

luisse

Magazin des Luisenhospitals Aachen

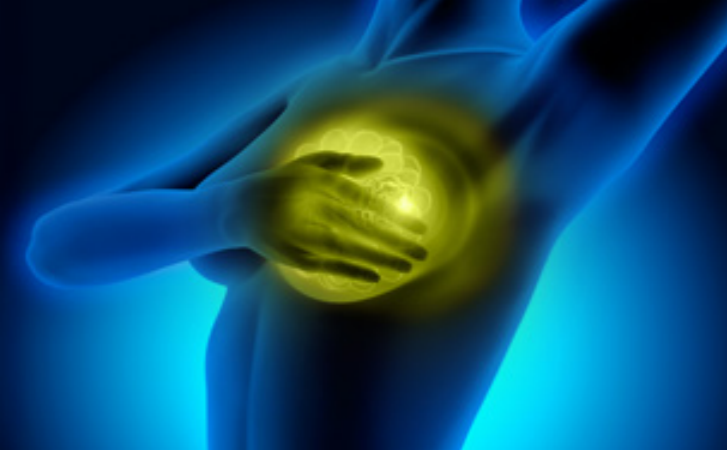
Hebammenkreißsaal zieht Kreise

Nur Mami, Papi, die nette Frau und ich.

So arbeitet das größte Brustzentrum in der Region.

Sonnenschein und Krankenschein? Das muss nicht sein.

Ziehen an einer Leine: Dogscan und Lungenkrebszentrum kooperieren.



4

Ganzheitlich. Traumafrei. Brusterhaltend.

So arbeitet das größte Brustzentrum in der Region.

Dr. med. Mahmoud Danaei, Leiter des Zentrums und seine Oberärztinnen vermitteln ihr Wissen den Patientinnen und Patienten.

15

So schmerzt der Sommer

Sonnenschein und Krankenschein? Das muss nicht sein.

Wir hoffen, dass Sie den Sommer unbeschwert und unverletzt genießen können. Wenn es doch mal schmerzt, sind Sie bei Dr. med. Florian Voigt und Priv.-Doz. Dr. med. Arne Driessen in besten Händen.

17

Die Top 5 der Sportverletzungen

Ob Fußball, Radfahren oder Joggen: Sportverletzungen machen keinen Urlaub.

16

An PECH im Pech gedacht? Glück gehabt!

Die Anwendung der PECH-Regel hilft, weitere Schäden zu vermeiden und den Heilungsprozess zu unterstützen.

26

Die 10 meistverbreitesten Allergien

Der Deutsche Allergie- und Asthmabund hat ein Ranking der zehn häufigsten Allergien und der ersten Symptome erstellt.

8

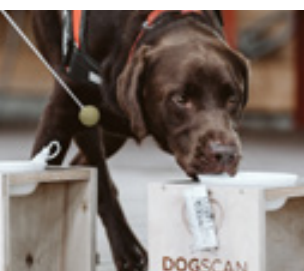
Über Tränen, Tastbe- funde und Tabuthemen

Drei Patienten des Brustzentrums und ihre Geschichte.

18

Schau mal, wer da schnüffelt

Ziehen an einer Leine: Dogscan und Lungenkrebszentrum kooperieren.



Liebe Leser von LUISE,

es freut uns sehr, Ihnen die dritte Ausgabe unseres Magazins „LUISE“ präsentieren zu dürfen.

In dieser Ausgabe werfen wir einen Blick auf das besondere Konzept in unserem Brustzentrum, stellen den Hebammenkreißsaal vor und schauen unserem Technik-Team über die Schulter. Unser Ziel ist es, die Geschichten unserer Patientinnen und Patienten mit wertvollem medizinischem Wissen zu verbinden – denn ihre Erfahrungen sind für uns die wichtigste Inspiration.

Besonders beeindruckt hat mich das offene Interview mit Sandra Zimmermann, Noëllie Büsselberg und Markus Kral, die mit uns ihre persönlichen Brustkrebs-Geschichten teilen. Dabei zeigen sie eindrucksvoll, wie moderne Medizin, Offenheit und eine positive Einstellung dazu beitragen können, Krebserkrankungen zu besiegen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und hoffe, dass Sie die Einblicke in unser Haus inspirieren und ermutigen.

Ihr Ralf Wenzel

Vorstandsvorsitzender
Evangelischer Krankenhausverein zu Aachen

24

Es ist nie zu spät für eine neue Allergie

Allergien können auch im Erwachsenenalter entstehen – Dr. med. Lersch betont die Schlüsselrolle der Anamnese.



14

Hier wird der Nachwuchs der Ladies geboren

Im Rahmen der Kooperation mit den Ladies in Black erhalten alle Neugeborenen im Luisenhospital ein Trikot.



20

Das talentierte Team im Maschinenraum

Immer da und meistens unsichtbar: Ralf Rothkrantz leitet das Team Technik, das für reibungslose Abläufe hinter den Kulissen sorgt.



10

Geburt in guten Händen

Der Hebammenkreißsaal: Eine Besonderheit in der ganzen Region.

Dreifache Mutter Luisa Golob und ihr „schönstes Geburtserlebnis von allen“ und welche Vorteile Hebamme Chiara Kloubert im Konzept sieht.



So arbeitet das größte Brustzentrum in der Region.

Ganzheitlich. Traumafrei. Brusterhaltend.

Wissen ist Macht – auch die Macht über eine Krankheit. Dieses Wissen wird den Patientinnen und Patienten von Dr. med. Mahmoud Danaei, Leiter des Zentrums, und seinen Oberärztinnen vermittelt. Miriam Kohlschein und er prägen mit ihrem Team eine Philosophie, die weit über reine Spitzenmedizin hinausgeht. Mit den drei Schlüsselbegriffen „Interdisziplinär. Brusterhaltend. Traumafrei.“ überschreiben sie die Idee des größten Brustzentrums in der Region.

Ein Zentrum, das verbindet

Das Luisenhospital vereint alle notwendigen Kompetenzen unter einem Dach: modernste Diagnostik, minimal-invasive Operationstechniken, plastisch-rekonstruktive Chirurgie und die enge Verzahnung mit Onkologie, Radiologie und Psychoonkologie. Dr. med. Mahmoud Danaei und Miriam Kohlschein verstehen sich dabei nicht als reine Chirurgen, sondern als Lotsen in einer Lebensphase, die Frauen emotional und körperlich an Grenzen bringt. „Wir binden unsere Patientinnen eng ein – von der Diagnose bis zur Nachsorge“, betont Dr. med. M. Danaei.

Zwei Perspektiven – eine Haltung

Als Leiter der Senologie bringt Dr. med. Mahmoud Danaei seine Expertise in onkoplastischer Brustchirurgie und innovativen Operationsmethoden ein. Miriam Kohlschein ergänzt als erfahrene Gynäkologin und Onkologin die operative Kompetenz mit einem Blick für das große Ganze: Tumorkonferenzen, individuelle Therapiepfade, Einbindung von Zweitmeinungen und immer der Blick auf den Menschen hinter der Diagnose. „Wir wissen, wie wichtig Vertrauen ist. Unser Anspruch ist es, jedem Einzelfall mit größter Sorgfalt zu begegnen – das ist für uns nicht Kür, sondern Pflicht“, so Kohlschein.

Vorsorge

Ambulant und interdisziplinär

Gute Vorsorge beginnt in der ambulanten Praxis. Hier werden u.a. regelmäßige Screenings mit Tastuntersuchungen, Mammographie, Ultraschall, MRT und genetischer Diagnostik angeboten.

Therapie

Traumafrei und brusterhaltend

Im Brustzentrum des Luisenhospitals arbeitet ein interdisziplinäres Expertenteam Hand in Hand – mit dem Ziel, Patientinnen bei Brustkrebs und anderen Krankheitsbildern bestmöglich, brusterhaltend und traumafrei zu behandeln.

Nachsorge

Persönlich und von Mensch zu Mensch

Ärzte und Pflegefachkräfte gewährleisten durch ihr Teamwork eine umfassende Betreuung. Die Nachsorge erfolgt im vertrauten System – inklusive eigener Ambulanz.

„Wenn die Diagnose Brustkrebs gestellt wird, steht für unsere Patientinnen die Welt still. Mit aller Sensibilität und einer sehr persönlichen Begleitung sind wir da und erklären, dass Sie im Brustzentrum des Luisenhospitals in besten Händen sind.“

Dr. med. Mahmoud Danaei



Fortsetzung nächste Seite...



v. l. n. r. Dana Schleibach, Miriam Kohlschein, Dr. med. Mahmoud Danaei, Eva Nießen, Jutta Schleibach

Seltener, aber relevant: Brustkrebs bei Männern

Jährlich erkranken in Deutschland etwa 700 Männer an Brustkrebs, aber 71.000 Frauen. 1 Brustkrebs-Patient unter 100 ist also männlich. Die Ursachen und Risikofaktoren für den Brustkrebs liegen in Genmutationen, erhöhtem Östrogenspiegel – z.B. in Folge von Lebererkrankungen oder Adipositas – Strahlenexposition, Alkoholkonsum oder familiäre Disposition durch Vererbung.

Die deutlich höhere Fallzahl bei Frauen erklärt sich auch durch weitere Risikofaktoren, die nur bei ihnen auftreten können – angefangen von sehr frühen ersten Regelblutungen – vor dem 12. Lebensalter – bis hin zu einer sehr späten Menopause – nach dem 55. Lebensalter. Auch keine Schwangerschaft zu haben oder erst nach dem 30. Lebensjahr zu entbinden erhöhen das Risiko. Zudem ist bei Frauen die familiäre Vorbelastung durch Brustkrebs bei Mutter, Schwester oder Tochter ein starker Faktor.

Der Unterschied zu anderen Kliniken

Was macht das Luisenhospital anders? Es ist der ganzheitliche Ansatz, der nicht bei der OP endet. Jede Diagnose wird in regelmäßigen Konferenzen besprochen, jede Entscheidung wird im Team getroffen. Es gibt keine Alleingänge, sondern kollektives Wissen, das zum Wohl der Betroffenen gebündelt wird. Dazu kommen zertifizierte Abläufe nach den strengen Vorgaben der Deutschen Krebsgesellschaft und der European Society of Mastology – ein Qualitätsversprechen, das Patientinnen Sicherheit gibt. Und der Begriff ‚traumafrei‘ bedeutet, dass die Brust bei einer Operation zur Entfernung von Tumoren und befallenen Gewebe dank der engen Zusammenarbeit mit der plastischen Chirurgie direkt wieder aufgebaut werden kann.

„Zu 85 Prozent gelingt es uns, die natürliche Brust trotz Operation zu erhalten. Und in den weiteren 15 Prozent bauen wir in der gleichen Operation die Brust möglichst natürlich wieder auf. Den meisten Patientinnen bleibt damit das Trauma des Aufwachens aus der Narkose ohne ihre natürliche Brust erspart“, so Dr. med. Mahmoud Danaei.

Fortschritt und Fürsorge

Neben medizinischer Präzision setzt das Brustzentrum im Luisenhospital auf ständige Weiterbildung: neue OP-Techniken, modernste bildgebende Verfahren, Teilnahme an internationalen Kongressen. "Wir wollen immer einen Schritt weiter sein, damit unsere Patientinnen davon profitieren können", beschreibt Oberärztin Kohlschein die Haltung des Zentrums.

Für das Team gilt: Nur wer Wissen mit Menschlichkeit verbindet, kann betroffene Frauen bestmöglich begleiten. "Wir möchten, dass jede Frau bei uns das Gefühl hat: Ich bin hier in den besten Händen. Und: Ich werde ernst genommen – egal ob meine Fragen medizinisch, emotional oder ganz alltäglich sind", so Dr. med. M. Danaei.

„Wir sehen die Patientinnen nie als Fallnummer, sondern als Menschen mit Ängsten, Familien und Lebensplänen. Brustkrebs betrifft immer das ganze Leben – und das holen wir in unsere Behandlung mit rein.“

Miriam Kohlschein



Sie wollen mehr erfahren?

Sekretariat
Jutta Schleibach
T +49 (0) 241 414 2469

Mehr zum Thema Brustgesundheit:
luisenhospital.de



Über Tränen, Tastbefunde und Tabuthemen

Drei Brustkrebspatienten und ihre Geschichten.

Was unserer Redaktion sofort beim Videodreh mit drei Patienten von Dr. med. Mahmoud Danaei auffällt? Die Ungezwungenheit, mit der Sandra Zimmermann (53 Jahre), Noëllie Büsselberg (44 Jahre) und Markus Kral (52 Jahre) über ihr Leben mit Brustkrebs sprechen. In unserem Gespräch nehmen sie uns mit auf die Reise an die Punkte, an denen sie die Diagnose erhalten haben, ihre Reaktionen darauf, Meilensteine der Therapie, dunkle Momente und helle Tage der Hoffnung auf vollständige Heilung. Was alle verbindet? Das Vertrauen auf das Konzept des Brustzentrums im Luisenhospital und die Offenheit, Menschlichkeit und Kompetenz seines Ärzteteams.



„Dr. med. M. Danaei hat bei mir eine brusterhaltende Operation durchgeführt. Anfangs stand für mich der medizinische Erfolg im Vordergrund – die Ästhetik spielte eine untergeordnete Rolle. Mit zunehmendem zeitlichen Abstand zur Erkrankung und dem Gefühl, sie überwunden zu haben, rückte jedoch auch das ästhetische Ergebnis stärker in mein Bewusstsein.“

Sandra Zimmermann



"Mein größtes psychisches Problem während der Chemotherapie war der Haarausfall. Als nach der Behandlung die Haare wieder anfangen zu wachsen, war die Welt für mich wieder in Ordnung."

Markus Kral



„Wissen ist Macht – deshalb ist es mir wichtig, genau hinzuschauen und bei Bedarf frühzeitig eine Ultraschalluntersuchung zu veranlassen. Das ist auch bei jungen Patientinnen wichtig. Besonders sinnvoll finde ich es, regelmäßiges Abtasten durch medizinisches Fachpersonal durchführen zu lassen, da so mögliche Auffälligkeiten frühzeitig erkannt werden können.“

Noëllie Büsselberg



Das Video zur Patientenstory und mehr zum Thema Brustzentrum:



[luisenhospital.de](https://www.luisenhospital.de)

Geburt in guten Händen

*Der Hebammenkreißsaal:
Eine Besonderheit in
der ganzen Region.*



LUISE erfährt, warum es für die dreifache Mutter Luisa Golob „das schönste Geburtserlebnis von allen“ war und welche Vorteile Hebamme Chiara Kloubert im Konzept sieht.

Hebammengeleitete Geburt? Ganz ohne ärztliche Begleitung? Es klingt zunächst ungewöhnlich – und ist doch ein Konzept, das sich am Luisenhospital Aachen wachsender Beliebtheit erfreut. Seit Februar 2025 gibt es hier offiziell einen Hebammenkreißsaal: eine eigene Geburtseinheit, in der Frauen mit unkomplizierter Schwangerschaft bei der Geburt von Anfang bis Ende ausschließlich durch Hebammen betreut werden – und das unter dem Krankenhausbach, in den gleichen Räumlichkeiten und direkt angebunden an den interdisziplinären Kreißsaal.

LUISE: Geburtshilfe ganz ohne ärztliche Dauerpräsenz: Wie funktioniert das genau?

Chiara Kloubert: Im Hebammenkreißsaal übernehmen Hebammen die Geburt komplett eigenständig – ohne ärztliche Begleitung. Das ermöglicht eine 1-zu-1-Betreuung, bei der die Hebamme durchgehend für die Gebärende da ist. In einem interdisziplinären Kreißsaal ist diese persönliche Nähe wegen Mehrfachbetreuung nicht immer in gleichem Maß möglich.

LUISE: Wie ist der Kreißsaal organisatorisch aufgestellt?

Chiara Kloubert: Unser Konzept sieht vor, dass in jeder Schicht – also morgens, abends und nachts – immer zwei Hebammen im Dienst sind. Zusätzlich gibt es nachts einen Rufdienst, der bei Bedarf einspringen kann. Nur mit dieser festen Personalstruktur können wir die intensive und persönliche Betreuung im Hebammenkreißsaal überhaupt sicherstellen.

LUISE: Welche Voraussetzungen müssen Frauen erfüllen, um hier zu entbinden?

Chiara Kloubert: Für eine Geburt im Hebammenkreißsaal gelten klare Voraussetzungen: Die Schwangerschaft muss gesund verlaufen – also physiologisch sein. Das Kind sollte ein unauffälliges Gewicht haben, und die Geburt darf frühestens ab der 38. Schwangerschaftswoche stattfinden. Ausgeschlossen sind Geburten bei bestimmten Vorerkrankungen, zum Beispiel bei Schwangerschaftsbluthochdruck oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Auch bei einem deutlich erhöhten Body-Mass-Index kann im Hebammenkreißsaal nicht entbunden werden. In solchen Fällen erfolgt die Entbindung im interdisziplinären Kreißsaal mit ärztlicher Begleitung.

LUISE: Wie wird während der Geburt für die Sicherheit von Mutter und Kind gesorgt?

Chiara Kloubert: Die Sicherheit von Mutter und Kind hat oberste Priorität. Wir kontrollieren regelmäßig die Vitalzeichen wie Puls, Blutdruck und die Herztöne des Babys, um den Zustand während der Geburt genau im Blick zu behalten.

„Unsicherheiten oder Ängste der Schwangeren nehmen wir ernst.“

Hebamme Chiara Kloubert

Fortsetzung nächste Seite...

*dreifache Mutter Luisa Golob (links)
und Hebamme Chiara Kloubert*

Dank der 1-zu-1-Betreuung können wir individuell auf die Bedürfnisse der Gebärenden eingehen. In der letzten Phase der Geburt ist zudem immer eine zweite Hebamme dabei.

Wir stehen in engem Austausch mit dem ärztlichen Team und geben regelmäßig Rückmeldung zum Geburtsverlauf. Bei Bedarf ziehen wir ärztliche Unterstützung sofort hinzu. Auch wenn wir eigenverantwortlich arbeiten, sind wir eng in die Krankenhausstruktur eingebunden.

LUISE: Welche Methoden zur Schmerzlinderung stehen zur Verfügung?

Chiara Kloubert: Wir begleiten die Geburt so natürlich wie möglich und unterstützen den Ablauf, den der Körper vorgibt. Schmerzmittel dürfen wir nicht verabreichen, nur leichte, entkrampfende Mittel. Zur Linderung können ein TENS-Gerät – es arbeitet mit sanften Stromimpulsen –, die Badewanne, Gymnastikbälle oder ein Geburtskamm helfen. Wenn sich die werdende Mutter ein Schmerzmittel oder eine PDA wünscht, besprechen wir das gemeinsam und wechseln in den interdisziplinären Kreißsaal, wo wir eng mit dem ärztlichen Team zusammenarbeiten. Grundsätzlich entscheiden sich viele Frauen bewusst für den Hebammenkreißsaal, weil sie möglichst ohne medizinische Eingriffe und Schmerzmittel entbinden möchten.

LUISE: Wie geht Ihr mit Ängsten oder Unsicherheiten der Schwangeren um?

Chiara Kloubert: Es gibt im Hebammenkreißsaal zwei feste Gesprächstermine – den ersten zwischen der 20. und 25. und den zweiten zwischen der 30. und 35. Schwangerschaftswoche. Dabei klären wir ausführlich Fragen, sprechen über Erwartungen und mögliche Sorgen. So entsteht ein vertrauensvolle Basis für die Geburt.

Wir empfehlen zusätzlich einen Geburtsvorbereitungskurs sowie die Auseinandersetzung mit Themen wie Stillen, Geburt ohne Schmerzmittel und geburtsvorbereitender Akupunktur. Unser Ziel: Frauen sollen gut informiert, gestärkt und im Einklang mit sich selbst in die Geburt gehen.



Auch im Team reflektieren wir regelmäßig unsere Arbeit, besprechen Beobachtungen und stimmen uns ab – fachlich und menschlich. So entwickeln wir unsere Betreuung stetig weiter.

LUISE: Wann wird aus dem Hebammengeleitet eine ärztlich begleitete Geburt – und wie läuft der Übergang ab?

Wenn während der Geburt der Wunsch nach Schmerzmitteln aufkommt oder sich zeigt, dass aus medizinischer Sicht ärztliche Unterstützung notwendig ist, besprechen wir das gemeinsam mit der werdenden Mutter. In solchen Fällen wechseln wir in den interdisziplinären Kreißsaal. Übrigens bleiben wir dabei räumlich im gleichen Kreißsaal und müssen nicht wechseln.

Das ärztliche Team ist jederzeit vor Ort und ansprechbar. Nach Absprache entscheiden wir, ob ein Wechsel nötig ist – oder ob es Alternativen gibt, um im Hebammenkreißsaal zu bleiben.

LUISE: Luisa, du hast Deinen jetzt sieben Monate alten Sohn genau hier zur Welt gebracht. Was war so anders im Hebammenkreißsaal?

Luisa Golob: Die Geburt hier im Luisenhospital war meine dritte – und sie war ganz anders als die ersten beiden. Zuvor hatte ich einen Kaiserschnitt und einmal eine Geburt mit PDA. Dieses Mal kam mein Sohn ganz ohne Schmerzmittel zur Welt, nur mit einem entkrampfenden Mittel zur Entspannung. Nach 6,5 Stunden war er da – und es war wirklich eine schöne Geburt.

Mir war es sehr wichtig, keinen weiteren Kaiserschnitt zu haben. Und ich bin sehr froh, dass das hier möglich war. Das Geburtserlebnis im Hebammenkreißsaal war für mich das schönste. Hier wurde ich gut aufgenommen und gut aufgeklärt. Das hat mir sehr gefallen.

Chiara Kloubert: Das freut mich sehr zu hören! Gerade nach einem Kaiserschnitt ist es für viele Frauen ein großes Anliegen, wieder eine natürliche Geburt erleben zu dürfen. Wenn die medizinischen Voraussetzungen stimmen, unterstützen wir diesen Wunsch ganz bewusst.

LUISE: Luisa, wie hast Du die Zeit nach der Geburt wahrgenommen?

Luisa Golob: Wir sind nach der Geburt noch zwei Nächte geblieben, weil wir uns hier so wohl gefühlt haben. Auch die U2 wurde direkt vor Ort gemacht. Besonders gut fand ich die entspannte Unterstützung beim Stillen – niemand hat Druck gemacht, ich durfte erst mal in Ruhe meinen eigenen Weg finden. Das war wirklich hilfreich.

Chiara Kloubert: In der Regel bleiben Mutter und Kind nach der Geburt 2 bis 4 Tage bei uns im Haus. Während dieses Aufenthalts finden die ersten wichtigen Untersuchungen statt, wie zum Beispiel die U2.

LUISE: Wie wird das Modell des Hebammenkreißsaal im ärztlichen Bereich und von der Öffentlichkeit angenommen?

Chiara Kloubert: Ich kann nur von unseren Ärztinnen und Ärzten sprechen – dort ist die Akzeptanz sehr groß. Die Zusammenarbeit funktioniert hervorragend, und die Kommunikation verläuft sehr konstruktiv. Natürlich ist es ein Umstellungsprozess, weil sich manche Abläufe im Hebammenkreißsaal unterscheiden. Aber das Feedback ist durchweg positiv. Auch von außen, also von Familien und der Öffentlichkeit, bekommen wir viel Zuspruch. Es besteht ein großes Interesse an unserem Konzept.

„Mit meinen ersten beiden Geburten war ich nicht hier. Im Nachhinein wünschte ich, ich wäre es gewesen.“

Luisa Golob



Kreißsaal-Team

T +49 (0) 241 414 2400

- seit Februar 2025: Hebammenkreißsaal, optional mit direkter Anbindung an das Luisenhospital
- 1-zu-1-Betreuung durch erfahrene Hebammen
- 21 Hebammen im Team
- Hebammengeleitete Geburt mit Fokus auf Natürlichkeit und Selbstbestimmung
- nahtloser Übergang: auch bei einem Wechsel in die ärztlich begleitete Geburt bleibt der Geburtsraum gleich
- Regelmäßiger Austausch mit dem Ärzteteam
- vier Kreißsäle
- nach Schließung des Aachener Geburtshauses: alternative Option für physiologische Geburten im Luisenhospital



Kreißsaalführungen

Jeden Montag, 18 Uhr
Regelmäßig auch auf Englisch
Weitere Infos unter:
luisenhospital.de

Der Nachwuchs der Ladies in Black

Bereits seit vergangenem Sommer pflegen das Luisenhospital und die Volleyballerinnen der Ladies in Black eine enge Kooperation. Nun wird auch der Nachwuchs im Luisenhospital mit einbezogen. Alle neugeborenen Kinder erhalten in diesem Jahr ein Trikot der Ladies in Black. Als „Öcher Jung“ und „Öcher Mädchen“ bekommen Eltern und Kinder ein gemeinsames Andenken.



Mutter Corinna Woeckoeck und Tochter Eleya freuen sich als erste über das kleine Präsent. Geschäftsführer der Ladies, Hans-Peter Lipka, sowie Vorstandsvorsitzender des Luisenhospitals Ralf Wenzel überbrachten ihr das Trikot persönlich. Zudem erhielt die frisch gebackene Mutter Tickets für ein Spiel nach Wahl.

Wir freuen uns im Luisenhospital sehr, dass die Kooperation in allen Altersklassen Früchte trägt. Und wer weiß, vielleicht stehen die Neugeborenen aus 2025 auch schon bald auf dem Volleyballfeld und holen für die Ladies den nächsten Sieg.



Babymesse
2025
Luisenhospital Aachen
06.09.2025
10 – 15 Uhr



So schmerzt der Sommer

Sonnenschein und Krankenschein? Das muss nicht sein.

Sommer, Sonne, Schmerzenschrei. Halt, stopp, wer möchte jetzt schon über Sportverletzungen reden? Eins vorweg: Wir hoffen, dass Sie den Sommer unbeschwert und unverletzt genießen können. Aber wenn es doch mal schmerzt, sind Sie bei Dr. med. Florian Voigt, Oberarzt der Unfallchirurgie und Orthopädie, und Privatdozent Dr. med. Arne Driessen, Leiter des Gelenkzentrums am Luisenhospital Aachen, in besten Händen. Ob Fußball, Radfahren oder Joggen: Sportverletzungen machen keinen Urlaub. In der Notaufnahme des Luisenhospitals oder im MVZ Chirurgie Aachen finden Patientinnen und Patienten täglich Hilfe.

Die Notaufnahme im Luisenhospital ist die erste Anlaufstelle bei einer akuten Verletzung. „Es beginnt mit einer klinischen Untersuchung“, erklärt Priv.-Doz. Dr. med. Driessen. Ziel ist, Notfälle sofort zu erkennen und mit der passenden Therapie zu starten. „Uns steht das gesamte Instrumentarium der Diagnostik zur Verfügung“, ergänzt Dr. med. Voigt – von Ultraschall über Röntgen bis zu CT und MRT. So wird entschieden, was ambulant oder stationär behandelt wird – bei komplizierten Brüchen auch sofort im OP.

„Komplikationen sind selten“, beruhigt Priv.-Doz. Dr. med. Driessen. Dank moderner Medizin können viele Eingriffe minimalinvasiv erfolgen, auch bei Wirbelsäulenverletzungen. Ein moderner Röntgenroboter liefert während der OP präzise 3D-Bilder. Neue Verfahren wie eine interne Schienung beim Schlüsselbein sorgen dafür, dass der Knochen früh wieder belastet werden kann. „Mit jeder neuen Technologie gewinnen wir für den Patienten wertvolle Zeit bei der Rückkehr in den Alltag. Das ist unsere oberste Prämisse.“, sagt Dr. med. Voigt.



Dr. med. Florian Voigt,
Oberarzt Unfallchirurgie und Orthopädie



Priv.-Doz. Dr. med. Arne Driessen,
Leitung Gelenkzentrum

Fortsetzung nächste Seite...

Regelmäßige Bewegung ist wichtig, um Übergewicht, Bluthochdruck oder Diabetes vorzubeugen. Doch gerade im Sommer steigt durch sportliche Aktivitäten auch das Risiko für Verletzungen. Einen Großteil der sommerlichen Sportverletzungen machen neben Schlüsselbeinfrakturen auch Knie- und OSG-Distorsionen aus, im allgemeinen Sprachgebrauch als „Verstauchungen“ genannte Verletzungen, die durch eine Überdehnung oder einen Riss der Bänder an Knie und Sprunggelenk ausgelöst werden. „Nicht jeder Bänderriss wird operiert“, verweisen die Mediziner auch auf konventionelle Therapien wie die Anwendung der PECH-Regel (Infokasten) in der Akut-Situation sowie Schienung, Sportkarenz und Physiotherapie. Bei Verletzungen des Knies und des Sprunggelenks sollte nicht zu lange auf eine medizinische Abklärung beispielsweise in der Gelenksprechstunde des MVZ Chirurgie Aachen oder der unfallchirurgischen Sprechstunde gewartet werden, um Langzeitschäden wie instabile Gelenke und Gelenknorpelschäden zu vermeiden und Bewegungseinschränkungen zu verhindern.

Um das Verletzungsrisiko so gering wie möglich zu halten empfehlen die Mediziner, auch in der warmen Jahreszeit keinen Kaltstart hinzulegen. Muskuläres Aufwärmen hilft, Muskelfaserrisse zu verhindern beziehungsweise zu reduzieren. Zum Aufwärmen gehört kein Vorglühen, auch nicht für eine gesellige Runde Fußball auf dem Bolzplatz. Der Genuss alkoholischer Getränke hat eher negative Auswirkungen auf die Prävention. Für (beinahe) jede Sportart gibt es zudem persönliche Schutzgegenstände, die nicht nur schicke Accessoires sind: So hat sich beispielsweise im Reitsport über die Nutzung eines passenden Helms das Anlegen von Bein- und Wirbelsäulen-Protektoren durchgesetzt. Mittlerweile gibt es auch für Reiter, Fahrrad- und Motorradfahrer Airbag-Westen.

An PECH im Pech gedacht? Glück gehabt!

Verstaucht, gezerrt oder geprellt? Die schnelle Anwendung der PECH-Regel hilft, weitere Schäden zu vermeiden und den Heilungsprozess zu unterstützen.

P **PAUSE:** Bei einer akuten Verletzung hört der Spaß leider auf. Jetzt ist erst einmal Ruhe angesagt, um weitere Verletzungen zu vermeiden und die betroffene Stelle zu schonen.

E **EIS:** Ob in der Waffel oder aus dem Becher: Mit Eis schmeckt der Sommer. Wenn es schmerzt, sind jedoch Eiswürfel, kaltes Wasser oder Kühlpad die erste Wahl zur Schmerzlinderung.

C **COMPRESSION:** Das schnelle Anlegen einer elastischen Wicklung kann helfen Weichteilschwellungen zu reduzieren.

H **HOCHLAGERN:** Auch das Hochlagern der verletzten Extremität sorgt für Linderung und hilft, Schwellungen zu reduzieren und den Blutfluss zu verringern.



Bei größeren Verletzungen und starken Schmerzen sollten Sie immer zeitnah einen Arzt aufsuchen!

Die Top 5 der Sportverletzungen



Knieverletzungen, Bänderrisse, Kreuzbandrisse oder Brüche: Die Chancen, sich beim **FUSSBALL** zu verletzen, sind hoch. Besonders wichtig: Wer Verletzungen an Knie oder Sprunggelenk auf die leichte Schulter nimmt, riskiert Folgeschäden.



Sommerzeit ist Radelzeit: **UNFÄLLE AUF ZWEI RÄDERN** sind daher im Sommer auf Platz 2. Auch die zunehmende Menge der Pedelecs spiegelt sich auch bei den Sportverletzungen wider: Es gibt mehr Unfälle, zum Teil mit schwereren Verletzungen.



Bandverletzungen, Stürze und kleinere Frakturen sind das schmerzvolle Ergebnis mancher **JOGGINGRUNDE**.



Ob Sturz oder Tritt: **AUF DEM RÜCKEN DER PFERDE** passiert im Sommer besonders viel. Aufgrund des Gewichts des Tieres und der Höhe des Sitzes ist die Verletzungsschwere oft hoch.



Auch wenn König Fußball die Tabelle anführt, bergen auch **HANDBALL ODER TENNIS** Verletzungsrisiken. Gerade im Sommer passiert es häufiger, dass sich die Sportler nach dem ein oder anderen Getränk womöglich auch selbst überschätzen...



Was im Sommer sonst noch wichtig ist:

Für sportliche Aktivitäten im Sommer gilt: Sonnenbedeckung, Hautschutz und ausreichendes Trinken sind Pflicht. Heiße Mittagsstunden sollten vermieden werden. Auch der Klimawandel spielt eine Rolle: Achtung vor Zecken! Nach Waldsport sollte der Körper abgesehen und Zecken frühzeitig entfernt werden. Die STIKO empfiehlt die Schutzimpfung für Regionen mit erhöhtem FSME-Risiko. Eine entsprechende Karte gibt es auf der Website des Robert Koch-Instituts (www.rki.de). Da FSME auch außerhalb dieser Gebiete auftreten kann, sollte bei Symptomen stets daran gedacht werden.



Unfallchirurgie und Orthopädie

Chefarztsekretariat
Gabriele Zdiarstek
T +49 (0) 241/414 -2121

Schau mal, wer da schnüffelt

Ziehen an einer Leine: Dogscan und Lungenkrebszentrum kooperieren



„Der Hund ist der beste Freund des Menschen“, besagt eine Redewendung, die König Friedrich dem Großen zugeschrieben wird. Der Alte Fritz, übrigens Ur-Onkel der Namensgeberin des Luisenhospitals (Königin Luise von Preußen), hatte vermutlich besonders die loyale Beziehung zwischen Mensch und Hund vor Augen. Dass Hunde in der Krebsdiagnostik einmal für eine tierische Revolution sorgen und dank ihres Geruchssinns zu Lebensrettern werden würden – das überstieg wohl die Vorstellungskraft im 18. Jahrhundert. Heute kooperieren das zertifizierte Lungenkrebszentrum am Luisenhospital und das StartUp Dogscan aus Erkelenz bei der Früherkennung von Lungenkrebs. Oder anders formuliert: Sie ziehen an einer Leine.

Lungenkrebs zählt zu den häufigsten Krebsarten in Deutschland. Das Anfangsstadium ist meist beschwerdefrei, Symptome treten oft erst später auf, was die Heilungschancen deutlich mindert. Nach einem Schicksalsschlag – der Vater von Dogscan Mitgründer Alexander Maßen starb an Lungenkrebs – machten sich er und Hundetrainer Florian Wiene auf die Suche nach einer effektiven, zugänglichen Früherkennung. Bei Recherchen stießen sie auf Studien, die zeigten, dass Hunde Lungenkrebs mit hoher Genauigkeit erschnüffeln können. Die beiden kombinierten ihre Kompetenzen, um Hunde zu Tumorspürhunden auszubilden – Florian Wiene hatte zuvor bei der Bundeswehr bereits Spürhunde trainiert.



v. l. n. r. Dr. med. Björn Schwick und Priv.-Doz. Dr. med. Ingo M. Krüger

„Die speziell geschulten Spürhunde können helfen, Lungenkrebs in einem frühen Stadium zu entdecken, wo er gut behandelbar ist.“

Priv.-Doz. Dr. med. Ingo M. Krüger

Der Geruchssinn von Hunden ist dem des Menschen weit überlegen: 300 Millionen Riechzellen bei Hunden stehen 5 Millionen bei Menschen gegenüber. Hunde erkennen selbst kleinste Moleküle, die von Tumorzellen freigesetzt und über die Atemluft ausgeschieden werden. „Diese Stoffwechselprodukte werden abgeatmet“, erklärt Priv.-Doz. Dr. med. Krüger, Chefarzt der Thoraxchirurgie am Luisenhospital. Das Lungenkrebszentrum Aachen gehört neben dem Zentrum Berlin-Havelhöhe zu den Dogscan-Kooperationspartnern. Dogscan stellt gegen Gebühr spezielle Masken zur Verfügung, die Testpersonen fünf Minuten lang tragen. Danach übernehmen die Spürhunde.

Dogscan nutzt 100 Suchboards mit verschiedenen Masken. Eine zuständige Person baut die Anlage, die neben Kundenmasken auch bestätigte Positiv- und Negativmasken enthält. Welche Maske wohin kommt, entscheidet eine Software. Nur der Anlagenbauer kennt die Positionen, damit Hunde und Hundeführer „blind“ suchen. Fehler können passieren – auch bei Hunden. Daher muss ein positives Ergebnis von mindestens drei von fünf Hunden angezeigt werden. Zeigt keiner eine Reaktion, gilt es als negativ. Uneindeutige Ergebnisse – z. B. nur ein anzeigender Hund – führen zu einer kostenfreien Wiederholung. Vor Markteinführung trainierte Dogscan mit über 12.500 Masken, darunter 850 von Krebspatienten und viele mit anderen Gerüchen wie Zigarettenrauch, COPD, Mettbrötchen oder Schminke.

Priv.-Doz. Dr. med. Krüger wurde durch eine TV-Reportage auf Dogscan aufmerksam. Nach eingehender Prüfung des Konzepts entschloss er sich zur Unterstützung. Das Luisenhospital stellt Masken von Krebspatienten zur Verfügung, die Dogscan helfen möchten. „Es ist kein Ersatz, aber eine sehr gute Ergänzung der Schulmedizin“, sagt Priv.-Doz. Dr. med. Krüger. „Bei einem auffälligen Ergebnis sollte umgehend ein Facharzt aufgesucht werden.“



Patientenveranstaltung:

Das Lungenkrebszentrum am Luisenhospital lädt für Mittwoch, 1. Oktober, ab 16 Uhr zu einer kostenlosen Infoveranstaltung in die Luisensäle 1–3 ein. Es gibt Vorträge zu Risikofaktoren und Raucherentwöhnung, die Krebsberatung StädteRegion Aachen stellt sich vor, und Florian Wiene informiert über Krebsfrüherkennung mit tierischer Hilfe.



Lungenklinik
Chefarztsekretariat
Martina Kohnle
T +49 (0) 241 414 2090



Das talentierte Team des Herrn Rothkrantz



Immer da und meistens unsichtbar: Ralf Rothkrantz leitet das Team Technik, das für reibungslose Abläufe hinter den Kulissen des Luisenhospitals sorgt. Unser Team begleitet ihn einen Tag lang rund um die Uhr.

5:30 Uhr: Ralf Rothkrantz ist Frühaufsteher. Den ersten Kaffee gibt es für den Technischen Leiter des Luisenhospitals meist schon um diese Uhrzeit. 30 Minuten nachdem der Wecker geklingelt hat, anderthalb Stunden bevor die Frühschicht beginnt. Wenn Wetter und Terminkalender mitspielen, schwingt sich der 57-Jährige aufs Fahrrad, um von Stolberg-Breinig nach Aachen zu radeln. Seit Februar ist der Elektrotechnikermeister Chef des zwölfköpfigen Technik-Teams, das hinter den Kulissen meist geräuschlos dafür sorgt, dass die anspruchsvolle Technik in allen Abteilungen des Hauses reibungslos funktioniert.

7:00 Uhr: Die Frühschicht tritt an. Zwei Stunden später beginnt die Spätschicht. Sieben Tage die Woche sind Team-Mitglieder im Einsatz, zu jeder Zeit sind Kollegen in Rufbereitschaft. Ralf Rothkrantz hat den zweiten Kaffee in der einen Hand, in der anderen hält er eines seiner wichtigsten Werkzeuge: das Mobiltelefon. Und heute benutzt er es besonders häufig, denn das Notstromaggregat auf dem Dach des Hospitals, muss turnusmäßig gewartet werden. Erste Aufgabe seines Teams ist aber der morgendliche Rundgang durch das ganze Haus. Alle Technikräume werden abgegangen, geschlossene Türen geöffnet. Neben den Augen sind auch die Ohren auf Empfang geschaltet: „Du hörst irgendwann, wenn hinter der Tür etwas nicht stimmt, wenn die Lüftung anders läuft als sonst“, sagt Rothkrantz. Jedes Gebäude habe seine Besonderheiten, seine kleinen Ticks.

7:15 Uhr: Die ersten Meldungen aus dem Haus treffen ein. Hier funktioniert eine Steckdose nicht, dort klemmt ein Fenster oder ein Wasserhahn tropft. Über das Ticketsystem kommen täglich im Schnitt bis zu 50 Aufträge rein, die von den Handwerkern Schritt für Schritt eigenständig abgearbeitet werden. Im Team sind Elektriker, Installateure, Schlosser, Maler, Schreiner, ein Team kümmert sich um die Pflege der Außenanlagen. In eigener Schlosserei und Schreinerei können viele Reparaturen direkt erledigt werden. All dies geschieht zusätzlich zu allen geplanten Reparatur-, Wartungs-, Prüfungs- und Instandsetzungsarbeiten, von denen es nicht zuletzt aufgrund der rechtlichen Vorgaben ausreichend gibt. Allein 500 Brandschutzklappen sind im Luisenhospital im Einsatz, die regelmäßig zu prüfen sind – und diese Prüfung ist zu dokumentieren. Ebenso die Lüftungsanlagen, Brandmelder, Türen...

7:30 Uhr: Bürozeit ist Bildschirmzeit: E-Mails lesen. Denn neben dem eigenen Team steuert Ralf Rothkrantz auch externe Dienstleister, prüft deren Qualität, schreibt Aufträge, unterzeichnet Kostenfrei-gaben und kümmert sich mit seinem Team auch um die Planung, Umsetzung und Begleitung interner (Umbau-)Projekte in Luisenhospital, Ärztehaus und den Medizinischen Versorgungszentren. Etwa die Hälfte seiner Arbeitszeit verbringt er vor dem Bildschirm; auch wenn das Sekretariat dem Technischen Leiter schon viel Arbeit abnimmt und den Rücken freihält. Aktuell wird eine neue Telefonanlage geplant, hier fungiert Rothkrantz als Schnittstelle zum Vorstand. „Wir kennen den Bedarf des Hauses, wir kennen die besonderen Anforderungen“, erklärt er.

Fortsetzung nächste Seite...

„Kein Tag ist wie der andere, ich liebe die Herausforderungen, baue gerne um, mache gerne etwas Neues. Ich liebe Sachen, die nicht üblich sind und übernehme gerne Aufgabenstellungen, wo ich mir überlegen muss, wie man das im Team umsetzen kann, wie wir das Ziel erreichen können.“

Ralf Rothkrantz



„Wenn etwas passiert, sind alle hier.“

Ralf Rothkrantz weiß, dass er sich auf sein Team verlassen kann.



8.30 Uhr: Das Telefon klingelt. Stau auf der A4, vermutlich wird sich die Anlieferung des Notstromaggregats per LKW verzögern. Zum ersten Mal ändern sich die Pläne, es wird improvisiert. Alltag für Techniker. Kein Grund, sich Sorgen zu machen. Um das Aggregat auf dem Krankenhausdach warten zu können, muss es abgeschaltet werden. Damit auch während der Wartung jederzeit die Versorgung gewährleistet ist, wird das auf einem LKW angelieferte mobile Aggregat an die Verteileranlage im Keller des Hauses angeschlossen. Im Fall der Fälle muss innerhalb von Sekunden die Notstromversorgung stehen – auch während der Wartung des hauseigenen Notstromaggregats. Im Notfall übernehmen zahlreiche Batterien im Haus die nahtlose Stromversorgung der sensiblen Bereiche, bis das Aggregat angesprungen ist.

10:20 Uhr: Das mobile Aggregat ist angekommen und einsatzbereit, eigentlich könnte es losgehen. Nur passen die Stromkabel nicht durch den Versorgungsschacht. Es muss ein anderer Weg gesucht werden. „Habt ihr 50 Meter Kabel dabei?“, will Rothkrantz wissen, der eine Idee hat.

10:37 Uhr: Während sein Team und die Dienstleister im Keller Kabel verlegen, nutzt der Technische Leiter die Zeit, um sich ein Bild vom Fortschritt der Arbeiten auf anderen Etagen zu machen. Auf der fünften Etage sind nach Abschluss der Umbauarbeiten die Böden noch nicht gereinigt. Über ein Funkgerät holt sich Rothkrantz ein Update aus dem Keller: die Arbeiten laufen noch. Also noch genug Zeit für einen Abstecher zu Station 6B. Allein vier Kilometer Netzwirkkabel wurden dort verlegt, um Medizin und Digitalisierung auf höchstem Niveau zu ermöglichen. Ein weiterer Griff zum Telefon: „Wann seid ihr fertig?“, will Rothkrantz von einem Dienstleister wissen. Mit der ersten Antwort scheint er nicht ganz zufrieden zu sein... „Anfang kommender Woche? Aber keinen Tag länger!“



11:05 Uhr: Über das Funkgerät knarzt die Erfolgsmeldung. Das Kabel passt. „Bevor ihr umschaltet, will ich das mal hören“, fordert Ralf Rothkrantz einen Testlauf, bevor er das hauseigene Notstromaggregat für die Wartungsarbeiten vom Netz nimmt. Die schlechte Nachricht: Es stehen noch Fenster in der Bettenzentrale offen. Springt das Notstromaggregat auf dem darunter geparkten LKW an, dürften die Abgase besonders während der ersten Minuten dafür sorgen, dass es einen ungeplanten Test der Brandmelder im Haus gibt. Das möchte aber niemand, also müssen alle Fenster geschlossen werden.

11:18 Uhr: Kurzer Besuch im Büro, das Ticketsystem läuft, keiner ist da, alle arbeiten. Der Chef ist zufrieden.

11:45 Uhr: Alle Fenster sind zu, es kann losgehen. Das Notstromaggregat springt an – und läuft und läuft und läuft. Ralf Rothkrantz ist zufrieden und gibt grünes Licht dafür, die Notstromversorgung im Keller umzustellen. Auf dem Dach legen gleich die Techniker der Wartungsfirma los, wechseln die Ölfilter, dann das Öl, reinigen den Kraftstofffilter und tauschen die Starterbatterien, die das Aggregat immer einsatzbereit halten. Bis 14 Uhr werden die Arbeiten abgeschlossen sein, die Techniker packen ein, das Team des Luisenhospitals kümmert sich darum, dass alles wieder in den Ursprungszustand zurückversetzt wird.

12:15 bis 12:45 Uhr: An einem normalen Tag wird von 12.15 bis 12.45 Uhr Mittagspause gemacht. Danach trifft sich das ansonsten verstreut im Haus arbeitende Team zu einer täglichen Abstimmungsrunde. Wie ist der Stand der Dinge? Welche Aufgaben gibt es noch? Wer braucht Hilfe? Im Anschluss wird weiter an den Projekten und Aufgaben gearbeitet – und auch das Ticketsystem sorgt für Nachschub.

15:12/17:12 Uhr: Für die Früh- beziehungsweise Spätschicht ist Dienstschluss. Am späten Nachmittag steht erneut ein Kontrollgang an. Danach übernimmt die Rufbereitschaft. Es ist noch gar nicht lange her, da trat Kondenswasser der Lüftungsanlage aus. Mitten in der Nacht, am Wochenende. Das Team improvisierte und legte eine neue Leitung. Rothkrantz: „Deswegen mag ich diese Aufgabe so. Ich habe schnell gelernt, dass ein Projekt nie die Sache eines Einzelnen sein kann. Wir analysieren das Problem, suchen gemeinsam eine Lösung. Und dann heißt es: Einfach machen. Wir sind keine Abteilung der Problemmacher, sondern der Problemlöser. Egal, was kommt. Dann läuft das Haus.“

Es ist nie zu spät für eine neue Allergie

Was oft mit einem Kribbeln in der Nase beginnt, kann in Atemnot enden. Dr. med. Christoph Lersch erklärt, warum wir auch im Erwachsenenalter noch an Allergien erkranken können, und welche zentrale Rolle die Anamnese für Diagnostik und Therapie spielt.



Hatschi! Wenn beim Spaziergang durch die Felder plötzlich die Nase kribbelt und die Augen brennen, ist dies allein noch kein Grund zur Beunruhigung. Lässt sich den Pollen nicht aus dem Weg gehen, hilft oft schon die Einnahme sogenannter Antihistaminika, die die allergische Reaktion hemmen. Sie sind als Nasenspray, Augentropfen oder in Tablettenform in der Apotheke ohne Rezept erhältlich. Wie bei jeder allergischen Reaktion aber gilt: Bei Atemproblemen, starkem Husten und einem Engegefühl im Brustkorb sollte zeitnah ein Arzt oder Ärztin aufgesucht werden, um eine weitere Therapie einzuleiten.

„Einige Allergien sind auf dem Vormarsch“, bilanziert Dr. med. Christoph Lersch, Facharzt für Innere Medizin, Pneumologie, Allergologie, Schlafmedizin und Sozialmedizin. Als Ärztlicher Leiter der MVZ AAZ GmbH (Praxis für Lungenheilkunde) hilft er täglich Patientinnen und Patienten, der Ursache allergischer Reaktionen auf den Grund zu gehen. Für eine Zunahme von Heuschnupfen und Tierhaarallergien können beispielsweise Klimaveränderungen ebenso mitverantwortlich sein wie eine Verbreitung von Neophyten. Dies sind Pflanzen, die sich in Gebieten ausbreiten, in denen sie vorher nicht heimisch waren. Dies gilt auch für manche Insekten. „Allergien gegen Kakerlaken sind in den USA sehr häufig“, erklärt Dr. med. Lersch. Mittlerweile fühlen sich die Insekten auch bei uns immer wohler – und sorgen nicht nur für Ekelgefühle, sondern auch zu allergischen Reaktionen. Ein zunehmendes Problem ist auch Schimmel in Häusern.

Ein Großteil aller Allergien lässt sich mit Tests gut nachweisen und dann gezielt behandeln. Erste Wahl ist oft der Allergie-Hauttest, der Pricktest, ergänzend kann eine Laboruntersuchung des Blutes weitere Informationen liefern. Doch ganz zu Beginn sollte immer die Anamnese stehen, das ausführliche ärztliche Gespräch. Meist sind es zunächst unspezifische Beschreibungen wie „Meine Nase läuft, die Augen waren gerötet“, denen der Experte immer tiefer auf den Grund geht. Wann sind die Beschwerden erstmals aufgetreten? Zu welcher Tageszeit, in welchen Räumen, an welchen Orten? Wie sahen die Symptome aus? Gab es Luftnot? Atembeschwerden? Hautausschläge? Die Fragen helfen, das weite Feld immer weiter einzugrenzen – um im zweiten Schritt mit einem Test so zielgerichtet wie möglich eine Allergie mit hoher Sicherheit nachweisen oder auszuschließen zu können.

Wird einfach „drauflosgetestet“, kommen zwar Ergebnisse heraus. „Diese haben aber meist keine Bedeutung“, erklärt der Mediziner. Ein positiver Test ohne klinische Beschwerden zeigt beispielsweise eine Sensibilisierung, die nicht behandlungsbedürftig ist. Ein vermeintlich positives Ergebnis kann aber auch eine zurückliegende Allergie sein, die eingedämmt ist und längst keine Beschwerden mehr verursacht. Auch sind Kreuzreaktionen möglich, beispielsweise wenn der Test eine Kiwi-Allergie anzeigt. „Das Ergebnis heißt dann nicht automatisch, dass man gegen Kiwis allergisch ist. Das Hauptallergen der Birke ist nämlich das gleiche wie bei bestimmten Obstsorten oder vielen Nüssen“, sagt Dr. med. Christoph Lersch.



„Erste Sofortmaßnahme bei Allergien ist die Allergenkarrenz, die Vermeidung der Kontakte.“

Dr. med. Christoph Lersch

Gerade bei Pollenallergien hilft bei der ersten Einordnung eine saisonale Eingrenzung. Bäume blühen im Frühjahr, Gräser eher im Sommer, Kräuter Richtung Spätsommer/Herbst. Tierhaarallergien können auch dann auftreten, wenn der oder die Betroffene selbst keine Tiere hat, aber vielleicht ein Arbeitskollege Tierhaare an seiner Kleidung anhaften hatte. Ein weiteres Beispiel für eher saisonal auftretende Symptome ist eine Allergie gegen Milben. Verstärkt treten erste Beschwerden in der Heizperiode auf. Einige Außenluftschimmelpilze sind ebenfalls saisonal vorhanden und können mit Pollenallergien verwechselt werden.

Im beruflichen Umfeld lösen viele Arbeitsstoffe Allergien aus. Das sind nicht nur Mehle oder Friseurstoffe. Durch Veränderungen von Arbeitsprozessen und der Einführung neuer Substanzen an Arbeitsplätzen steigt die Zahl der Allergene am Arbeitsplatz weiter an. Beruflich verursachte Allergien gehören zu den häufigsten angezeigten Berufskrankheiten. Eine solche Anzeige kann eine ärztliche Fachkraft bei der zuständigen Berufsgenossenschaft stellen.

Erste Maßnahme: Vermeidung der Kontakte. Bei Milben hilft es, Teppichböden zu entfernen und glatte Oberflächen regelmäßig feucht abzuwischen. Für das Bett gibt es Milbenbettwäsche. Bei Pollenallergien sollte möglichst nur morgens gelüftet werden. Vor dem Schlafen geht's kurz unter die Dusche, um die Pollen abzuwaschen. Lersch: „Wenn die Beschwerden gering sind, nur Augen und Nase betreffen und die Lebensqualität nicht eingeschränkt wird, reicht oft die Einnahme von Antihistaminika.“

Fortsetzung nächste Seite...

Kommen Luftnot und andere Beschwerden der Atemwege hinzu, sollte immer eine Ärztin oder ein Arzt konsultiert werden. Denn mit einer Allergie steigt auch das Risiko, Asthma zu entwickeln. Allergien, die viele Jahre nur wenig Probleme bereitet haben, können durch einen „Etagenwechsel“ beispielsweise von den Zielorganen Nase und Augen zur Lunge wechseln und sollten nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Allergien können aber auch abschwächen – oder erst im fortgeschrittenen Lebensalter entstehen. „In der Forschung wird vermutet, dass virale Infekte wie RSV oder COVID-19 eine Rolle spielen, die Reaktion des Körpers zu verändern“, erklärt Dr. med. Christoph Lersch. Denn medizinisch gesehen ist jede Allergie zunächst eine falsche Reaktion des Körpers auf ein harmloses Eiweiß: „Die Abwehr fährt schwere Geschütze auf, obwohl es eigentlich keine Gefahr gibt.“

Reichen Kontaktvermeidung und Allergietabletten nicht aus, kann die ärztlich verordnete Hyposensibilisierung helfen. Dabei wird sinnbildlich Feuer mit Feuer bekämpft, indem man zunächst kleine Dosen des Allergens verabreicht und dann die Mengen steigert. Über drei bis maximal fünf Jahre werden entweder monatlich über Spritzen oder täglich über Tabletten Dosen verabreicht, bis sich das Immunsystem umgestellt hat von allergischer Abwehr auf Toleranz. Bei über 50 Prozent der Patientinnen und Patienten führt die Hyposensibilisierung aber zu einer deutlichen Besserung der Allergiebeschwerden, insbesondere auch des Asthmas.



Die 10 meistverbreitetsten Allergien

Allergien sind weit verbreitet und beeinflussen das Leben von Millionen Menschen weltweit. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund hat ein Ranking der zehn häufigsten Allergien und der ersten Symptome erstellt.



Heuschnupfen

Diese Allergien wird durch Pollen von Bäumen, Gräsern und Kräutern verursacht. Symptome: Niesen, laufende Nase und juckende Augen.



Nahrungsmittelallergien

Sie können gegen viele Lebensmittel auftreten, darunter Nüsse, Obst, Milch, Eier und Fisch. Symptome reichen von Magen-Darm-Beschwerden, Hautausschlägen, Atemproblemen bis zum lebensgefährlichen Anaphylaxie-Schock. Häufiger sind meist harmlose Kreuzallergien.



Latexallergie

Latexallergien treten auf, wenn der Körper auf Proteine im Latex reagiert, was oft zu Hautausschlägen und Atemproblemen führt.



Gluten-Unverträglichkeit

Gluten ist ein Protein in Weizen, Gerste und Roggen. Die allergische Entzündung im Dünndarm verursacht Bauchschmerzen, Durchfall und Müdigkeit.



Hausstaubmilben

Die kleinen Mitbewohner können allergische Reaktionen wie Niesen, Hautausschläge und Atembeschwerden auslösen.



Insektengiftallergie

Stiche von Bienen, Wespen oder Hornissen können lebensbedrohliche allergische Reaktionen auslösen. Menschen mit dieser Allergie sollten Notfallmaßnahmen kennen und einen Adrenalin-Autoinjektor bereithalten.



Schimmelpilzallergie

Schimmelpilze in Innenräumen und Außenluft können Allergien auslösen. Bei Atemnot und Enge in der Brust umgehend ärztliche Hilfe suchen!



Sonnenallergie (Photosensitivität)

Allergische Reaktionen auf Sonnenlicht meist in Verbindung mit anderen Stoffen wie Kosmetika oder Sonnencreme führen bei einigen Menschen zu Hautausschlägen.



Tierhaarallergie

Proteine in Tierhaaren können Allergien verursachen. Die Symptome sind ähnlich wie bei Heuschnupfen und können zu schwerem Asthma führen.



Medikamentenallergien

Manche Menschen reagieren allergisch auf bestimmte Medikamente. Ärztinnen und Ärzten sollten stets alle bekannten Allergien gemeldet werden.

luise

Herausgeber

Evangelischer Krankenhausverein zu Aachen
Luisenhospital
Boxgraben 99, 52064 Aachen
T +49 (0) 241/414 - 0
F +49 (0) 241/414 - 2334

V.i.S.d.P.

Ralf Wenzel, Vorstandsvorsitzender

Bilder

Luisenhospital Aachen
Fotostudio Andreas Steindl
Yazdi Filmproduktion
Dogscan GmbH
Stephan Johnen
Shutterstock

Texte

Luisenhospital Aachen
Stephan Johnen
Bernd Steinbrecher
Susanne Skorning

Redaktionsteam

Dr. med. Andre Freese
Vesna Nasufovic
Ruth Schlömer
Dr. rer. pol. Kirstin von Trotha
Dr. med. Florian Voigt
Lea Minge
Verena Schatz
Vincent Lemlyn

Realisation

POWER+RADACH werbeagentur gmbh
power-radach.de

Auflage

17.000 Stk.

Druck

Frank Druck und Medien GmbH & Co KG

LUISE. Das Magazin.
Erscheint zweimal jährlich
Ausgabe 01/2025



