 02935 807-300  
Lindenstraße 22  
59846 Sundern



Da bin  
ich in  
besten  
Händen

- Pflegeberatung
  - Häusliche Pflege
  - Hauswirtschaft & Betreuung
  - Urlaubs- und Verhinderungspflege
  - Betreuungsleistungen
  - Notruf
  - Wundmanagement
  - Palliativepflege
- durch examinierte und zertifizierte Pflegekräfte!



Arnsberg  
Meschede  
Sundern  
Balve

0 29 03 97 11 0  
[www.mobidoc.de](http://www.mobidoc.de)