



Gesund in Kufstein

Miteinander • Füreinander: Informationsblatt des Allgemein öffentlichen Bezirkskrankenhauses Kufstein, Ausgabe Nr. 2, Sommer 2005

Sodbrennen – nur unangenehm oder Zeichen einer ernstesten Erkrankung?

Sodbrennen ist das häufigste Symptom der so genannten gastroösophagealen Refluxerkrankung, einem krankhaft häufigen Aufsteigen des Mageninhaltes in die Speiseröhre. Die ebenfalls hochrinnende Magensäure kann die empfindliche Schleimhaut der Speiseröhre verätzen.



Univ.-Doz. Dr. Tanja Bammer

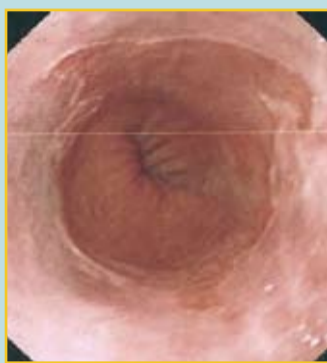
Ursache dafür ist ein defekter Schließmuskel zwischen Magen und Speiseröhre. Diese häufige Erkrankung muss primär durch eine Magenspiegelung (Gastroskopie) richtig erkannt und eingeschätzt werden.

Seit April 2005 werden eine umfassende Abklärung der Refluxerkrankung sowie eine individuelle Therapie auf der Allgemeinen chirurgischen Abteilung im Bezirkskrankenhaus Kufstein angeboten. Mit Univ.-Doz. Dr. Tanja Bammer, die zwei Jahre lang

mit Refluxspezialisten an der Mayo-Klinik in den USA gearbeitet und geforscht hatte, gewann das Krankenhaus eine erfahrene Spezialistin auf dem Gebiet für die Leitung dieser Spezialambulanz.

Wie äußert sich eine Refluxerkrankung?

Es gibt verschiedene Stadien der Erkrankung, die jedoch nicht unmittelbar mit der Intensität der Beschwerden zusammenhängen. Fast die Hälfte der Beschwerden geht ohne Entzündungen oder Veränderungen der Schleimhaut einher, muss aber dennoch therapiert werden. In anderen Fällen können Entzündungen



So sieht der Arzt einen Barrett-Ösophagus (Speiseröhre) durchs Gastroskop.

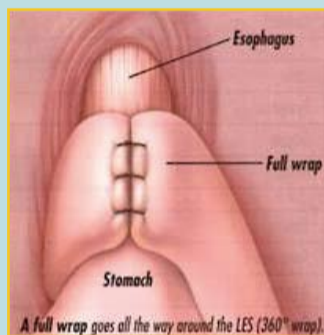
auftreten und sogar zu Blutungen führen. Tückisch ist die so genannte Barrett-Metaplasie, bei der es zu Veränderungen der Schleimhaut kommt – jedoch ohne die üblichen Beschwerden. Diese Erkrankung muss regelmäßig kontrolliert werden, da sich in manchen Fällen bösartige Veränderungen entwickeln können.

Typische Symptome für eine Reflux-Erkrankung sind Sod-

brennen, Schmerzen hinter dem Brustbein, Schluckbeschwerden, Aufstoßen von Mageninhalt bis in den Mund und morgendliche Übelkeit. Manchmal führt sie auch zu Erkrankungen der Luftwege, des Halses oder der Zähne.

Diagnose und Therapie

In einem ausführlichen Gespräch mit dem Patienten werden zuerst die Symptome und die Krankheitsgeschichte erör-



Mit einer Manschette wird der Rückfluss der Magensäure verhindert.

tert. Danach entscheidet der Arzt, ob eine Magenspiegelung oder eine Säuremessung sowie eine Druckmessung (Manometrie) in der Speiseröhre notwendig sind, um andere Ursachen für die Beschwerden auszuschließen.

Grundsätzlich ist bei diesem Krankheitsbild eine Änderung der Lebensgewohnheiten empfehlenswert. Dazu zählen zum Beispiel das Hochstellen des Kopfteils des Bettes, das Vermeiden von Mahlzeiten kurz vor dem Schlafengehen, der Ersatz bestimmter Speisen oder eine Gewichtsreduktion. Der Konsum von Kaffee, Alkohol und auch Rauchen kann jedoch in keinen sicheren Zusammenhang mit der Refluxerkrankung gebracht werden. Neben einer – im Regelfall dauerhaften – medikamentösen Behandlung kann nur durch eine Operation die Ursache der Erkrankung besei-



Liebe LeserInnen, liebe PatientInnen,

Dir. Dr. Wolfgang Schoner

Es tut sich viel in unserem Krankenhaus! In den letzten Monaten wurden allein vier Fachrichtungen durch neue Primar-Ärzte besetzt. Wir konnten für alle Abteilungen – Chirurgie, Urologie, HNO und Gynäkologie – erfahrene, anerkannte Experten gewinnen. Am Höhepunkt ihres Wissens tragen sie nun als Ärzte und Manager der Teams auf den Stationen zu unserer Aufgabe bei: zur bestmöglichen medizinischen Versorgung der Bevölkerung in unserem schönen Bezirk.

Ihr Verw.-Dir. Wolfgang Schoner

tigt werden. Dabei wird in einem minimalinvasiven Eingriff (das heißt über die so genannte Knopflochtechnik) eine Manschette aus dem Magen um die Speiseröhre gelegt und damit das Hochrinnen von Mageninhalt (Säure) dauerhaft unterbunden.

Anfragen zu diesem Thema sind unter der Telefonnummer 05372/6966-4125 möglich.

Raucherberatung in Wörgl

Ein Angebot an alle, die wirklich aufhören wollen!



DPGKS Christine Gruber

Als Beitrag zum Wörgler Gesundheitsjahr bietet die psychiatrische Abteilung des BKH Kufstein ab Juni zweimal wöchentlich Beratungssitzungen für Menschen, die mit dem Rauchen aufhören wollen, in Wörgl an. Die Einzelsitzungen sind anonym und kostenfrei. „Wir möchten den Menschen mit unserer Fachkompetenz helfen, mit dieser gesundheitsschädigenden Gewohnheit aufzuhören“, erklärt dazu DPGKS Dipl. Psychiatrische Gesundheits- und Krankenschwester Christine Gruber, Stationsleiterin der Abt. Psychiatrie.

Wann & wo:

- Ort: Drogenberatungsstelle, Bahnhofstraße 19, Eingang Steinbacherstraße
- Jeweils Montag 17:00 bis 19:00 Uhr und Mittwoch von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Anmeldung Telefon: 05372-6966-3805



Inkontinenz: Zurück zur Lebensqualität

Harninkontinenz zählt zu den häufigsten Gesundheitsproblemen im Alter. Betroffene sprechen von einem hohen Verlust an Lebensqualität. Mit vielfältigen Behandlungsmöglichkeiten können die Fachärzte der urologischen Abteilung am Krankenhaus Kufstein ihren Patienten helfen.



Prim. Univ.-Doz. Dr. Lorenz Hörtl

Es ist immer noch ein Tabuthema. Dabei beweist eine aktuelle Studie, dass Harninkontinenz nicht nur ein Altersproblem ist, sondern viele Betroffene psychisch schwer belastet. „Wir müssen davon ausgehen, dass Inkontinenz erhebliche soziale, psychologische, berufliche, körperliche und sexuelle Einbußen verursacht“, zitiert Primar Univ.-Doz. Dr. Lorenz Hörtl, Leiter der Urologie am BKH Kufstein, die aktuelle Studie: „Es kommt zu Einbußen der sozialen Aktivität, Ängstlichkeit, Beschämung und Isolation. Betroffene trinken weniger, vermeiden körper-

liche Aktivität und Orte ohne direkten Zugang zu Toiletten.“ Inkontinenz kommt im Regelfall mit dem Alter und betrifft stärker Frauen. Während nur 3,6 Prozent der 18- bis 40-jährigen Männer bzw. 7,8 Prozent der altersgleichen Frauen unter Harnverlust leiden, sind es bereits 17,9 Prozent der über 60-Jährigen des „starken Geschlechts“ und sogar 27,1 Prozent der Frauen. „Vielleicht ermutigen diese Zahlen Betroffene, ihr Problem nicht länger zu verschweigen“, hofft Dr. Hörtl, „denn Harninkontinenz kann fachärztlich behandelt und meistens gebessert werden.“

Behandlungsmöglichkeiten

„Der Urologe unterscheidet zwei Hauptformen des Harnverlustes, die ‚Dranginkontinenz‘, bei der ein plötzlich auftretender Drang zu urinieren nicht mehr kontrolliert werden kann, und die ‚Belastungsinkontinenz‘, ein Harnverlust bei Anstrengungen wie Husten oder Heben“, so Dr. Hörtl. Am BKH Kufstein stehen alle modernen Diagnoseverfahren zur Abklärung



OA Dr. Hawel misst den Blasendruck einer Patientin.

der Ursachen der Harninkontinenz zur Verfügung. Durch eine so genannte Urodynamik, Blasendruckmessung, kann die Funktion der Blase beurteilt werden. Eine Röntgenuntersuchung erlaubt, die Form und Lageveränderung während des Harnlassens zu beurteilen, und eine Blasenspiegelung gibt Auskunft über die Blasenschleimhaut. „Die Ergebnisse vom Arztgespräch und den anschließenden Untersuchun-

gen weisen auf den richtigen Behandlungsweg hin“, erklärt Dr. Hörtl. Jeweils Dienstag von 8:00 bis 12:00 Uhr wurde an der Abteilung für Urologie eine „Inkontinenz-Ambulanz“ eingerichtet, in der speziell Patienten mit einer Harninkontinenz behandelt und beraten werden.

Und auch hier kann das Ärzteteam auf ein umfassendes, modernes Behandlungsspektrum zugreifen: Vor allem Frauen er-

reichen mit physiotherapeutischen Maßnahmen wie einem gezielten Beckenbodentraining häufig schon eine entscheidende Verbesserung. Unter Umständen verhilft auch eine medikamentöse Therapie zu einem stressfreien Alltag mit der Blase. Bei fortgeschrittener Inkontinenz können operative Maßnahmen überlegt werden. Als „kleiner Eingriff mit großer Wirkung“ wurde dasTVT (Tension-free Vaginal Tape) bekannt. Dabei setzt der Urologe Frauen ein Kunststoffband zur Unterstützung des Blasenauflasses ein. Große Kompetenz bewiesen die Ärzte des BKH Kufstein auch für Männer: Als Erster in Tirol führte OA Dr. Hawel eine Methode ein, bei der mit Hilfe von zwei Ballons der Blasenhalshals unterstützt und so die Kontrolle über den Harnfluss verbessert werden kann.

„Diese und andere Verfahren ermöglichen es uns in Kufstein, einer Vielzahl der Inkontinenz-Patienten zu helfen, sodass eine wesentliche Verbesserung der Lebensqualität erreicht werden kann“, so Dr. Hörtl, „der erste Schritt dazu ist ein Gespräch mit Ihrem Arzt!“

Eingriffe durch Schlüssellocher im Kopf

Die neue Abteilung für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde und Kopf-Hals-Chirurgie bietet im Lebensraum Kufstein die Sicherheit einer modernen ärztlichen und pflegerischen Versorgung im HNO-Bereich. Für den Patienten individuelle Untersuchungen und Behandlungen bis hin zu aufwändigsten Operationen sind das Fundament dieser Abteilung – ergänzt wird dies durch ambulante Behandlungen und allergologische Therapien.



Prim. Dr. Peter Ostertag

Mit modernen endoskopischen Techniken und dank hoch entwickelter Instrumente können HNO-Ärzte heute

heutzutage durch die natürlichen Eingänge im Kopfbereich operativ tätig werden: Kein verletzender Schnitt ist mehr notwendig, wenn Entzündungen und Neubildungen in der Nase, den Nebenhöhlen, dem Ohr sowie an der Schleimhaut des Rachens und Schlundes angegangen werden. Und die Schleimhaut vor allem ist es, die bei HNO-

Patienten erkrankt ist: Von Allergien, akuten und chronischen Entzündungen bis hin zu den gut- und bösartigen Geschwülsten bilden sich Erkrankungen an dieser Schutzschicht unserer Atemwege und unserer Sinnesorgane im Kopfbereich ab. Durch die schonende Technik wird auch die Erholung schneller möglich. „Nur drei bis fünf Tage stationärer Aufenthalt sind bei einer Nasen- und Nasennebenhöhlenoperation einzuplanen“, so Dr. med. Peter Ostertag, der neue Primar dieser Abteilung. „Oft ist es sogar möglich, nach einer Nacht im Krankenhaus die erste Tamponade sanft zu ent-



Ohne verletzende Schnitte operiert der HNO-Arzt durch die „Schlüssellocher“ im Kopf.

fernen und den Patienten dann ambulant weiter zu betreuen.“ Die Verknüpfung ambulanter und stationärer Versorgung in unserem Lebensraum kann so noch effektiver gestaltet wer-

den, und der Patient ist schneller wieder zu Hause. Dabei dürfen die Nase und ihre Nebenhöhlen nicht unterschätzt werden! Sie stellen unsere natürliche Klimaanlage dar, deren

Erkrankung auch die gesunde Atmung beeinträchtigen kann. So sind chronische Nebenhöhlenentzündungen nicht selten mit ernsthaften Lungenerkrankungen vergesellschaftet, wie

mit Bronchitis oder Asthma. Schon allein deshalb sind gesunde Nebenhöhlen eine Vorsorgemaßnahme für ein gesundes Durchatmen. Schmerzen haben die Patienten nach einem endoskopischen Eingriff übrigens nahezu keine – und leichte Schmerzmedikamente bringen sonst Erleichterung.

Etwas langwieriger gestalten sich Tumorentfernungen, deren Operationszeiten sich oft über Stunden erstrecken. „Dabei steht heutzutage neben der vollständigen Entfernung des Tumors die Erhaltung des Luft- und Speisewege sowie der natürlichen Stimme ganz im Vordergrund“, so Dr. Ostertag. Eine intensive Betreuung nach der Operation sorgt für die notwendige Erholung im Krankbett. Zur weiteren Genesung werden ambulante Nachbehandlungen durchgeführt. Eine 24-Stunden-Rufbereitschaft der Fachärzte sichert die Versorgung von Notfällen.

Gesunder Schlaf für ein gesundes Leben

Wer ausreichend schläft, bleibt länger gesund. Schwingt der Rhythmus von Tag und Nacht im Einklang mit unserer inneren Uhr, dann wird der Schlaf erholsam, wir fühlen uns fit und für den Tag bestens gerüstet. Auf einen gesunden Schlaf wird vor allem in der Abteilung der Psychiatrie im BKH Kufstein geachtet.



Guter Schlaf – Voraussetzung für Wohlbefinden (Foto: Yupik PR GmbH)

wert hängen letztlich davon ab, wie viele Tiefschlafphasen wir insgesamt durchlaufen. Besonders für den Kranken ist ein erholsamer Schlaf extrem wichtig. Deshalb wird im BKH Kufstein an der Abteilung Psychiatrie einiges unternommen, um möglichst gut und entspannt zu schlafen. „Wir sprechen von Schlafhygiene und Schlafritualen“, erklärt DPGKS Luchner. Als Schlafhygiene bezeichnet man Gewohnheiten bzw. Umstände, die für einen gesunden Schlaf förderlich sind. So sollte man seine Schlafumgebung angenehm gestalten – das umfasst auch Temperatur, Licht und Geräusche. Größere Mahlzeiten gilt es in den drei Stunden vor dem Schlafengehen zu vermeiden. Eine Tasse warme Milch kann aber sehr hilfreich sein. Das hat seine Begründung darin, dass Nahrungsmittel wie Milch (Banane oder Schokolade) das sogenannte L-Thryp-

tophan enthalten, einen Stoff, der im Gehirn eine Rolle bei der Schlafregulation spielt. Um dort hinzugelangen, braucht das L-Thryptophan allerdings ein Zuckermolekül als „Taxi“ – deshalb Milch mit Honig. Weiters empfiehlt sich ein regelmäßiges Zubettgehritual, eine Reihe stets in gleicher Abfolge durchgeführte Handlungen, z. B. Umziehen, Zähneputzen usw. Das hilft, den Körper auf die Schlafenszeit einzustimmen. Ebenso sollte man regelmäßige Aufsteh- und Bettgehzeiten einhalten. Regelmäßigkeit ist eine Voraussetzung, dass sich die verschiedenen biologischen Rhythmen des Körpers aufeinander abstimmen können.

Vortrag am 14. Juli 05

Als Beitrag zum Wörgler Gesundheitsjahr findet am Donnerstag, 14. Juli 2005, im Tagungshaus Wörgl um 19.30 Uhr der Vortrag „Gesunder Schlaf“ statt.



DPGKS Herta Luchner

„Ohne dass wir es bemerken, durchlaufen wir jede Nacht mehrmals fünf verschiedene Schlafphasen“, erklärt DPGKS Herta Luchner von der Abteilung für Psychiatrie des BKH Kufstein. Zuerst erfolgt die Einschlafphase, dann der leichte Schlaf, im Anschluss der beginnende Schlaf, bevor es zur eigentlichen Tiefschlafphase kommt. Nach rund 20 bis 30 Minuten in vollkommener Bewusstlosigkeit durchläuft der Mensch wieder die Phasen drei und zwei rückwärts. Nun kommt die bekannte REM-Phase, in der die meisten träumen und heftig die Augen bewegen. Nach insgesamt etwa eineinhalb Stunden ist der erste Schlafzyklus beendet, und die Abfolge beginnt von neuem. Die Qualität des Schlafes und sein Erholungs-

Internationaler Erfolg für Unfallchirurgie

Die Kufsteiner Unfallchirurgen entwickelten ein neues Implantat für Oberarmkopffrakturen.



Prim. Univ.-Doz. Dr. Helmut Breitfuß

Der Oberarmkopffraktur galt bisher als schwierig operativ zu stabilisieren. Bei dieser Bruchform zerfällt der Oberarmkopf nicht selten in drei oder vier Bruchstücke. Herkömmliche Implantate sind nicht immer in der Lage, diese Frakturform zuverlässig zu stabilisieren. Meist musste der Patient daher für mindestens 4 Wochen fixierende Verbände tragen.

An der unfallchirurgischen Abteilung des BKH Kufstein wurde ein neues Implantat entwickelt. Dieses Implantat besteht aus einer Titanlegierung mit flachem Design. Dadurch werden nach Einbringung dieses Implantates Muskel- und Sehnenansätze weniger irritiert. Zusätzlich besteht bei diesem Implantat die Möglichkeit einer winkelstabilen Verschraubung. Oberarmkopffrakturen können so übungstabil versorgt werden, und fixierende Verbände nach der Operation sind nur mehr kurz oder gar nicht not-

wendig. Eine raschere Wiederherstellung der Funktion des verletzten Schultergelenkes ist so erreichbar.

Im Bezirkskrankenhaus Kufstein konnten mit diesem neuen Verfahren bereits zahlreiche Patienten operativ mit sehr guten Resultaten behandelt werden. Das an der Kufsteiner Unfallchirurgie entwickelte Implantat entstand aus der reichen Erfahrung des Ärzteteams mit Wintersportverletzungen des Schultergelenkes.

Es wird bereits in weiteren vier Ländern der Europäischen Union und in den USA erfolgreich angewandt.



Das Implantat und seine Anwendung in einer Röntgenaufnahme.



Prim. Univ.-Doz. Dr. Helmut Breitfuß (Mi.) entwickelte gemeinsam mit seinen Oberärzten Dr. Thomas Bichlmair (li.) und Dr. Matthias Czornik (re.) ein Implantat für Brüche des Oberarmkopfes.

Impressum „Gesund in Kufstein“

Informationsblatt des A. ö. Bezirkskrankenhauses Kufstein, Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: BKH Kufstein, Verwaltungsdirektion, Verlagspostamt 6330 Kufstein, Druck: Raggl GmbH, Innsbruck; Fotos: BKH Kufstein. Fotos „Dr. Schoner“ & „Unfallchirurgie“: Michael Giacchino; Fragen und Anregungen bitte an: BKH Kufstein, Verwaltungsdirektion, Redaktion, 6330 Kufstein, Endach 27, E-Mail: redaktion@bkh-kufstein.at.