

Life

Das Magazin aus dem UKE
Sommer/Herbst 2020

Dem **Virus** getrotzt

COVID-19-Patient Peter Seifert
25 Tage auf der Intensivstation

Patienten erzählen

„Nie mehr schnarchen“

HSV-Trainer

Tumor im Rückenmark



Wir sagen Danke

für Ihren Zuspruch, Ihre Unterstützung
und Ihr Vertrauen in der Corona-Zeit!

Herzlich willkommen,
liebe Leserinnen und Leser,



Prof. Dr. Burkhard Göke
Ärztlicher Direktor
Vorstandsvorsitzender

die Corona-Pandemie ist die größte Herausforderung der Neuzeit für unser Gesundheitssystem, die Wirtschaft und unsere Gesellschaft insgesamt. Wir im UKE waren bestmöglich auf die Bewältigung dieser Krise vorbereitet. Gleichwohl haben wir uns jederzeit hinterfragt, was wir zum Schutz unserer Patientinnen und Patienten, unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besser machen können.

Bis Anfang September haben wir über 150 zum Teil schwerstkranke Patienten behandelt. Einer von ihnen ist Peter Seifert, der nach fünf Wochen im UKE den Kampf gegen das Virus gewonnen und uns seine Geschichte erzählt hat. Leider sind auch bei uns Patienten verstorben. Diese Schicksale haben uns sehr bewegt.

Keiner von uns weiß, wie sich das Infektionsgeschehen in den nächsten Monaten in Deutschland entwickeln wird. Wir alle sind gefordert, mit unserem Verhalten eine Ausbreitung des Virus zu vermeiden.

Bleiben Sie gesund!

Ihr

Prof. Dr. Burkhard Göke

Mit einem Husten ging es los, Luftnot, Intensivstation, künstliches Koma folgten. Peter Seifert (74) hat eine schwere Corona-Infektion durchlebt, Ingrid Kupczik (Text), Ronald Frommann und Axel Kirchhof (Fotos) haben seine Geschichte dokumentiert.



Inhalt

Neues aus dem UKE

- 6 Ministerin auf Stippvisite, aus der Vergangenheit lernen, keine Angst vorm Virus.

Titelgeschichte

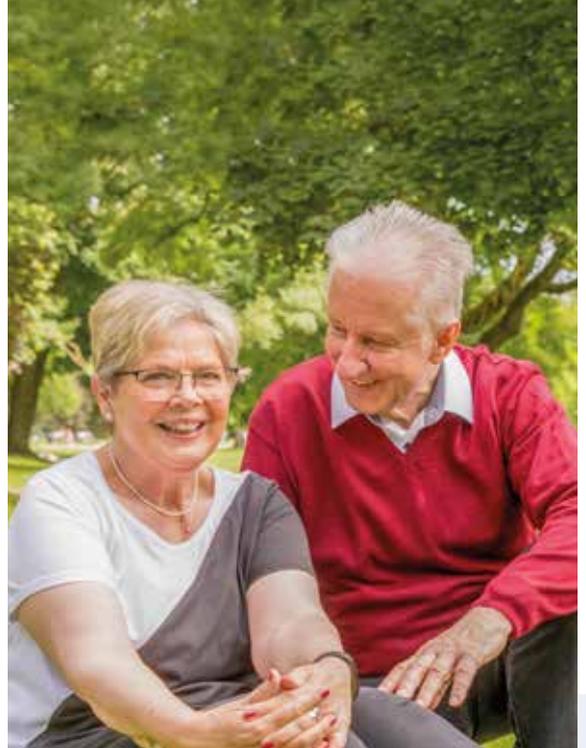
- 9 „Eine Welt zusammengebrochen“
Marlis und Peter Seifert infizieren sich mit dem Corona-Virus. Der 74-jährige durchleidet eine Odyssee.
- 14 Fieber, Husten, Atemnot
Grippeähnliche Symptome, die sich nur schwer behandeln lassen. UKE-Experten zur Corona-Pandemie.

Patienten berichten

- 16 Gefährliche Aussetzer
Karin Kollrich und Thilo Schmidt schnarchen – und „vergessen“ das Atmen zwischendurch. Eine neue Therapie verspricht Linderung.
- 21 Luft fürs Leben
Was tun gegen Schlafapnoe? HNO-Arzt Arne Böttcher gibt hilfreiche Tipps und erläutert den „Zungenschrittmacher“.

Stadtpiraten

- 22 Lieblingsplätze
Der Jenischpark hat es Intensivmediziner Prof. Dr. Stefan Kluge ganz besonders angetan.
- 24 Boberger Dünen
Eine einzigartige Landschaft – beinahe mitten in der Hansestadt. Seltene Tiere und Pflanzen haben hier ihre Heimat.



09



22



24

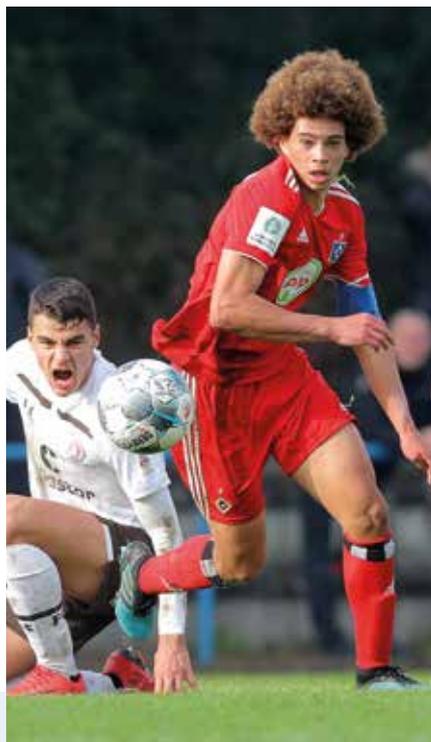




16



28



30



Was macht eigentlich...?

28 Kinderreporter

Die Mädchensprechstunde ist ein neues Angebot im UKE. Olivia (13) will es ganz genau wissen.

30 Ball im Aus

HSV-Nachwuchstrainer Daniel Petrowsky konnte sich plötzlich kaum noch bewegen – ein gutartiger Tumor drückte auf sein Rückenmark.

35 Teamwork fürs Rückgrat

Gezielte Behandlung im Wirbelsäulenzentrum des UKE.

Zur Sache

36 „Moin“ – „Tschüss“

Die Integrationsbeauftragte Sidra Khan-Gökkaya ist neu, Prof. Dr. Klaus Püschel sagt Tschüss.

Lieblingsrezept

38 Kaisergranat mit Susländer Bauch

Chefkoch Gilbert Köcher mit seinem aktuellen Lieblingsrezept.

Denksport

40 Sudoku

Dies und das

41 Wichtige Kontakte

So erreichen Sie Notaufnahme, Kinder-UKE und Blutspende.

Impressum

UKE Life im Internet:
www.uke.de/life.

Wir sind
für Euch
da



Seit August steigen die Infektionszahlen wieder an. Viele Menschen haben in den vergangenen Monaten Hilfe benötigt. Peter Seifert zum Beispiel – er hat um sein Leben gekämpft und gewonnen. Das haben leider nicht alle geschafft, denn es gibt noch keine rettende Medizin gegen das neue Virus. Wir tun trotzdem alles, um zu helfen. Was unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Kliniken, Einrichtungen und Bereichen geleistet haben, können Sie in unserem Corona-Spezial (www.uke.de/life-corona) lesen, darunter auch die Geschichte von Ärztin Parichehr Shamsrizi. Wir wollen, dass Sie gesund werden!



Margrit Wessel und Mathias George

Vom Kinder-UKE auf die Intensivstation Einfach nur helfen

Als die Intensivstationen zu Beginn der Corona-Pandemie Unterstützung benötigten, war für Margrit Wessel und Mathias George aus dem Kinder-UKE sofort klar: „Wir helfen!“ Mehrere Wochen haben die beiden Kinderkrankenpfleger im Herzzentrum schwerkranke Erwachsene versorgt. Jetzt sind sie zurück in der Kinderklinik – mit vielen neuen Erfahrungen im Gepäck und dem guten Gefühl, geholfen zu haben. Mehr von ihnen im Interview im Corona-Spezial von UKE Life.



UKE Life mit Corona-Spezial

Ein virtuelles Magazin, das während der Pandemie gewachsen ist. Lesen Sie online Berichte und Reportagen aus dem UKE über den Kampf gegen das Virus. www.uke.de/life-corona.



Reinigungskraft Nebahat Beyazgül

„Das Virus soll lie Angst vor mir ha

Corona-Pandemie: Anja Karliczek besucht UKE Ministerin auf Stippvisite

Mit lobenden Worten würdigte Bundesforschungsministerin Anja Karliczek das große Engagement von Pflegekräften, Ärztinnen und Ärzten bei der Bekämpfung der Pandemie. Besonders hob sie die UKE-Anstrengungen bei der Impfstoffentwicklung und weiteren Projekten hervor: „Forschung ist im Kampf gegen das Corona-Virus ein wesentlicher Schlüssel.“ Das Ministerium will hier künftig mit mehr Fördergeldern unterstützen.





ber
ben!“

In voller Schutzausrüstung körperlich arbeiten – eine besondere Herausforderung. Doch nicht für Nebahat Beyazgül! Seit 40 Jahren ist sie im UKE, hat sich sofort freiwillig gemeldet, als es um die Reinigung der COVID-19-Patientenzimmer ging. „Angst? Ich habe doch eine gute Schutzausrüstung an. Das Virus soll lieber Angst vor mir haben!“ Mehr im Corona-Spezial.



Aus der Vergangenheit lernen

Die „Spanische Grippe“, die nach Schätzungen der WHO weltweit bis zu 50 Millionen Tote gefordert haben könnte, war vor knapp 100 Jahren die letzte große Pandemie, die völlig unerwartet mit einem neuen Erreger kam. Wie Medizin, Politik und Gesundheit die Erfahrungen von damals für die Bewältigung der Corona-Pandemie nutzen können, erläutert UKE-Medizinhistoriker Prof. Dr. Philipp Osten im Corona-Spezial von UKE Life.

Schwangerschaft und Geburt

Was passiert bei einer Corona-Infektion während der Schwangerschaft? Das untersuchen Wissenschaftlerinnen im UKE.



Versuch macht klug: Sven Gerber aus der Arbeitssicherheit testet alle Masken selbst, bevor sie im UKE in den Einsatz gehen.



Erfindergeist für die Sicherheit

Suche nach dem Impfstoff

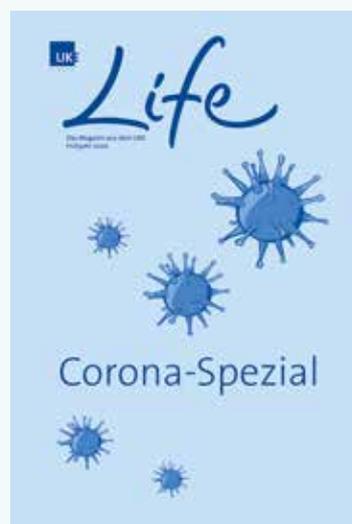


Prof. Dr. Marylyn Addo hat schon den Ebola-Impfstoff mit entwickelt. Jetzt startet sie eine Impfstudie gegen das Corona-Virus.



Beatmungsgeräte entscheiden auf der Intensivstation über Leben und Tod. Fridjof Stuck und sein Team sorgen für Nachschub.

Wenn der Sauerstoff knapp wird



Das virtuelle Magazin, das während der Pandemie stetig gewachsen ist



In guten Händen

Bis Anfang September versorgt das UKE über 150 COVID-19-Patientinnen und -Patienten. Einer von ihnen ist Peter Seifert.



»Für uns ist eine Welt zusammen-gebrochen«

Fünf Wochen lang kämpft der Hamburger Peter Seifert im UKE mit dem Corona-Virus, davon 25 Tage auf der Intensivstation und einige Zeit im künstlichen Koma. Sein Leben hängt am seidenen Faden. Doch der 74-Jährige übersteht die gefährliche Infektionskrankheit und kommt überraschend schnell wieder auf die Beine.

Text: Ingrid Kupczik Fotos: Axel Kirchhof



Peter Seifert auf der Intensivstation, wenige Tage nachdem er aus dem künstlichen Koma geholt wurde

Peter Seifert hustet, er hat sich wohl bei seiner Frau angesteckt. Sie ist seit zwei Tagen stark erkältet und hustet in einer Nacht so heftig, dass eine Nachbarin aus dem Mehrfamilienhaus in Hamburg-Eidelstedt morgens besorgt nachfragt. Marlis Seifert hat Asthma. „Ich weiß ja, wie heftig meine Bronchitis sein kann.“ Die Corona-Welle hat Deutschland bereits im Griff; die Zahl der COVID-19-Neuerkrankungen steigt täglich sprunghaft an. Corona kann es bei den Seiferts aber doch nicht sein, woher auch? Man ist nicht in den belasteten Süden gereist, und aus dem gesamten Familien- und Bekanntenkreis ist ja auch niemand an COVID-19 erkrankt. Außerdem können beide schmecken und riechen. So gehen ihre Überlegungen.

Fieber will tagelang nicht sinken

Das Ehepaar tippt auf einen grippalen Infekt, passend zum wechselhaften Wetter dieser zweiten Märzwoche. „Zu der Zeit hieß es, man solle nicht wegen jeder Erkältung gleich zum Arzt“, erinnert sich Marlis Seifert. Aber ihr Mann hustet nicht nur massiv, sondern entwickelt zudem ein Fieber, das tagelang nicht sinken will. Der Hausarzt testet beide auf Corona, vorsorglich und damit sie einen Röntgentermin beim Lungenspezialisten bekommen. Dafür muss ein negatives Testergebnis vorliegen. Das Ergebnis kommt am selben Abend per Telefon: Beide positiv. „Für uns ist eine Welt zusammengebrochen“, sagt der 74-Jährige. „Meine Frau mit Asthma und ich mit meinem Diabetes – was kam da auf uns zu?“

Tags darauf geht es in die Notaufnahme des UKE. Dort trennen sich die Wege von Marlis und Peter Seifert – und lange Zeit wird nicht sicher sein, ob sie je wieder zusammenführen. Ehefrau Marlis wird in die häusliche Quarantäne entlassen, Peter Seifert

kommt auf die Bernhard-Nocht-Station der Infektiologie. Dort verschlechtert sich sein Zustand rapide, nach zwei Tagen wird er auf die Intensivstation für COVID-19-Patienten verlegt. Vorher telefoniert das Ehepaar noch einmal. „Er bekam kaum Luft, konnte nur mit Mühe sprechen“, berichtet Marlis Seifert. „Und er hat gesagt: Ich glaube, ich schaffe es nicht.“ Dieser Moment hat sich tief in ihre Seele gegraben.

Das Letzte, an das sich Peter Seifert erinnert, sind die Worte des Arztes: „Wir legen Sie jetzt ein bisschen schlafen.“ Er wird ins künstliche Koma versetzt, beatmet und über eine Magensonde ernährt. Sohn Martin übernimmt den Informationsaustausch mit dem UKE, er telefoniert täglich mit dem diensthabenden Arzt. Die Nerven liegen blank. „Zu wissen, da liegt dein Vater, der vielleicht den nächsten Tag nicht überlebt, ist furchtbar“, sagt der 51-Jährige.

Es steht nicht gut um Peter Seifert

Per Video-Call tauscht sich die Familie abends über den Stand der Dinge aus: Martin hat der Behandlung des Vaters mit einem neuartigen Medikament zugestimmt, das in den klinischen Studien vielversprechende Wirkung zeigte, aber noch nicht auf dem Markt ist. Die stundenweise Bauchlagerung des Vaters verbessert seine Lungenfunktion, bei Rücklagerung wird sie aber wieder schlechter. Es steht nicht gut um Peter Seifert. „Wir tun alles, damit unsere Patienten am Leben bleiben“, versichert die Ärztin dem Sohn. Bei Familie Seifert liegen die Telefone stets griffbereit.

Und endlich ein Lichtblick: Am 29. März, Peter Seiferts zehntem Tag im UKE, berichtet Ärztin Liina Thasler, dass sich die Atmung beim Lagewechsel auf den Rücken zum ersten Mal nicht verschlechtert

habe. „Er wird über die Nacht kommen“, sagt sie den Angehörigen. „Sie können ruhig schlafen.“ Dann geht alles recht schnell: Die Ärzte entscheiden, Seifert aus dem Tiefschlaf zu holen und die Beatmung zurückzufahren. In der ersten Nacht atmet er eine halbe Stunde aus eigener Kraft mit, am nächsten Tag schafft er zehn Stunden. Drei Tage früher als geplant kann der Tubus entfernt, die Sedierung eingestellt werden.

Peter Seifert kommt nach und nach wieder zu vollem Bewusstsein. Ein Foto vom 10. April zeigt ihn im Rollstuhl sitzend, mit Maske, Infusionssystem und rot leuchtendem Sensor am Finger. Das Bild hat Gesundheits- und Krankenpflegerin Julia Bysäth aufgenommen und an die Familie geschickt, dazu die Zeile: „Mir geht es soweit gut.“ Die engagierte Krankenschwester hilft auch, einen Video-Chat per Handy zu organisieren. „Die Station hat uns großartig unterstützt“, sagt Martin Seifert. Sein Vater kann bei den Online-Familientreffen noch nicht mitreden, seine Stimmbänder sind durch die Langzeitintubation vorübergehend noch beeinträchtigt. „Dafür haben wir umso mehr geredet“, sagt seine Frau, „wir waren einfach nur glücklich.“

Das erste Sitzen an der Bettkante, der erste Aufstehversuch, die ersten Schritte mit Unterstützung: Der Körper muss sich neu justieren, Kraft sammeln, jeder Schritt ist ein Erfolgserlebnis. Seifert erholt sich zusehends, sein Gesicht hat wieder Farbe, er wird von der Intensivstation zurück auf die Isolierstation verlegt. Acht Tage verbringt er dort, übt im Krankenzimmer am Rollator seine Schritte. Mehr Abwechslung hat er nicht, er fühlt sich allein. „Meine Seele ist Achterbahn gefahren.“ Am 22. April wird er aus dem UKE entlassen; 35 Tage hat er in der Klinik verbracht, davon 25 auf der Intensivstation.

Nun geht es zur Nachsorge und Reha ins Albertinen-Haus, eine medizinisch-geriatrische Klinik in Hamburg-Schnelsen, die eng mit dem UKE kooperiert. Peter Seifert nutzt das vielfältige Angebot: Logopädie, Ergo- und Physiotherapie, Massage, 18 Termine pro Woche. Er gewinnt Energie und Zuversicht. Die Muskelschwäche in der rechten Schulter geht deutlich zurück, die Stimme kommt wieder, beim Stufensteigen trainiert er für den Aufstieg zu seiner Wohnung im zweiten Stock. Bald schon marschiert er eigenständig, ohne Rollator. Seine Krankengymnastin filmt ihn beim lockeren Gang durch den Garten und schickt der Familie das Video-Dokument. „Wir waren begeistert“, sagt sein Sohn. „Die Therapien waren klasse, man muss aber auch selbst den Willen mitbringen, noch mehr zu schaffen“, erklärt der Vater seine überraschend schnelle Mobilisierung.

„Uns geht es gut, dafür sind wir dankbar“

Seit dem 14. Mai ist Peter Seifert wieder zu Hause. Die zwischenzeitlich viel zu hohen Leberwerte waren ein Stimmungsdämpfer, konnten durch Umstellung seiner Diabetes-Medikamente aber bereits zum großen Teil normalisiert werden. „Uns geht es gut, dafür sind wir sehr dankbar“, sagt er. Bis heute ist nicht klar, wo seine Frau, die nur milde Krankheitssymptome hatte, und er sich infiziert haben könnten. So viel steht für ihn fest: „Das UKE hat mir das Leben gerettet, und im Albertinen-Haus hat man mich wieder auf die Beine gebracht.“

Einige Wochen später kommt er noch einmal auf die Intensivstation zurück – um Danke zu sagen. Es sind bewegende Momente im Kreis der Pflegekräfte, Ärztinnen und Ärzte, die Peter Seiferts Entwicklung über Wochen begleitet haben. „Ich bin unendlich dankbar für all das, was hier für mich getan wurde.“



Marlis und Peter
Seifert gehen heute
mit Zuversicht und
Optimismus durchs
Leben



Prof. Dr. Stefan Kluge, Direktor der Klinik für Intensivmedizin

Fieber, Huste

Die Symptome einer Corona-Infektion sind ähnlich wie bei einer Erkältung, mitunter wie bei einer Grippe. In den meisten Fällen klingen sie schnell wieder ab, doch es kann auch zu dramatischen Krankheitsverläufen kommen.

„An Herrn Seifert können wir alle uns noch gut erinnern. Wir freuen uns mit ihm und seiner Familie, dass er die schwere Erkrankung gut überstanden hat“, sagt Prof. Dr. Stefan Kluge, Direktor der Klinik für Intensivmedizin. Nach bisherigen Erkenntnissen, so Prof. Kluge, erhöht sich das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf bei Menschen zwischen 50 und 60 Jahren. „Das Immunsystem älterer Menschen reagiert auf eine Infektion nicht mehr so gut.“ Unabhängig vom Alter steigern Grunderkrankungen wie Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Erkrankungen des Atmungssystems, der Leber und der Niere sowie Krebserkrankungen das Risiko für einen schweren Verlauf. Junge Menschen ohne Vorerkrankungen seien weniger von schweren Krankheitsverläufen betroffen. Dennoch bestehe auch für sie ein Risiko, so der Intensivmediziner.

Das Durchschnittsalter der Erkrankten in Deutschland lag zunächst bei 50 Jahren, bei Intensivpatienten bei 63 Jahren; seit dem Sommer infizieren sich vor allem jüngere Menschen. Frauen und Männer sind annähernd gleich häufig betroffen, allerdings erkranken Männer etwa zweimal häufiger schwer und haben insgesamt ein höheres Sterberisiko. Die meisten Erkrankten haben Fieber und Husten; einige verlieren vorübergehend ihren Geruchssinn. Auf die Intensivstation werden COVID-19-Patientinnen

n, Atemnot

und -Patienten meist wegen Atemnot und Sauerstoffmangel im Blut verlegt, im Schnitt zehn Tage nach Auftreten erster Symptome. Schwer erkrankte COVID-19-Patienten liegen etwa neun Tage auf der Intensivstation, bei einer Beatmung rund 18 Tage.

Die Betreuung stellt für die Pflegekräfte eine besondere Herausforderung dar, wie Frank Sieberns, Pflegerische Leitung der Klinik für Intensivmedizin, erläutert. „Die Arbeit in kompletter Schutzkleidung ist körperlich anstrengend und die psychosoziale Belastung aufgrund des neuartigen Virus erhöht.“ Zeitweise waren mehrere Intensivstationen im UKE speziell für COVID-19-Patienten eingerichtet. „Alle anderen intensivpflichtigen Patientinnen und Patienten wurden und werden getrennt von ihnen auf den übrigen Intensivstationen behandelt.“

Mit den steigenden Anforderungen musste auch die Zahl der Pflegekräfte erhöht werden, so Sieberns. „Viele Pflegekräfte und Ärzte hatten sich bereit erklärt, uns zu unterstützen. Insgesamt haben wir mehr als 350 Kolleginnen und Kollegen für einen eventuellen Einsatz auf den COVID-19-Intensivstationen geschult und ihr Wissen, beispielsweise in der Handhabung der Beatmungsgeräte, aufgefrischt.“ Unterstützung erhielten sie dabei nicht nur aus anderen UKE-Bereichen, sondern auch von Hamburger Kliniken. Frank Sieberns Zwischenfazit: „Insgesamt haben wir die vergangenen Monate ausgezeichnet gemeistert und wertvolle Erfahrungen gesammelt, die – sollte es zu einer zweiten Welle mit vielen intensivpflichtigen Erkrankten kommen – uns auf die weitere Zeit mit dem Virus gut vorbereitet haben.“



Frank Sieberns,
Pflegerischer
Zentrumsleiter,
Zentrum für
Anästhesiologie
und
Intensivmedizin

GEFÄHRLICHE AUSSETZER



Karin

68 Jahre, verheiratet

Karin Kollrich aus Hamburg und Thilo Schmidt aus Rostock schnarchen – wie Millionen Menschen auch. Doch die beiden litten unter gefährlichen Atemaussetzern im Schlaf. Mit den furchteinflößenden Masken kamen sie nicht zurecht. Geholfen hat ihnen eine neue Therapie, ein sogenannter Zungenschrittmacher.



Thilo

44 Jahre, verheiratet, vier Kinder

Text Ingrid Kupczik Fotos Axel Kirchhof

„Du hast einen ganzen Wald abgesägt!“ Es klingt scherzhaft, aber Karin Kollrich spürt einen leisen Vorwurf. Wieder hat sie geschnarcht, ihren Mann damit aufs Wohnzimmersofa vertrieben. „Das Schnarchen war extrem laut, kaum auszuhalten“, erzählt Ehemann Rainer. Und dann plötzlich diese Stille auf der anderen Bettseite. „Ich habe nach ihr getastet, um zu checken, ob sie noch da ist. Normal war das nicht.“ Er drängt seine Frau, zum Arzt zu gehen. „Wenn wir mit der Küche durch sind“, verspricht sie.

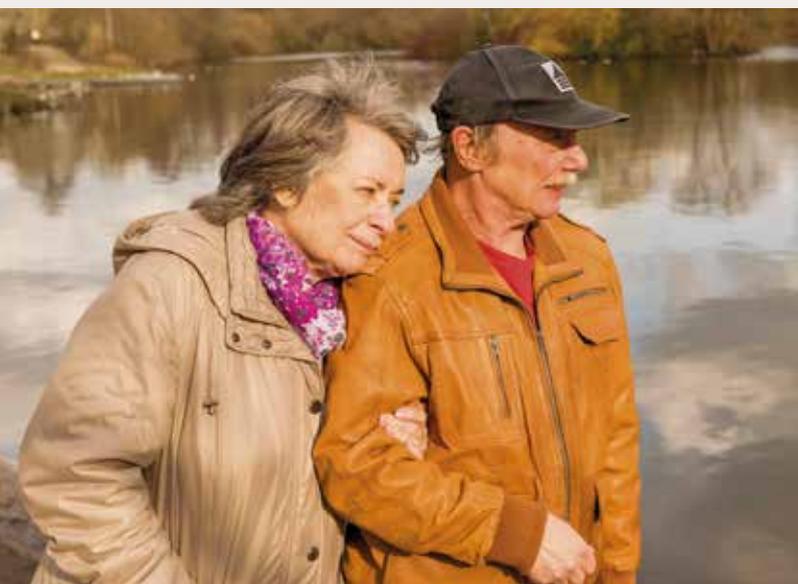
Seit die 68-Jährige und ihr Mann in Rente sind, wird die Wohnung in Hamburg-Bramfeld aufwändig renoviert. „Ich habe mein Schnarchen auf den feinen Baustaub geschoben“, berichtet Karin Kollrich. Dass sie sich oft schlapp fühlt, beim Gang zum Einkaufen schon an der ersten Ampel außer Atem ist, rechnet sie dem Alter zu. „Wir sind ja auch nicht

mehr die Jüngsten.“ Als die Küche Mitte 2018 fertig ist, begibt sie sich wie verabredet zum HNO-Arzt. Der verordnet ein Untersuchungsgerät für zu Hause, das diverse Körperaktivitäten im Schlaf misst. Bei dieser Polygraphie stellt sich heraus: Die Patientin hat pro Stunde neun Atemaussetzer, die jeweils mindestens zehn Sekunden dauern. Sie verbringt daraufhin eine Nacht in einem Schlaflabor, wo noch differenzierter untersucht wird. 22 Aussetzer werden nun gemessen, das entspricht einer mittelgradigen obstruktiven Schlafapnoe und muss behandelt werden.

„Du hast einen ganzen Wald abgesägt!“

Die Hamburgerin erhält eine Atemmaske (CPAP), die ihr die Luft mit Überdruck zuführt. Das hält die Atemwege frei. Die Behandlung gilt als Goldstandard bei der Schlafapnoe, für Karin Kollrich ist sie „der blanke Horror“. Sie zählt auf: In Seitenlage sitzt die Maske nicht bündig, sodass Druckluft entweicht, es zischt und pfeift. Die Augen sind vom Luftzug erst gereizt, dann entzündet. Frau Kollrich schnarcht zwar nicht mehr, schläft aber auch kaum noch und wacht morgens völlig erschöpft auf. Als sie eines Nachts unter der Maske

Das Leben hat wieder neue Qualität gewonnen: Karin Kollrich und ihr Mann Rainer beim gemeinsamen Spaziergang



in Panik gerät, bricht sie ab. Das Ehepaar sucht nun intensiv nach einer Alternative und findet sie im UKE: „Der Zungenschrittmacher war unsere Rettung“, resümiert Karin Kollrich. „Wir schlafen jetzt beide wie die Bären“, bestätigt ihr Mann Rainer.

Schon ein Jahr zuvor hatte Thilo Schmidt aus Laage bei Rostock am UKE seinen Zungenschrittmacher erhalten. Unter Vollnarkose waren ihm die drei Komponenten des Systems implantiert worden: Atemsensor am rechten Brustkorb, Generator unter dem rechten Schlüsselbein, Stimulationselektrode am Zungennerv. Deren kleine Stromimpulse schieben die Zunge vor, sodass der Atemweg frei bleibt. Die Operation fand an seinem Geburtstag statt. „Der Zungenschrittmacher war das mit Abstand beste Geschenk“, sagt er.

Schnarchen und Atemaussetzer sind bis dahin für Thilo Schmidt über viele Jahre ein quälendes Thema gewesen. Er ist noch keine 30, als seine damalige Partnerin ihn nachts immer häufiger stupst, weil er so heftig schnarcht und zwischendurch sein Atem stockt. „Mir war das extrem peinlich. Schnarchen, das ist doch was für ältere Leute!“ Wenn morgens um sechs der Wecker klingelt, fühlt er sich, als habe er den Arbeitstag schon hinter sich. Tagsüber kämpft er als Zivilangestellter der Bundeswehr gegen bleierne Müdigkeit und Konzentrationsprobleme an. Abends schläft er auf dem Sofa ein. Seine Stimmung kippt immer mehr, er wird schwermütig, ist schnell gereizt, zieht sich zurück.

In dieser Phase ist Thilo Schmidt wegen schwerer Herzrhythmusstörungen schon länger in Behandlung. Die schlafbezogenen Symptome hat keiner so recht im Blick. Der Patient macht sich im Internet kundig, liest über Schlafapnoe und sucht einen Lungenfacharzt auf. Die anschließende Polygraphie zu Hause ergibt 56 relevante Atemaussetzer pro Stunde, viel zu viel. Sauerstoffgehalt des Bluts: 70 Prozent, viel zu wenig. 2006 erhält

„Mir war das extrem
peinlich. Schnarchen,
das ist doch was
für ältere Leute!...“

Müdigkeit und Konzentrationsprobleme
sind vorbei: Thilo Schmidt
kann endlich wieder durchatmen



er eine Atemmaske, Fullface genannt, „wie bei Darth Vader in ‚Star Wars‘“, sagt er. „Die Maske war mir von Anfang an unangenehm, gegenüber meiner Frau und auch den Kollegen, wenn ich auf einem Lehrgang war.“

Aber sie wirkt. Thilo Schmidt schläft gut, er tankt Energie und genießt es, mit dem kleinen Sohn zu spielen. Doch es wird zunehmend kompliziert. Die Luft pfeift aus der Maske, er hat oft Bindehautentzündungen. Wenn er die Maske noch fester anzieht, hinterlässt das groteske Abdrücke im Gesicht. Konsequenz: „Ich habe das Teil immer öfter liegen gelassen.“ Dann schnarcht er aber sofort wieder und der Atem setzt aus, ein Teufelskreis. Schmidt sucht nun dringend nach anderen Behandlungsoptionen. Als er im Internet auf den Zungenschrittmacher stößt, ist er sogleich angetan. Eine Fachärztin für Schlafmedizin, bei der er Rat sucht, empfiehlt für die Behandlung das UKE.

„Die obstruktive Schlafapnoe ist eine gefährliche Erkrankung.“

Jeweils vier Wochen nach der Implantation, als die OP-Narben gut verheilt sind, werden die Zungenschrittmacher von Karin Kollrich und Thilo Schmidt individuell eingestellt. Von da an aktivieren sie selbst das System, indem sie die Fernbedienung unter dem rechten Schlüsselbein auf Höhe des Impulsgenerators anlegen. Wenn die Zunge den Impuls erhält, spürt die Hamburgerin das als kleinen Schubs. Nicht unangenehm, im Gegenteil: „Das verschafft mir ja neue Lebensqualität.“

Auch Thilo Schmidt schnarcht nicht mehr, die Atemaussetzer sind passé, er hat wieder volle Energie. Dass der implantierte Generator laut Hersteller durchschnittlich 10,6 Jahre hält und dann in einem kurzen Eingriff ausgetauscht wird, lässt ihn ungegrührt. „Ich bin so dankbar, dass ich aus meiner Grauzone heraus bin.“ Im Sommer letzten Jahres hat er einen Zaun gebaut, war mit seinem ältesten Sohn beim Rammstein-Konzert, hat mit den vier Kindern ein Stelzenhaus im Garten errichtet. „All das wäre vorher undenkbar gewesen.“

Priv.-Doz. Dr. Arne Böttcher und Dr. Jacob Clausen (l.) bei einer Kontrolluntersuchung. Thilo Schmidt ist froh, dass er nicht mehr schnarcht



Zungenschrittmacher hilft bei Obstruktiver Schlafapnoe

Luft fürs Leben

Schnarchen ist weit verbreitet, laut, lästig – aber meist harmlos. Zum Gesundheitsrisiko wird es, wenn Atemaussetzer hinzukommen. Die Obstruktive Schlafapnoe (OSA) sollte unbedingt behandelt werden.

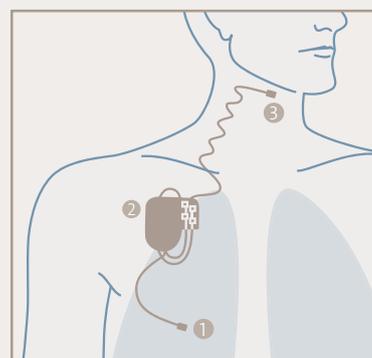
Behandlungsstandard ist die Überdruck-Atemmaske. „Wir empfehlen sie als Erstes“, sagt Oberarzt Dr. Arne Böttcher von der Klinik und Poliklinik für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde des UKE. Doch viele Patienten haben damit ihre Probleme – mit der Folge, „dass die Hälfte der rund vier Millionen OSA-Patienten in Deutschland die Maske nicht regelmäßig und langfristig nutzt.“

Der Zungenschrittmacher kann eine wirksame Alternative sein. Das UKE gehört zu den wenigen spezialisierten Zentren, die diese neue Therapie anbieten. „Ob sie in Frage kommt, muss individuell anhand des Krankheitsbildes geklärt werden.“ Das Schrittmachersystem besteht aus drei Komponenten, die unter Vollnarkose implantiert werden und im Zusammenspiel dafür sorgen, dass die Zunge im Schlaf nicht den Luftweg blockiert. „Die Zahl der nächtlichen Atemaussetzer geht dadurch auf ein gesundes Niveau zurück“, erklärt HNO-Arzt Böttcher. Die Überdruckbeatmung mit Maske habe grundsätzlich den gleichen Effekt, „sofern man sie konsequent benutzt.“

Dass nachts mal der Atem stockt, sei normal. OSA-Patienten haben aber im Schnitt zehn oder mehr Aussetzer pro Stunde, jeweils mehr als zehn Sekunden bis minutenlang. „Bei Atemaussetzern erhält der Körper nicht mehr ausreichend Sauerstoff, er gerät in Stress und reagiert mit heftigen Weckreaktionen“, sagt Experte Böttcher. Die Schlafphasen werden nicht mehr vollständig durchlaufen, der erholsame Tiefschlaf bleibt aus. Das Risiko für Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall, Herzrhythmusstörungen und Depressionen steigt.

Die Betroffenen spüren die Aussetzer meist nicht, fühlen sich tagsüber aber erschöpft, gestresst, leistungsgemindert; sie gefährden sich und andere durch Sekundenschlaf. Dr. Böttcher: „Die obstruktive Schlafapnoe ist eine gefährliche, aber gut behandelbare Erkrankung. Durch fachgerechte Versorgung erlangen die Patienten Gesundheit und neue Lebensqualität.“

Schlafmedizinische Sprechstunde: HNO-Poliklinik, mittwochs 8 bis 12 Uhr, Anmeldung 040 7410-22500



Der Schrittmacher wird in Vollnarkose mit drei kleinen Schnitten eingesetzt. Das System enthält:

- 1 einen Sensor, der die Atembewegung im Schlaf misst.
- 2 den Generator („Schrittmacher“), der unter dem Schlüsselbein eingesetzt und individuell programmiert wird.
- 3 eine Elektrode, die den Zungennerv gezielt mit einem Impuls stimuliert und das Erschlaffen der Muskulatur verhindert.

Mit einer Fernbedienung können Patienten den Impuls jederzeit individuell regulieren.



Lieblingsplätze



Fotos: Ronald Frommann



Der Jenischpark hat's mir ange-
tan“, sagt Prof. Dr. Stefan Kluge,
Leiter der UKE-Intensivmedizin.
Ein idealer Ort zum Entspannen.





Prof. Kluge lebt mit seiner Familie praktisch um die Ecke, braucht mit dem Rad keine zehn Minuten bis zum Park. Von 1785 bis 1828 schuf Caspar Voght die sogenannte „ornamented farm“ von Klein Flottbek als Einheit von Landwirtschaft und Parkanlagen. Der südlichste Teil, der Süderpark und heutige Jenischpark, wurde 100 Jahre lang von der Familie Jenisch als großbürgerlicher Sommersitz gestaltet und gepflegt, dann 1927 von der Stadt Altona gepachtet und 1939 von der Stadt Hamburg erworben. Heute steht der Jenischpark unter Denkmalschutz, ein Verein (www.jenischparkverein.de) unterstützt die Wiederherstellung der historischen Parkanlage und veranstaltet Führungen. „Die vielfältige Pflanzenwelt ist zu jeder Jahreszeit ausgesprochen schön“,

erzählt Prof. Kluge. „Dazu kommen die drei Museen und als Krönung natürlich der grandiose Blick auf die Elbe, den man von hier genießen kann.“

Herausforderung Corona-Pandemie

Entspannung kann der Leiter der Intensivstation gut gebrauchen: „Die Corona-Pandemie hat uns maximal gefordert. Aber sie hat auch das Schöne an unserer Arbeit gezeigt: Das Zusammenwirken in einem Team mit verschiedenen Berufsgruppen.“ Oft werde es stressig in der Intensivmedizin, so Prof. Kluge, „belohnt werden wir aber, wenn eine Patientin oder ein Patient nach schwerer Erkrankung die Intensivstation wieder verlassen kann.“

Sand

soweit das Auge reicht

Wer beim Wort „Düne“ gleich an ferne Wüstenregionen denkt, der sei eines Besseren belehrt. Beinahe mitten in Hamburg befindet sich eine einzigartige Dünenlandschaft – die Boberger Dünen.



Kaum vorstellbar,
aber auch das ist
Hamburg:
Feiner Sand der
Boberger Dünen



Auch Waldkauze haben in der Niederung ein Zuhause gefunden



Schmetterlinge fühlen sich in der Heidelandschaft ebenfalls wohl

Zwischen Bille und Bergedorfer Straße im Naturschutzgebiet Boberger Niederung versteckt sich Hamburgs letzte Wanderdüne. Die Dünenlandschaft bietet Natur pur und mit ihren ausgedehnten Sandflächen den perfekten Rahmen für einen Ausflug. Das Gebiet lädt ganzjährig zum Wandern, Radfahren und bei schönem Wetter auch mal zum Baden am Boberger Baggersee ein. Eingerahmt wird die Wanderdüne von Heidelandschaft (während der Blütezeit ein Erlebnis!) und Marschwiesen.

Möglichkeiten zum Rasten und Entspannen bieten sich an vielen Stellen. Besucherinnen und Besucher sollten dabei auf naturschutzgerechtes Verhalten achten, damit die hier beheimateten seltenen Tiere und Pflanzen (Ameisenlöwen, Heidelerchen, fünf verschiedene Orchideenarten) langfristig ihren Lebensraum behalten.

Durch den nahe gelegenen Segelflugplatz lassen sich die Flugzeuge in der Luft beobachten und barfuß durch den feinen Sand zu laufen, fühlt sich automatisch wie Urlaub und „ganz weit weg“ an. Abgerundet wird das Ganze an Sommertagen von einer Abkühlung im Baggersee, an dem es einen schönen Sandstrand gibt. Informationen zum Naturschutz in den Boberger Dünen sowie Vorschläge für Wanderrouten und Führungen sind im Boberger Dünenhaus der Loki Schmidt Stiftung erhältlich. Es empfiehlt sich, vorher einen Blick auf die Website www.loki-schmidt-stiftung.de zu werfen, denn das Veranstaltungsangebot ist aktuell eingeschränkt.

Die Boberger Dünen sind gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar und wer sein Rad mitnimmt, kann die Rückfahrt gen Hamburg über den Billwerder Billedeich antreten.



Die Boberger
Niederung bietet
eine Vielfalt
von Arten und
Lebensräumen

ALLE

außer gewöhnlich

Unsere Kinderreporterin Olivia besucht die neue Mädchensprechstunde und klärt mit Julia Schweitzer, Assistenzärztin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, warum Erwachsenwerden so schwierig ist.

Olivia: Was kann man sich unter einer Mädchensprechstunde vorstellen?

Julia Schweitzer: Die Mädchensprechstunde ist eine Vorsorgesprechstunde für alle Mädchen in Hamburg. Wir wissen, dass die Pubertät eine besondere und herausfordernde Zeit ist, speziell für Mädchen. Mädchen haben im Rahmen der Pubertät ein vielfach erhöhtes Risiko, an Depressionen zu erkranken. In der Mädchensprechstunde geht es daher um Gefühle und Gedanken. Die Mädchen können zu uns alleine kommen, Geschwister mitbringen oder Freunde oder Eltern.

Gibt es auch eine Jungensprechstunde?

Wir Kinder- und Jugendpsychiater behandeln und begleiten Kinder und Jugendliche unabhängig vom Geschlecht. Aber diese ganz bestimmte

„Warum kann man die Brüste nicht einfach wegzaubern?“ Eine wichtige Frage, die Olivia mit Ärztin Julia Schweitzer, Leiterin der neuen Mädchensprechstunde im UKE klärt.



knifflige Zeit braucht etwas Maßgeschneidertes und deshalb gibt es die Mädchensprechstunde.

Mit welchen Problemen kommen die Mädchen zu Ihnen?

Die Mädchen kommen zu mir und ich höre erst einmal zu und wir machen uns gemeinsam ein Bild davon, worum es geht und was mein Auftrag sein soll. Dann machen wir weitere Termine – meistens drei bis vier, aber manchmal ist es auch mit einem Termin schon geregelt. Häufig sind es Dinge wie Traurigkeit, das Mit-





Olivia liebt Social Media und ist am liebsten bei TikTok und Snapchat unterwegs. Das Erwachsenwerden gehört zu ihren Lieblingsthemen.

Das ist Olivia (13). Sie besucht die 7. Klasse der Stadteilschule Eppendorf.



einander mit Freundinnen, körperliche Veränderungen, Gefühlsschwankungen, Ohnmachtsgefühle, belastende Ängste. Und manchmal können die Mädchen gar nicht aussprechen, was es ist.

Und wie läuft die Sprechstunde in Corona-Zeiten ab?

Corona ist eine belastende Zeit für alle. In der Pubertät sind viele Themen peinlich und unangenehm. Deswegen bieten wir unsere Sprechstunde auch als Videosprechstunde an. Die Mädchen können sich bei mir melden und ich schicke dann einen Link.

Wieso hat man Stimmungsschwankungen?

Das ist eine total wichtige Frage. Früher hat man gedacht, Stimmungsschwankungen kommen bei Mädchen und Frauen nur im Zusammenhang mit den Tagen und den Hormonen vor. Das stimmt aber nicht. In der Pubertät entwickeln sich die unterschiedlichen Areale im Gehirn unterschiedlich schnell und dieses Ungleichgewicht führt dazu, dass ein Gefühls-Ping-Pong

oder auch pubertäre Verhaltensweisen auftauchen.

Warum kann man die Brüste nicht wegzaubern?

Brüste sind Zeichen der Entwicklung. Pubertät kann schön, aber manchmal auch schmerzhaft sein. Die meisten Mädchen sind später froh, wenn sie Periode, Brüste und Schamhaare haben.

Werde Kinderreporter!



Wenn auch Du Lust hast, als Kinderreporter/in Deine Fragen zu stellen, dann bewirb Dich unter redaktion@uke.de. Du solltest zwischen 9 und 14 Jahre alt sein und Spaß daran haben, spannende Dinge herauszufinden.

Du benötigst das schriftliche Einverständnis Deiner Eltern. Deine vollständige Bewerbung enthält:

- > Name
- > Geburtsdatum
- > Adresse
- > Telefonnummer und E-Mail-Adresse Deiner Eltern
- > Ein paar Zeilen über Dich: Was sind Deine Interessen?
- > Begründung: Warum möchtest Du Kinderreporter/in werden?

M i?





...MANNEN HEIßT:
...GER LAUFEN,
...TER ARBEITEN!
...R GEBEN.

Auf einmal war der Ball im Aus

14 Jahre lang steht Daniel Petrowsky als Profifußballer auf dem Platz. Heute trainiert er beim HSV erfolgreich die U19 Nachwuchskicker. Der 43-Jährige lebt und liebt den Ballsport mit jeder Faser seines Körpers. Umso härter trifft es ihn, als ein Rückenmarkstumor seine gesamte Existenz von heute auf morgen in Frage stellt.

Text Nicole Sénégas-Wulf Fotos Michael Schwarz



Umkämpftes Duell vor der Corona-Pause: Petrowskys U19 mit Leidenschaft und Einsatz gegen Stadtrivale St. Pauli

Daniel Petrowsky sitzt – vor der coronabedingten Spielunterbrechung – in der Cafeteria der Alexander-Otto-Akademie, der Talentschmiede des HSV am Volkspark. Hinter ihm gibt eine große Glasfront den Blick auf sattgrüne Spielfelder frei. Seit 2017 trainieren hier die jungen Hoffnungsträger des HSV. Der U19-Cheftrainer wirkt zufrieden an diesem Montagmorgen. Darf er auch sein – schließlich konnten seine Rothosen am Wochenende das Derby gegen St. Pauli mit 3:1 für sich entscheiden und in der Tabelle am Stadtrivalen vorbeiziehen. „Das sind natürlich großartige Momente, für die die Jungs jeden Tag hart arbeiten. Umso schöner ist es, wenn sie sich auf dem Platz dafür belohnen“, sagt Petrowsky.

Der 43-Jährige weiß, wovon er spricht. In seiner aktiven Zeit ist er viel herumgekommen, hat unter anderem für Union Berlin, Carl Zeiss Jena und

Dynamo Dresden in der 3. Liga gespielt. Mit 27 Jahren entscheidet er sich, Sportwissenschaften zu studieren, spielt nebenbei weiter Fußball und erwirbt beim Deutschen Fußballbund diverse Trainerlizenzen. 2010 ist endgültig Schluss mit dem aktiven Fußballerleben. „Das Angebot des HSV, mich als Jugendtrainer zu holen, kam quasi aus dem Nichts und war für mich das Beste, was passieren konnte“, erzählt der Berliner, der beim HSV eine steile Karriere hinlegt. Mit Leib und Seele trainiert er alle Jahrgänge von der U14 bis zur U21, übernimmt 2014 sogar den Cheftrainerposten für die U23. Doch ein halbes Jahr später ist der Ball plötzlich im Aus.

Aus heiterem Himmel

„Eines Morgens bemerkte ich beim Aufwachen, dass ich meine rechte Körperhälfte nicht mehr spüren

Petrowsky zeigt seinen Jungs, wo es langgeht

konnte“, erinnert sich Daniel Petrowsky. „Es war mir nicht möglich, meine Beine willentlich anzusteuern und zu bewegen, ein sehr extremes Gefühl.“ Der damals 38-jährige spürt Panik in sich aufsteigen und ruft einen Teamkollegen an, der ihn sofort ins UKE Athleticum fährt. Von dort geht es gleich weiter in die Notaufnahme, wo eine Kernspintomographie die Ursache für die plötzlichen Lähmungserscheinungen ans Licht bringt: In Petrowskys Rückenmark wächst ein gutartiger Tumor. Gefährliche Einblutungen haben das Gewebe, das für Motorik und Sensibilität von Armen und Beinen verantwortlich ist, bereits stark zusammengequetscht.

Der HSV-Nachwuchstrainer ist wie vor den Kopf gestoßen. Niemals zuvor war er ernsthaft krank gewesen. Mal eine Zerrung im Oberschenkel oder eine Reizung der Achillesferse, das waren die Verletzungen, die der Sportler kannte. Aber ein Tumor? Hätte er nicht etwas merken müssen? „Nein, Tumore im Rückenmark machen anfangs keine Probleme und wachsen sehr langsam“, erklärt Neurochirurg Prof. Dr. Sven-Oliver Eicker, der Daniel Petrowsky im UKE behandelte. Allerdings könnten erste Anzeichen wie Kribbeln in den Fingern oder Taubheitsgefühle in den Extremitäten unbehandelt zu schweren neurologischen Folgen bis hin zur Querschnittslähmung führen. Als Daniel Petrowsky dies hört, läuten bei ihm alle Alarmglocken. „Einerseits wollte ich, dass dieser Tumor so schnell wie möglich entfernt wird. Gleichzeitig erfüllte mich die Vorstellung einer Operation in einem so sensiblen Bereich wie dem Rückenmark mit großer Angst.“

Aufgrund der Einblutung entscheiden die UKE-Ärzte, schnell zu operieren und setzen den Termin gleich für den nächsten Morgen an. „Für mich war das gut, denn so hatte ich keine Zeit, mir lange den Kopf zu zerbrechen, was alles schiefgehen könnte“,



sagt Petrowsky. Zu wissen, dass es in 80 bis 90 Prozent der Fälle gelingt, Rückenmarkstumoren ohne bleibende Schäden zu entfernen, beruhigt ihn zwar. Doch der Gedanke, er könne Lähmungen zurückbehalten, lässt ihn nicht los.

Alles wieder da?

Gut vier Stunden dauert der minimalinvasive Eingriff, bei dem die Wucherung per Laser aus dem Rückenmark gelöst und das Knochengewebe vorsichtig wieder aufgebaut wird. Als Petrowsky auf der Intensivstation langsam zu sich kommt, prüft er zuallererst, ob noch alles funktioniert: „Ich war unfassbar erleichtert, meine Beine wieder zu spüren“, sagt er. Gleich am nächsten Tag wagt er die ersten Schritte. „Die waren zwar noch ganz schön wackelig, weil ich rechtsseitig weiterhin deutliche

Empfindungsstörungen hatte. Aber ich konnte laufen!“ Petrowsky beschließt, weiter zu kämpfen, sich sein Körpergefühl zurückzuerobieren und bald wieder auf dem Platz zu stehen. Dafür trainiert er täglich mit Physiotherapeuten im UKE Athleticum, macht Ergotherapie und Übungen zu Hause.

Rasante Rückkehr

Petrowskys Kampfgeist wird belohnt. Nach nur zwei Monaten steht der HSV-Nachwuchstrainer wieder an der Seitenlinie und gibt taktische Anweisungen. Bald darauf macht er beim DFB sogar seinen Fußballlehrer. Doch fühlte sich alles denn genauso an

wie vorher? „Nein, das nicht“, gibt er zu. „Anfangs machte ich große Fortschritte. Aber nur bis zu einem gewissen Punkt. Leichte Empfindungsstörungen im rechten Bein sowie in der Hand sind bis heute geblieben.“ Anzumerken ist dies dem früheren Leistungssportler jedoch nicht, wenn er seine U19-Mannschaft trainiert. „Die spielen ja zum Glück schon auf so hohem Niveau, dass ich ihnen nicht mehr viel vormachen muss“, lacht er. Und wenn er doch mal beim Trainingsspiel einspringt, gelingt ihm sogar noch die eine oder andere gute Flanke. Dass er sich seit seiner Erkrankung etwas mehr konzentrieren muss, wenn er gegen den Ball tritt, gehört für ihn heute einfach zum Leben dazu.

„Ich freue mich, wenn die Jungs am Wochenende jubeln können!“, sagt Daniel Petrowsky





Hat den Rücken stets im Blick:
Prof. Dr. Sven-Oliver Eicker aus dem
Wirbelsäulenzentrum im UKE

Foto: Axel Kirchhof

Gebündelte Kompetenz im Universitären Wirbelsäulenzentrum

Teamwork für das Rückgrat

Rückenleiden können viele Ursachen haben. Im Universitären Wirbelsäulenzentrum des UKE arbeiten verschiedene Fachrichtungen eng zusammen, um Betroffene umfassend zu beraten und gezielt zu behandeln.

Sie zählen längst zu den Volkskrankheiten: Rückenschmerzen sind in Deutschland neben Infekten der zweithäufigste Grund, einen Arzt aufzusuchen. Im Universitären Wirbelsäulenzentrum werden alle Arten von Rückenleiden medizinisch versorgt. „Primär behandeln wir verschleißbedingte Erkrankungen wie Bandscheibenvorfälle, Verengungen des Spinalkanals oder Traumata nach Stürzen“, sagt Neurochirurg Prof. Dr. Sven-Oliver Eicker, zusammen mit Unfallchirurg Priv.-Doz. Dr. Marc Dreimann Leiter des Wirbelsäulenzentrums. Doch auch komplexe Erkrankungen wie Tumore oder schwere Entzündungen der Wirbelsäule werden im UKE täglich diagnostiziert und therapiert.

Um Patienten optimal zu behandeln, arbeitet das Wirbelsäulenzentrum mit unterschiedlichen Fachdisziplinen zusammen. Dazu zählen die Klinik für

Unfallchirurgie und Orthopädie, die Kliniken für Neurochirurgie und Neurologie sowie die Klinik für Anästhesiologie. „Insbesondere in komplizierten Fällen ist eine enge, interdisziplinäre Kooperation absolut unverzichtbar, um alle Aspekte einer Erkrankung abzudecken und daraus dann gemeinsam eine sinnvolle Behandlungsstrategie zu entwickeln“, erläutert Prof. Eicker. Jede Woche treffen sich die jeweiligen Spezialisten in unterschiedlichen, fachübergreifenden Fallkonferenzen, den so genannten Boards. „Wenn sich etwa bei einer Patientin mit Brustkrebs Metastasen in der Wirbelsäule gebildet haben, sitzen Onkologen, Gynäkologen, Strahlentherapeuten und Wirbelsäulenchirurgen im Tumorboard an einem Tisch und legen gemeinsam fest, mit welchen Mitteln und in welcher Reihenfolge sie weiter vorgehen wollen.“

Darüber hinaus bieten die am Wirbelsäulenzentrum beteiligten Einrichtungen auch Spezialsprechstunden an. Die Wirbelsäulensprechstunde findet immer vormittags statt. Termine können telefonisch unter 040 7410-53453 oder -22800 vereinbart werden. Weitere Infos: www.uke.de/wirbelsaeulenzentrum.



Sidra Khan-Gökkaya

Moin

Integration fördern, rassistischer Diskriminierung entgegenwirken – das ist für sie Herzensangelegenheit und berufliche Herausforderung. Seit Juni ist Sidra Khan-Gökkaya die erste UKE-Beauftragte für Migration, Integration und Anti-Rassismus.

Mit dem Thema ist sie bestens vertraut – aus beruflicher, fachlicher und persönlicher Erfahrung. Die 30-Jährige wurde in Frankfurt geboren, ihre Eltern stammen aus Pakistan. „Als Mensch mit sogenanntem Migrationshintergrund ist man häufig mit Vorurteilen konfrontiert“, sagt sie. Unterschwellige Anfeindung, unbedachte Ausgrenzung – es sind die kleinen Nadelstiche des Alltags, die sich aufs Wohlbefinden auswirken. Viele Menschen mit familiärer Migrationsgeschichte, die zu ihr in die Beratung kommen, machen diese Erfahrung und erzählen ihr: „Egal, wie gut wir deutsch sprechen, wie gut wir partizipieren – uns wird nicht auf Augenhöhe begegnet.“ Einige sind enttäuscht und resignieren, sie selbst hat sich wie viele andere für den offenen und aktiven Umgang damit entschieden und möchte durch Aufklärung und Bildung zur Veränderung beitragen.

Nach dem Studium in Osnabrück hat sie ihre Masterarbeit am UKE über die psychotherapeutische Versorgung von Geflüchteten geschrieben, ab 2017 als wissenschaftliche Mitarbeiterin ein interkulturelles Coaching betreut, ihre Doktorarbeit über die Integration ausländischer Fachkräfte in Gesundheitsberufen verfasst. Jetzt wird Sidra

Khan-Gökkaya zunächst ein Tandemprogramm für neue ausländische Fachkräfte aufbauen und Empfehlungen für den Umgang mit Rassismus entwickeln. „Das UKE ist schon sehr gut aufgestellt: mit einem klaren Bekenntnis zur Vielfalt und mit vielen Projekten und Initiativen, die ein respektvolles und wertschätzendes Zusammenarbeiten fördern“, betont sie. Aber das Klinikum sei „eben auch ein Spiegel der Gesellschaft – demzufolge auch mit entsprechenden negativen Tendenzen. Denen wollen wir entgegenwirken.“



Ich möchte durch Aufklärung und Bildung zur Veränderung beitragen.“

Prof. Dr. Klaus Püschel

Tschüss

Seine Expertise ist weltweit gefragt. Bei ungezählten Gewalt- und Todesfällen hat Prof. Dr. Klaus Püschel zu Aufklärung und Ausgleich beigetragen. Am 1. Oktober geht der Rechtsmediziner in den Ruhestand, „mit Freude und Wehmut“.

„Püschel wird den Gang in den Keller vermissen“, sagt der langjährige Direktor des Instituts für Rechtsmedizin, der gern mal in der dritten Person von sich spricht und das Untergeschoss seines Instituts meint, wo die Obduktionen stattfinden. Püschel, 68, kam 1976 ans UKE, seit 1991 leitet er das Institut. Er habe den „interessantesten Beruf der Medizin“, findet er, und fügt ironisch hinzu: „Ich mache alle spannenden Hausbesuche selbst.“ Gemeint seien die Tatorte, „und die Krankheit heißt Gewalt“.

Ob Kindesmisshandlung, Vergewaltigung oder die Vernachlässigung alter Menschen – „mit Tatrekonstruktionen und Gutachten sorgen wir dafür, dass die Opfer Gerechtigkeit erfahren.“ Dieses Motiv führt ihn auch an Schauplätze von Kriegsverbrechen, Massakern, zu Naturkatastrophen und Flugzeugabstürzen. Seine Forschung ist breit gefächert; forensische Bildgebung, Drogentod, Altersforschung. Auch die Ursachen des plötzlichen Kindstods hat er mit seinem Team untersucht. Die daraus abgeleitete Empfehlung, Babys nicht in Bauchlage schlafen zu legen, rettet seitdem viele Leben.

Der Gerichtsmediziner hat über 1000 wissenschaftliche Beiträge publiziert, ist Mitherausgeber von Fachjournalen und Autor zahlreicher Sachbücher. 2013 wurde er in die Academia Leopoldina gewählt. Nun freut sich Prof. Püschel auf den neuen Lebensabschnitt und die Chance, mehr Zeit mit seinen sieben Enkelkindern zu verbringen. Sein Team dagegen wird ihm fehlen. Am UKE bleibt er als Seniorprofessor unter anderem im Bereich Archäologie und Anthropologie aktiv, kümmert sich um Moorleichen und Mumien: „Püschel bleibt dem UKE erhalten.“



Püschel bleibt dem UKE erhalten.“

Rechtsmediziner Prof. Dr. Klaus Püschel spricht gerne mal in der dritten Person über sich

Mein Lieblingsgericht im Herbst

Gilbert Köcher leitet die Küche im UKE.
Er ist auch Hamburgs Bio-Botschafter



Kaisergarnat

mit Susländer Bauch



Zubereitung

Zubereitung Susländer Bauch:

1. Die Bauchhaut mit einem scharfen Messer einschneiden (rautenförmig)
2. Mit Steinsalz die Haut einreiben und dann mit einer Honig-Balsamico-Essig-Mischung bepinseln
3. Den Ofen auf 175 Grad vorheizen und auf einem Backblech etwa 1 Stunde 45 garen

Zubereitung Kaisergranat:

1. Kaisergranat mit kaltem Wasser säubern
2. Sud zum Garen aus etwa 1 Liter Wasser, Zwiebel, Porree, Weißwein, Pernod, Lorbeer, Steinsalz und Pfeffer herstellen. Einmal ganz kurz aufkochen
3. Vor dem Anrichten der Teller Kaisergranat etwa 4 Minuten in dem Sud garen

Zubereitung Pfifferlinge:

1. Pilze säubern und in Tuch oder Küchenrolle trocknen
2. Eschalotten in feine Würfel schneiden, Petersilie fein hacken
3. Pilze in Butter und Eschalotten leicht andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen
4. Kurz vor dem Anrichten Petersilie hinzufügen



Zubereitung Hummernage:

1. Hummerfond leicht aufkochen
2. Sud des Kaisergranats auffüllen, mit Weißwein, Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken
3. Kurz vor dem Servieren mit einem Stabmixer aufschäumen

Anrichten Gericht:

Nudeln in Salzwasser kochen, abtropfen, mit einer Fleischgabel aufdrehen und in der Mitte des Tellers anrichten.
Pfifferlinge darüber streuen oder seitlich anrichten

Den geschnittenen Schweinebauch und den Kaisergranat mittig anrichten.

Variante: Vor dem Servieren Panzer des Granats mittig entfernen, erhöht den Esskomfort!

Zum Schluss Hummernage aufkochen, aufschäumen und nach Belieben anrichten

Fertig in 90 Minuten

Tipp: Mit essbaren Blüten vom Markt dekorieren

Meine Weinempfehlung: Sancerre Les Baronnes Blanc AOC 2019

Pro Portion: 858 kcal, 39 g Fett, 92 g Kohlehydrate, 27 g Eiweiß



Bitte scannen Sie den Code. Dann finden Sie das Rezept mit weiteren Informationen über die verwendeten Lebensmittel

Zutaten für 4 Personen

800 g Bio-Kaisergranat, 12 Stück
vom Markt oder Fischhändler mit Vorbestellung

1000 g Susländer Bauch mit Schwarte ohne Knochen,
vom Markt

1 Gemüsezwiebel

1 Stange Porree

etwas Sonnenblumenöl

50 ml Honig

20 ml Balsamico-Essig

100 ml Weißwein

30 ml Pernod

300 g frische Pfifferlinge

100 g Butter

20 g Eschalotten

1 Bund Petersilie

500 g Schwarze Sepia (gefärbte Tagliatelle)
vom italienischen Fachmarkt

400 ml Hummerfond (oder 50 Gramm Hummerbutter)
aus dem Feinkostladen

100 ml Sahne (30 Prozent Fett)

1 Stück Zitrone

Steinsalz, Pfeffer, Zucker, Lorbeer, frische Kräuter



			4	3	7			
		5		8		1		
	8		1		9		7	
1		9				8		5
4	5						9	1
8		6				4		7
	1		7		3		4	
		7		1		5		
			8	4	5			

Sudoku

So funktioniert's:

Die Ziffern 1 bis 9 stehen in jeder Spalte, jeder Zeile und in jedem 3x3-Feld genau einmal.

Schweregrad: mittel

9	2	3	8	8	3	2	1	6
6	4	7	9	1	2	5	8	3
5	1	8	7	6	3	2	4	9
8	3	6	5	9	1	4	2	7
4	5	2	6	7	8	3	9	1
1	7	9	3	2	4	8	6	5
3	8	4	1	5	9	6	7	2
7	9	5	2	8	6	1	3	4
2	6	1	4	3	7	9	5	8

Die Lösung

Anzeige

FUNKTION

... nach Maß. Orthesen von Carepoint.

Stabilisierung und Schutz für Ihre Gelenke!

Orthesen von Carepoint können Gelenkschmerzen lindern, weil sie das Gelenk sowohl stützen als auch entlasten. Sie werden nicht nur bei akuten, sondern auch bei chronischen Schmerzzuständen und Haltungsfehlern eingesetzt. Mehr zur Orthesenversorgung auf: www.carepoint.eu oder rufen Sie uns an unter: 040 4116109-0.

Denn Care heißt bei uns helfen.



SEIT ÜBER
60 JAHREN
VERSORGER DES UKE

carepoint
Sanitätshaus
Orthopädietechnik

Hamburg-Eppendorf Carepoint Zentrale im Spectrum am UKE
Martinstraße 64 • 20251 Hamburg • Telefon: 040 4116109-0 • www.carepoint.eu

Auf einen Blick

Wichtige Kontakte im UKE

Zentrale Notaufnahme

Hauptgebäude O10, Erdgeschoss, 0 bis 24 Uhr
Für alle dringenden und lebensbedrohlichen
medizinischen Notfälle
Tel.: 040 7410-0 (Vermittlung).

Notaufnahme Kinder-UKE

Kinderklinik, Gebäude O47, 0 bis 24 Uhr
Für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr
Tel.: 040 7410-20400
Weitere Infos: www.uke.de/kinder-uke.

Karriere im UKE

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive? Oder
einen attraktiven Ausbildungsplatz? Kontakt und
weitere Infos: www.uke.de/karriere.

Blutspende

Gebäude O38, Erdgeschoss
Mo., Do., Fr. 7 bis 14 Uhr, Di., Mi. 12 bis 19 Uhr
Tel.: 040 7410-52616
www.blutgeschwister.net.

Ihre Spende für das UKE

Empfänger: UKE gGmbH
IBAN: DE54 2005 0550 1234 3636 36
bei der Hamburger Sparkasse
www.uke.de/spenden.

Ehrenamt

Hauptgebäude O10, Erdgeschoss
Tel.: 040 7410-58779.



Foto: Axel Kirchhof

50 000 Euro von „Appen musiziert“

Spende zum Spielen

Spielturm, Sandboot, Trampolin – das Kinder-UKE
hat einen neuen Spielplatz! 50 000 Euro teuer, die
Spende hat „Appen musiziert“ organisiert, auch
„Kicken mit Herz“ hat ein Spielgerät beigesteuert.
Pflegeleiterin Anja Bruhns: „Ganz toll! Ohne Spenden
lassen sich solche Projekte nicht verwirklichen.“

Impressum

Herausgeber: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Martinistraße 52, 20246 Hamburg **Verantwortlich:** Friederike Schulz, Leitung Geschäftsbereich Unternehmenskommunikation **Redaktion:** Leitung: Uwe Groenewold | Autorinnen: Monica Estévez, Ingrid Kupczik, Nicole Sénégas-Wulf | Tel.: 040 7410-56061, E-Mail: redaktion@uke.de **Fotos:** Ronald Frommann, Eva Hecht, Axel Kirchhof | **Titelfoto:** Ronald Frommann **Konzeption:** Sina Hofmann, Katrin Zacharias-Langhans **Gestaltung:** Ulrike Hemme **Schlussredaktion:** Saskia Lemm **Lektorat:** Monica Estévez, Silke Hilgemeier **Druck:** Schipplick & Winkler Printmedien GmbH, Drechslerstraße 4, 23556 Lübeck; Auflage: 20 000 Exemplare **Alle Rechte vorbehalten.** Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Wir bedanken uns herzlich bei den Patientinnen und Patienten für das Vertrauen, dass wir in dieser Ausgabe über sie berichten dürfen. Dank auch an alle Kolleginnen und Kollegen des UKE, die sich für eine Veröffentlichung in der UKE Life zur Verfügung gestellt haben.

Wir bringen Sie in Bewegung

- Prävention, Rehabilitation, Fitness
- Individuelle Gesundheitsleistungen und Spezialtherapien
- Kurse in Kleingruppen, Geräte- und Kardiotraining

Öffnungszeiten ab 7.30 Uhr
Mo bis Do bis 20 Uhr
Freitags bis 16 Uhr



UKE-Campus Gebäude Ost 46, Eingang B
☎ 040 7410-53684
E-Mail: praxis.physiotherapie@uke.de