

Aktuelle Informationen für Patienten, Mitarbeiter und Freunde unseres Hauses

KRANKENHAUS MARIA HILF DAUN



*Gesund werden -
Gesund bleiben*

Herausgeber:

Krankenhaus Maria Hilf GmbH
54550 Daun
Telefon 06592 715-2201

Redaktion:

Günter Leyendecker
stellv. Verwaltungsdirektor

Fotos:

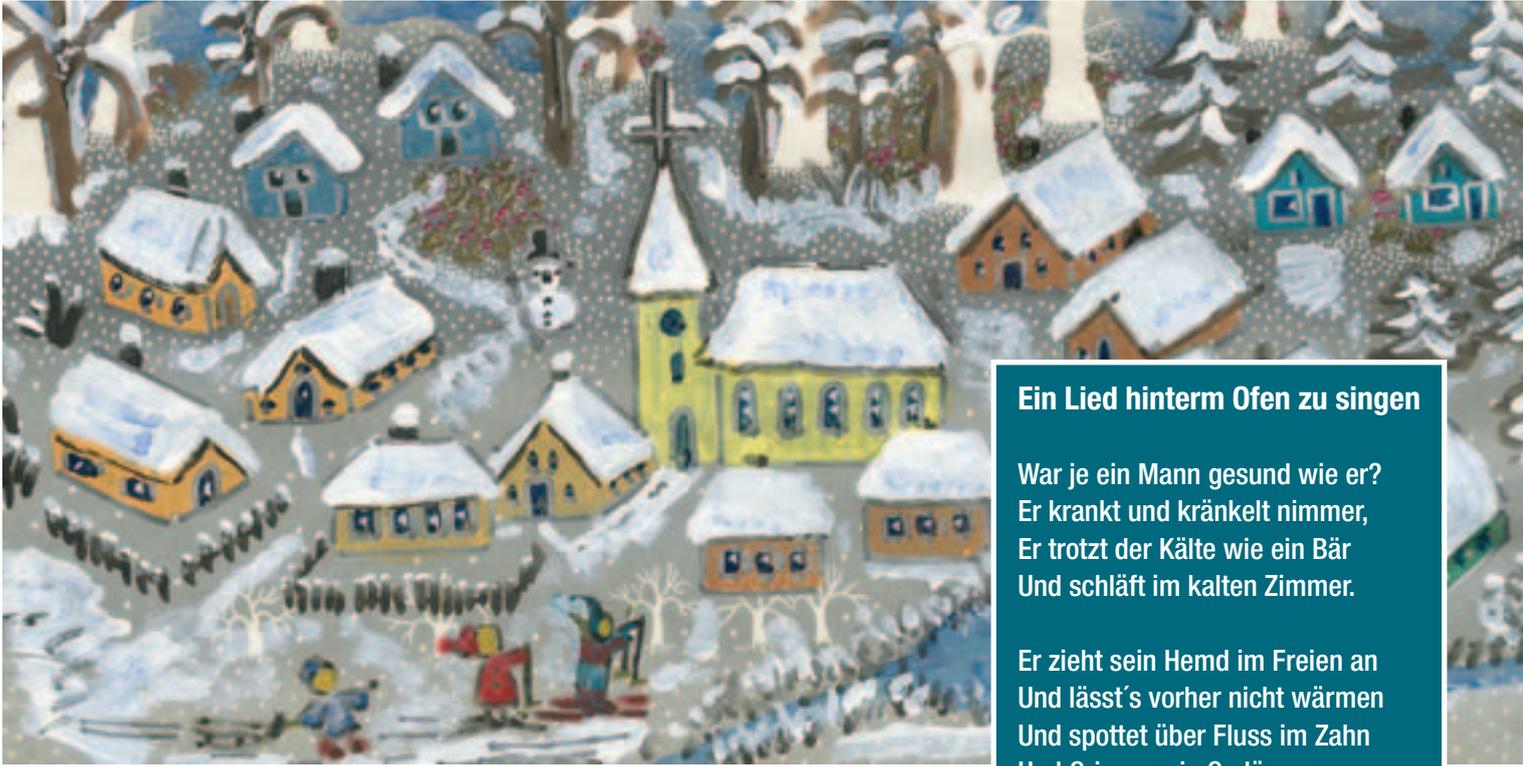
Hermann Schüller
Foto Nieder
Karl Maas

Anzeigen, Layout, Druck:

www.creativ-druck.com

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-------|
| Begrüßung | 3 |
| Neuer Kooperationspartner | 4-5 |
| Der Basalzellenkrebs | 6-7 |
| Informationen | 8 |
| Ehrungen der Mitarbeiter | 9-10 |
| Aktionstag: Hand-Hygiene | 11 |
| Ein winterliches Gedicht | 12 |
| Beratungsstelle für Betreuungsrecht | 13 |
| Kreuzworträtsel | 14 |
| Glauben im Alltag | 15 |
| Pflegeberufe – Berufe fürs Leben | 16 |
| 5 Jahre orthopädische Praxis | 17-18 |
| Fachabteilung für Akutpsychosomatik | 19-20 |
| Wettbewerb: Beste Klinik-Website | 21 |
| Herzrhythmusstörungen | 22 |
| Selbsthilfegruppen Sudoku | 23 |
| Generation 50+ | 24-25 |
| Patientenliga Atemwegserkrank. Personalmitteilungen | 26 |
| Hausordnung | 27-28 |
| Rätsel & Co. | 29 |



Liebe Patientinnen und liebe Patienten! Liebe Freunde des Hauses!

Heute begrüße ich Sie mit den fröhlichen Versen eines Wintergedichtes von Matthias Claudius.

Eigene Winterfreuden oder auch die Erinnerung an „kalte Füße“ tauchen in unseren Gedanken und unsere Vorfreude auf „warme Socken“. Und schon ist die Sehnsucht da nach neuem Frühling und neuem Leben. Und das ist Recht so: Hoffnung und Freude geben uns Mut! Sie helfen Gesund zu werden oder Schmerzen besser zu ertragen.

Ich wünsche Ihnen einen guten Aufenthalt in unserem Hause und baldige Genesung.

Herzlich Ihre

Sr. Petra
Krankenhausoberin

Sr. M. Petra CSC

Ein Lied hinterm Ofen zu singen

War je ein Mann gesund wie er?
Er krankt und kränkelt nimmer,
Er trotzt der Kälte wie ein Bär
Und schläft im kalten Zimmer.

Er zieht sein Hemd im Freien an
Und lässt's vorher nicht wärmen
Und spottet über Fluss im Zahn
Und Grimmen in Gedärmen.

Aus Blumen und aus Vogelsang
Weiß er sich nichts zu machen,
Hasst warmen Drang und
warmen Klang
Und alle warmen Sachen.

Doch wenn die Füchse bellen sehr,
Wenn's Holz im Ofen knittert,
Und um den Ofen Knecht und Herr
Die Hände reibt und zittert;

Wenn Stein und Bein
vor Frost zerbricht
Und Teich und Seen krachen:
Das klingt ihm gut,
das hasst er nicht,
Dann will er tot sich lachen.

Sein Schloss von Eis
liegt ganz hinaus
Beim Nordpol an dem Strande;
Doch hat er auch ein Sommerhaus
Im lieben Schweizerlande.

Da ist er denn bald dort, bald hier,
Gut Regiment zu führen;
Und wenn er durchzieht, stehen wir
Und sehn ihn an und frieren.

Matthias Claudius

Krankenhaus Maria Hilf, Daun neuer Kooperationspartner des Westdeutschen Darm-Centrums



Übergabe des Zertifikates durch den Geschäftsführer des WDC
v.l.n.r.: Dr. Herbert Hagen, Ärztlicher Direktor Krankenhaus Maria Hilf, Sr. Petra Fischer, Geschäftsführerin Krankenhaus Maria Hilf, Krankenhausoberin, Dr. Alfred Kuckartz, Chefarzt Chirurgie, Dr. Hubertus Fries, Geschäftsführer WDC, Prof. Dr. Thomas Marth, Chefarzt Innere Medizin, Dr. Adalbert Henzel, Oberarzt Innere Medizin, Franz-Josef Jax, Geschäftsführer Krankenhaus Maria Hilf

Das Krankenhaus Maria Hilf in Daun ist seit November 2010 Kooperationspartner des westdeutschen Darm-Centrums (WDC). Das WDC ist ein Kompetenznetzwerk zur Optimierung der Erkennung, Behandlung und Nachsorge von Patienten mit Darmkrebs. Beteiligt sind am WDC Einrichtungen, die Darmkrebsdiagnostik und -therapien durchführen.

Dabei werden die Ergebnisse und Daten der Darmkrebsbehandlungen im ambulanten und stationären Bereich zentral erfasst. Ziel ist eine Verbesserung der Behandlungsabläufe durch einen überregionalen Vergleich der Krankenhäuser (so genanntes Benchmarking). Hierzu bedient sich das WDC eines durchdachten Systems aus Datenerfassungen und Berichterstellungen. Kurz- bis mittelfristig wird dadurch eine weitere Verbesserung der Behandlungsqualität für den Patienten erreicht.

Im Krankenhaus Maria Hilf bilden die Abteilungen der Chirurgie und der Inneren Medizin unter der Leitung von Dr. Kuckartz und von Prof. Dr. Marth das Darmzentrum auf

lokaler Ebene ab. Dort fließen Wissen und Erfahrung zahlreicher Fachärzte und Spezialisten zusammen.

Weltweit stellen die Darmkrebse (kolorektalen Karzinome) mit mehr als 600.000 Neuerkrankungen die dritthäufigste Krebsart dar (Quelle: WDC). Jährlich erkranken allein in der Bundesrepublik über 70.000 Menschen an Darmkrebs. Damit ist das kolorektale Karzinom (beschreibt zusammenfassend das Kolon- und das Rektumkarzinom) in Deutschland bei den Männern und bei den Frauen die zweithäufigste Krebserkrankung. Es wird geschätzt, dass mit der Durchführung einer Darmspiegelung als Vorsorge mit eventueller Polypentfernung unter optimalen Bedingungen bis zu 80% der Darmkrebse verhindert werden könnten.

Das errechnete Lebenszeitrisiko in der Bundesrepublik, an einem kolorektalen Karzinom zu erkranken, beträgt altersabhängig zwischen 4,5 % und 6 %; also trifft es etwa jeden 20. Bundesbürger. Dabei liegen in Abhängigkeit von Alter bei der Diagnosestellung und dem Stadium der Erkrankung die 5 Jahres- Heilungschancen zwischen 50 % und 90 %.

Im Gegensatz zu der Häufigkeit dieser auch bedeutsamen Erkrankung bekommt gegenwärtig in Deutschland nur etwa jeder zweite Patient eine Therapie entsprechend den aktuellen Leitlinien. Damit liegen offenbar Defizite in der Versorgung der Betroffenen vor. Nur durch eine professionelle Qualitätssicherung lassen sich die Mängel in der Patientenbetreuung erkennen und schlussendlich auch beheben. Dazu hat das Westdeutsche Darmzentrum ein System aus umfassender und qualitätsorientierter medizinischer Dokumentation in den Partnereinrichtungen aufgebaut und etabliert.

Der Basalzellenkrebs - Krebserkrankung der Haut

Hautkrebsvorsorge:

1. Hauptuntersuchung eigenständig oder durch den Partner.
2. Vorsorgeuntersuchung durch den Arzt. Ab dem 35. Lebensjahr kann alle zwei Jahre eine Hautkrebs-Früherkennung (Hautkrebs-Screening) beim Arzt in Anspruch genommen werden.
3. Sonnenschutz: direkte Sonneneinstrahlung meiden, hoher Sonnenschutzfaktor bei Sonnenschutzcremes benutzen. Schatten suchen und Kleidung tragen.

Das Basaliom oder auch Basalzellkrebs wird auch häufig als weißer oder heller Hautkrebs bezeichnet. Unbehandelt zerstört es insbesondere im Kopf und Halsbereich wichtige Strukturen und kann so auch zum Tod führen.

gekennzeichnet ist durch: blasse Haut blauer Augen, blonde oder rote Haare. Solche Menschen werden bei Sonneneinstrahlung mehr rot statt braun. Allerdings spielen auch genetische Faktoren eine wichtige Rolle. Das Basaliom tritt gehäuft familiär auf. Auch



Der größte Risikofaktor ist die langjährige Einwirkung von Sonnenstrahlen. Daher entstehen Basaliome bevorzugt im Gesicht – 80 % entstehen in den Bereichen um die Augen, also Stirn, Wangen, Nase, Oberlippe – wie auch im Nacken sowie auf dem dünnbehaarten oder kahlen Kopf. Aber auch im Schulterbereich und an den Unterschenkeln entsteht häufig diese Erkrankung. Betroffen ist insbesondere der helle nordische Hauttyp, der

Arsen und eine Behandlung mit Medikamenten, die das Immunsystem abschwächen, können ein Basaliom begünstigen und noch nach Jahren zum Ausbruch der Erkrankung führen.

Ein Basaliom kann unabhängig von seinen Unterarten und dem Stadium sehr verschieden aussehen. Einige Formen zeigen sich als Hauteinblutungen, die nicht mehr weg gehen.

Das fortgeschrittene Basaliom zeigt sich durch Defekte und Zerstörungen der Haut.

Zahlreiche Behandlungsformen stehen zur Verfügung. Die Behandlungsform mit der geringsten Rückfallquote ist noch immer die chirurgische Behandlung mit histologischer (mikroskopisch kontrollierter) Schnittrandkontrolle. Andere Behandlungsformen kommen meist nur dann als alleinige Therapie zum Einsatz, wenn die Operation nicht möglich ist wie beispielsweise aufgrund von Alter oder Vorerkrankungen des Patienten, der Lokalisation des Tumors oder ähnlichem. Wegen des langfristig zerstörerischen (destruierenden) Wachstums sollten Basaliome frühzeitig im Ganzen operativ entfernt werden, um eine Schädigung tieferliegender Gewebereiche zu vermeiden. Wird die komplette Entfernung durch den Pathologen bestätigt, gilt der Patient als geheilt. Ein Wiederauftreten des Tumors ist jedoch immer möglich, im Allgemeinen ist die Prognose aber gut.

Die OP kann in den meisten Fällen in örtlicher Betäubung ambulant erfolgen. Sie sollte natürlich keine tiefen Schichten betreffen und die Größe

ein gewisses Maß nicht überschreiten. Das OP Prinzip besteht in der Tumorentfernung mit Sicherheitsabstand.

Deshalb ist es sinnvoll, Hautkrebsvorsorge zu betreiben.

In unserer Abteilung werden regelmäßig Hautkrebse an verschiedenen Körperstellen entfernt.

Die meisten Befunde zeigten sich, wie auch vorher beschrieben, im Gesicht und im Bereich der bestrahlten Hals-Brust-Partie.

*Dr. med. Alfred Kuckartz
Chefarzt Chirurgie
Krankenhaus Daun*



Informationen

Das Krankenhaus Maria Hilf der Kreisstadt Daun verfügt gemäß des Planbettenbescheids des Ministeriums für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz über folgende Betten:

Innere Medizin

92 Betten
(davon 4 Plätze für Schlaganfall
und 12 Plätze für Psychosomatik)
Chefarzt Prof. Dr. med. T. Marth

Chirurgie/Unfall- und Visceralchirurgie

56 Betten
Chefarzt Dr. med. A. Kuckartz

Intensivmedizin

10 Betten
Chefarzt D. Guckes
Chefarzt S. Miller

Orthopädie

40 Betten
Chefarzt Dr. med. H. Hagen

Urologie

16 Betten
Belegarzt Dr. med. F. Spies
Belegarzt P.-C. Leube

Gynäkologie/Geburtshilfe

16 Betten
Belegarzt Dr. med. N. Dizdar
Belegarzt G. Steinle

Hals-Nasen-Ohren

1 Bett
Belegarzt n.n.

Anästhesie

Chefarzt D. Guckes
Chefarzt S. Miller

Kurzzeitpflege im Krankenhaus Maria Hilf

9 Plätze

Ausbildungsstätte Pflegeschulen Maria Hilf

Krankenpflegeschule 75 Plätze
Altenpflegeschule 90 Plätze

Medizinisches-Versorgungszentrum (MVZ) Daun

Orthopädische Praxis

Dr. med. S. Hagen
Dr. med. R. Herzog
Dr. med. M. Heder
S. Braun

Neurologische Praxis

Dr. med. P. Fuchs

Postanschrift

Krankenhaus Maria Hilf GmbH
Maria-Hilf-Straße 2
54550 Daun

Telefon-Nummer Zentrale

06592 715-0

Telefax-Nummer Verwaltung

06592 715-2500

Internet

www.krankenhaus-daun.de

eMail-Adresse

mariahilf@krankenhaus-daun.de

Geschäftsführung

Oberin Sr. M. Petra Fischer,
Diplom-Kaufmann Franz-Josef Jax

Ehrungen verdienter Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Krankenhaus Daun

Für 40-jährige und 25 jährige Tätigkeiten im Krankenhaus



Gruppenbild mit den Jubilaren und der Krankenhausleitung



Verabschiedung von Hr. Loeffen, links und Hr. Kirchhof (r)

te ausgesucht, eingeübt und dargeboten.

Nach dem priesterlichen Segen begaben sich die Jubilare und Rentner in die festlich geschmückte Cafeteria.

Beim gemütlichen Zusammensein dankten Krankenhausleitung und Mitarbeitervertretung den Jubilaren aus den verschiedensten Dienstbereichen für die langjährige Treue. Die Verdienste der Jubilare und neuen Pensionären wurden mit Lob und Anerkennung im Rückblick auf Ihren jeweiligen Werdegang im caritativen Dienst gewürdigt.

Die Geschäftsführung des Krankenhauses hatte die Rentner und Jubilare zur Verabschiedung und Ehrung verdienter Mitarbeiter eingeladen. Mit einer Andacht mitgestaltet durch Herrn Pater Neuhoff und den Schülern der Altenpflegeschule wurde die Feier in der Krankenhauskapelle eingeleitet. Die Auszubildenden hatten zu diesem Anlass Lieder und Tex-

Geehrt wurden für:

40-jähriges Dienstjubiläum:

Renate Pilko
Monika Wolf
Susanna Saxler

25-jähriges Dienstjubiläum:

Ute Sausen
Roswitha Roden
Sabine Hubertz
Rosemarie Schrägle-Schmitz
Margaretha Neisemeyer-Riedel

Roswitha Heß-Reuter
Marlis Theisen
Monika Lorse
Renate Kisgen
Heidi Marien
Brigitta Gierden

Verabschiedet in den wohlverdienten Ruhestand wurden:

Ludwig Kirchhof, Geradus Loeffen

Impressionen von der Jubiläums- und Verabschiedungsfeier



Aktionstag im Krankenhaus

Maria Hilf Daun

Hände-Hygiene, die wichtigste Vorbeugung gegen Infektionskrankheiten

In einer Aktionsveranstaltung in der Eingangshalle des Krankenhauses informierten am 23. November die Gesundheits- und Krankenpflegeschüler des Oberkurses mit der Hygieneabteilung des Krankenhauses Maria Hilf über die Weiterverbreitung von Infektionskrankheiten. Das Projekt hatte das Thema – „Hände“. Ganz nach dem Motto: „Wir arbeiten Hand in Hand! Wir schützen Sie! Sie schützen uns!“

Alle Besucher wurden an den Infoständen aufgerufen, eine Verbreitung von Krankheitserregern innerhalb des Krankenhauses zu minimieren.

Hände – Hygiene, ein wichtiger Bestandteil der täglichen Arbeit im Krankenhaus. Sie dient dem Eigenschutz, dem Schutz vor Übertragung von Mikroorganismen von Patient zu Patient bzw. auf andere Pflegepersonen. Bis zu 80 Prozent aller Infektionskrankheiten werden über die Hände übertragen. Viren und Bakterien werden im wahrsten Sinne des Wortes von Hand zu Hand gereicht.

Es wurde an diesem Tag gemeinsam daran gearbeitet, Besucher und Patienten über die Wichtigkeit des Händewaschens und der Händedesinfektion zu informieren. Etwa 200 Virenarten können Erkältungen auslösen. Die Hände zählen zu den größten Übertragungsmedien: ob beim Händeschütteln, zum Gruß, beim Arbeiten oder in der Pflege von Menschen. Bereits erkältete bzw. erkrankte Personen begünstigen die Ausbreitung von Infektionen. Über einen Griff zur Nase gelangen dann die sich an den Händen befindlichen Erreger an die Nasen- bzw. Rachenschleimhäute und verrichten dort ihre Arbeit.



In kurzer Zeit kann es zu einer rasanten Ausbreitung kommen. Für Krankenhäuser birgt dies erhebliche Risiken. Dies kann zu vermehrten Erkrankungen unter den Mitarbeitern und Patienten führen. Eine frühzeitige Händehygienevorsorge ist unerlässlich.

Studien belegen, dass die Desinfektion von Händen vor Infektionen schützt. Wenn es zu Hause im privaten Umfeld genügt die Hände mit Wasser und Seife zu waschen, ist es jedoch im Krankenhaus von besonderer Wichtigkeit die Hände zu desinfizieren, um Patienten sowie Angehörige zu schützen. Aus diesem Grund rufen die Schüler und die Hygieneabteilung dazu auf, die Desinfektionsmittelspender neben den Krankenzimmern zu nutzen.

Der Oberkurs und die Hygieneabteilung



Ein winterliches Gedicht

Erst gestern war es, denkst du daran?
Es ging der Tag zur Neige.
Ein böser Schneesturm da begann
und brach die dürren Zweige.
Der Sturmwind blies die Sterne weg,
die Lichter, die wir lieben.
Vom Monde gar war nur ein Fleck,
ein gelber Schein geblieben.
Und jetzt? So schau doch nur hinaus:
Die Welt ertrinkt in Wonne.
Ein weißer Teppich liegt jetzt aus.
Es strahlt und lacht die Sonne.
Wohin du siehst: Ganz puderweiß
geschmückt sind alle Felder,
der Bach rauscht lustig unterm Eis.
Nur finster stehn die Wälder.

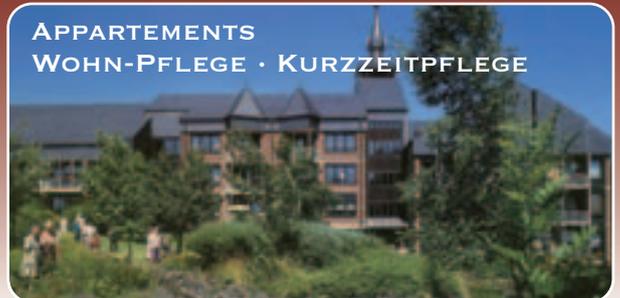
Alexander Puschkin (1799-1837)

GESELLSCHAFT DER KATHARINENSCHWESTERN MBH

WOHN-PFLEGE
KURZZEITPFLEGE



APPARTEMENTS
WOHN-PFLEGE · KURZZEITPFLEGE




REGINA-PROTMANN-STIFT

Regina-Protmann-Straße 1-2 · 53539 Kelberg
Tel.: 02692/93210-0 · Fax: 02692/93210-108
info@regina-protmann-stift.de
www.regina-protmann-stift.de

*sicher & geborgen
im Alter*


**SENIORENHAUS
REGINA PROTMMANN**

Ermlandweg 1 · 54550 Daun
Tel.: 06592/711-0 · Fax: 06592/711-231
info@seniorenhaus-regina-protmann.de

Beratungsstelle für Betreuungsrecht

Der Betreuungsverein Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer (SKFM) Daun e.V. ist Beratungsstelle für Fragen im Zusammenhang mit Betreuungsrecht, Betreuungsverfügungen, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Der Verein bietet ehrenamtlichen Betreuern und Betreuerinnen, betreuenden Familienangehörigen und Interessenten Unterstützung in Form von

- **Begleitung und Vorbereitung auf das Ehrenamt eines Betreuers**
- **Beratung in Einzelgesprächen**
- **Informationsveranstaltungen**
- **Erfahrungsaustausch mit anderen ehrenamtlichen BetreuerInnen**

Betreuungen können in den Bereichen Gesundheitsfürsorge, Aufenthaltsbestimmung und Vermögenssorge vom zuständigen Amtsgericht - Abteilung Betreuungsgericht - eingerichtet werden. Bei den Hilfebedürftigen handelt es sich um erwachsene Personen mit gesundheitlichen Defiziten, z.B. altersschwache bzw. altersverwirrte Menschen, Suchtkranke, psychisch und geistig behinderte Menschen. Die Mitgliedschaft ist kostenlos und bietet Versicherungsschutz.

Sprechzeiten: Mo. – Fr.: 9 – 12 Uhr und nach Vereinbarung.



Das Team des Betreuungsvereins SKFM Daun e.V.



Sie sind gefragt!

Weitere Informationen:

SKFM Daun e.V.
Michel-Reineke-Straße 10, Daun
Beratungsstelle für ehrenamtliche
Betreuer

Ansprechpartnerin:
Gudrun Werner; Dipl.-Pädagogin
Tel. 06592/983955, Fax 06592/980180
skfmwerner@gmx.de

Unsere Vorträge im Jahr 2011:

9. Februar **Kinesiologie – Gehirngymnastik**
Susanne Kloep, Praxis für Kinesiologie, Hillesheim
29. März **Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung**
Notar Marius Fries, Daun
11. Mai **Schlaganfall**
Dr. Rittich, St. Elisabeth Krankenhaus Gerolstein
5. Sept. **Heimaufnahme – Was nun ?**
Harald Hunz, Kreisverwaltung Vulkaneifel, Betreuungsbehörde
26. Okt. **Die Angst in die Flucht schlagen**
Patrik Burkhard, Psychologe und systemischer Therapeut, Hypnotherapeut
16. Nov. **Genehmigungspflichtige Rechtsgeschäfte**
Otmar Kläs, Rechtspfleger am Amtsgericht Daun

Die Vorträge finden jeweils um 19.00 Uhr im Forum Daun statt.
Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ansprechpartnerin:
Michaela Ingenerf-Schmitz, Dipl.-Sozialpädagogin
Tel. 06592/983959, Fax 06592/980180, skfmingenerf@gmx.de

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----------------------------|----------------|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------------|------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------|------------------------|---------------------|---------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Abzeichen | | | skand. Münze | | Tageszeit | Himmelsbote | | Bruchstück aus Glas | | | Morast | | radioaktives Metall | Diener | | sehnstüchtige Rückwendung | 2 | Feuchtigkeit |
| Heilkunst | | | | 8 | | 16 | | franz. Männername | | | 18 | | pflanzl. Polsterstoff | 10 | 14 | | | |
| Westeuropäer | | | | 12 | | Angabe der Richtung | | Raubvogel-nest | | | 6 | | Rauchkraut | | | franz.: ihre | | |
| | | | Grenzwert (math.) | | antikes Saiteninstrument | | | | | | europ. Strom | | Teil des Klaviers | | | | | |
| skand. Männername | | anfällig | | | | | | Goldgewichte | | Emirat am Persischen Golf | | | | | | Fischfanggerät | | |
| | | | | | feststehende Redewendung | | Unterwasser-gefährt | | | | | Strich | | | ein Binde- wort | | | |
| fleißig | tätig, rege | eine Holzart | | Heiligenbild der Ostkirche | | | | | | Postsendung | | Ausdehnung | | | | | | |
| zu vorge-rückter Stunde | | | | | | | ausrei-chend | | Hysterie | | | | | Wein-ernten | | | | franz.: Straße |
| | | | | Trage | | | exakt | | | | | Haut-aus-schlag | | ohne Inhalt | | | | |
| Zaren- erlass | | | Kampfsport-art | | | | | Mess-latte | | eingebildet | | | | | | | öffentl. An-hör-ung (engl.) | |
| Weltreligion | | | | | | Gold-amsel | | Boden-vertiefung | | | | | alle ohne Aus-nahme | | englisch: er | | | |
| | 4 | | eine Antillen- insel | | Satz- zeichen | | | | | Vogel-dünger | | nicht diese | | | | | öffentl. An-hör-ung (engl.) | |
| die erste Frau | Lasttier | brav | | | | | | Gestalt | | Fortbe-wegung zu Fuß | | | | | nahr-haftes Getränk | | | Vorname des TV-Stars Brynner |
| | | | | 5 | asiat. Insel-staat | | erster Haar-wuchs | | | | | Orna-ment | | west-afrik. Stamm | 19 | | | |
| italie-nisch: Liebe | 1 | Gebiet | | bibl. Gestalt | | | 13 | | sehr betagt (ugs.) | | kleine Einheit | | 11 | | | 3 | 15 | |
| Erfri-schung | | | | | | Frucht-form | | besitz-anz. Fürwort | | | 7 | | | Ent-mach-tung | | | | lat.: ich |
| | | | | empor-reichen | | Geschäfts-raum | | | | | ägypt. Haupt-stadt | | Legende | | | | | |
| italie-nische Währung | ober-schles. Witz- figur | | leicht-sinniger Auto-fahrer | | | | | frommer Büber | | Einrich-tung für Bank-kunden | | | | | | | russ. leichte Reiter | |
| Hühner-vogel | | | | 17 | Haar-tracht | | Opfer-tisch | | | | | | Klei-dung (engl.) | | kampf-unfähig | | | |
| | | | mager | | Ulti-matum | | | | | Thriller | | | Stand des Priesters | | | | | englisch: Amt |
| Elfen-könig | | franz.: Grad | | | | | bäuerl. Gehilfin | | Spiel-karten-farbe | | | | | | Katzen-laut | | | |
| | | 9 | | englisch: Alter | | Pariser U-Bahn | | | | | | skand. Frauen-name | | chines. Revolutionär † | | | | |
| zufügen | | Skat-aus-druck | | Bewoh-ner eines Erdteils | | | | | Felsen-höhle bei Mar-seille | | ein Konti-nent | | | | | | | |
| Affekt | | | | | | | | nur gedacht | | | | | | | | | | |
| Gefäng-nis, Verlies | | | | | | Verlust | | | | | | | | | Binde-wort | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |

„Glauben im Alltag“

„Liebe wirkt täglich Wunder“



Während seines Pariser Aufenthaltes ging der Dichter Rainer Maria Rilke täglich um die Mittagszeit an einer alten Bettlerin vorbei. Stumm und unbeweglich saß die Frau da und nahm die Gaben der Vorübergehenden ohne jedes Anzeichen von Dankbarkeit entgegen. Der Dichter gab ihr zur Verwunderung seiner Begleiterin, die selbst immer eine Münze bereit hatte, nichts. Vorsichtig darüber befragt, sagte er: „Man müsste ihrem Herzen schenken, nicht ihrer Hand.“ An einem der nächsten Tage erschien Rilke mit einer wundervollen, halberblühten Rose. Ah, dachte das Mädchen, eine Blume für mich, wie schön!

Aber Rilke legte die Rose in die Hand der Bettlerin.

Da geschah etwas Merkwürdiges: Die Frau stand auf, griff nach seiner Hand, küsste sie und ging mit der Rose davon. Eine Woche lang blieb sie verschwunden. Dann saß sie wieder auf ihrem Platz, stumm, starr, wie zuvor. „Wovon mag sie die ganzen Tage gelebt haben?“ Rilke antwortete: „Von der Rose!“

Wovon lebt der Mensch? – Doch nicht allein vom Geld und vom Bankkonto. Wir brauchen das Verständnis des Anderen; wir brauchen seine Zeit und die Zeichen

seiner Zuneigung: Einen freundlichen Gruß, einen Händedruck – die Rose.

Man muss dem Herzen schenken, nicht nur der Hand:

Wovon lebt der Mensch? – Nicht nur von der Erfüllung seiner äußeren Bedürfnisse. Die meisten in unserem Land sind gut versorgt. Was fehlt, sind Freunde, die zuhören können; Eltern, die ihren Kindern noch mehr Zeit schenken; Verwandte, die für ihre alten Angehörigen noch mehr Geduld aufbringen.

Manchmal ist eine Rose wichtiger als ein Stück Brot. Die Liebe ist die Nahrung, die den Menschen sättigt. Ohne Liebe kann kein Mensch leben. Ohne Liebe geht jede Gemeinschaft zugrunde.

Phil Bosmanns sagt in seinem Buch „Liebe wirkt täglich Wunder“: „Eine Blume braucht Sonne um eine Blume zu werden, ein Mensch braucht Liebe um Mensch zu werden.“

Jesus Christus hat uns diese Liebe vorgelebt. Wir haben gerade erst Weihnachten gefeiert, das Fest der Liebe. Die Liebe Gottes ist konkret geworden in seinem Sohn Jesus Christus. Er ist Mensch geworden, einer von uns. Er hat sich in Liebe den Menschen zugewandt und sie haben sich unter seiner Liebe geändert. Liebe wirkt täglich Wunder! Mögen wir immer neu diese Erfahrung machen.

*Ludwig Gödert
Krankenhaus-Seelsorger*

KRANKENHAUS MARIA HILF DAUN



Pflegeberufe – Berufe für's Leben

Teamarbeit, professionelles Helfen, Zukunftsorientierung mit vielen Entfaltungsmöglichkeiten

Qualifizierte Ausbildung mit staatlichem Abschluss zum/zur

Gesundheits- und Krankenpfleger/in

Beginn: jährlich am 1. September • Dauer: 3 Jahre

Altenpfleger/in und Altenpflegerhelfer/in

Beginn: jährlich mit Beginn des Schuljahres • Dauer: 3 Jahre bzw. 1 Jahr

In der Ausbildung steht nur ein Thema im Mittelpunkt: DER MENSCH.

Sie lernen:

- auf die individuellen Bedürfnisse des alten und kranken Menschen einzugehen
- Probleme systematisch und zielgerichtet zu lösen
- Ihre Beobachtungsgabe gezielt einzusetzen
- durch Körpererfahrung sensibler mit sich und anderen umzugehen
- durch schnelle und gezielte Hilfe in Notfällen Menschen zu retten
- durch hygienische Maßnahmen Gesundheit zu fördern und Krankheit zu vermeiden
- Menschen in Krisensituationen zu begleiten
- Kommunikation gezielt einzusetzen

Außerdem bilden wir aus in den Berufen:

med. Fachangestellte(r) (frühere Arzthelferin) • Kaufmann/-frau im Gesundheitswesen • Hauswirtschafter/in

Sind Sie interessiert?

Wir geben Ihnen gerne weitere Informationen. Rufen Sie uns an: Telefon 0 65 92 - 715 - 23 66 oder 715 - 22 01.

Ihre schriftliche Bewerbung (Lebenslauf, Zeugnisse, Lichtbild) richten Sie bitte an folgende Adresse:

Krankenhaus Maria Hilf
Pflegesschulen/Personalabteilung
Maria-Hilf-Straße 2
54550 Daun



Die orthopädische Praxis am Krankenhaus Maria Hilf in Daun ist 5 Jahre geworden

Wer durch den Haupteingang in das Krankenhaus Maria Hilf eintritt und unverdrossen die Eingangshalle durchschreitet, erreicht nach einer S-förmigen Haarnadelkurve das Medizinische Versorgungszentrum mit seiner orthopädischen und neurologischen Praxis. Für manchen Patienten und auch den ein oder anderen Mitarbeiter im Haus mag es noch eine fremde medizinische Konstruktion sein; zunehmend aber ist erfreulicherweise die Zahl derer, die das Angebot

und die dort arbeitenden Menschen kennen- und vielleicht auch schätzen gelernt haben. Gut 5 Jahre ist es nun her, dass sich die ehemaligen Praxisinhaber Dres. med. Sabine und Herbert Hagen, Dr. med. Herzog und Dr. med. Fuchs sowie die Repräsentanten vom Krankenhaus Maria Hilf zusammengesetzt haben und die vorliegende Kooperationsform umsetzen. Unser gemeinsames Ziel war und ist es, durch optimierte Zusammenarbeit die Qualität der Versorgung unserer Patienten zu verbesser-

ern, das therapeutische Angebot zu vergrößern und die Wege zu verkürzen.

Obwohl wir realistisch genug sind zu sehen, dass es noch manche Aufgabe zu meistern gilt, können wir mittlerweile ein zur Anfangsphase erweitertes diagnostisches und therapeutisches Angebot unseren Patienten bieten.

Zur Abklärung orthopädischer Leiden stehen neben der klinischen Untersuchung durch die Fachärzte der Praxis Dres. med. Hagen, Herzog, Heder und Braun eine breite Labor-

palette, das Röntgen, die Knochendichtemessung, Ultraschalluntersuchungen der Bewegungsorgane einschließlich der Säuglings Hüften und die Computertomographie zur Verfügung.

Steht die Diagnose fest, können wir unseren Patienten ein umfangreiches Behandlungsangebot machen, das (hoffentlich!!) geeignet ist, einer großen Anzahl ihrer Schmerzen und Beeinträchtigungen zu nehmen oder zumindest zu lindern: die persönliche Beratung, eine individuelle Medikation, die Spritzen- und Infusionsbehandlung, die Neurotherapie, Tape-, Funktions- und Gipsverbände, die Chirotherapie, die Akupunktur, die pulsierende Magnetfeldtherapie, die radiäre- und fokussierte Stoßwellenbehandlung, eine homöopathische Therapie sowie ambulante Operationen.

Bei unserer Arbeit ist uns eine enge Kooperation mit den Hausärzten wichtig, da wir unverändert fest davon überzeugt sind, dass gute Ergebnisse nur dann zu erzielen sind, wenn alle Beteiligten an einem gemeinsamen Strang ziehen. So setzen wir auf eine funktionierende Kommunikation und ein einverständliches, abgestimmtes Konzept.



Das Team der orthopädischen Praxis

Schon aufgrund unserer Entwicklung aus einer Gemeinschaftspraxis für Orthopädie und einer orthopädischen Belegabteilung am Krankenhaus Maria Hilf besteht eine sehr enge und konstruktive Zusammenarbeit mit der orthopädischen Hauptabteilung. Sind Erkrankungen ambulant nicht zu beherrschen, können wir auf die breiten Versorgungsmöglichkeiten der Hauptabteilung zurückgreifen. Nach der stationären Therapie, möglicherweise einer operativen Maßnahme, kehren unsere Patienten in bekannte Hände zurück, die eine ggf. erforderliche Nachbehandlung sicherstellen.

Froh sind wir auch über die Möglichkeit, im Hause rasch Rat und Tat anderer Facharztgruppen erhalten zu können; dies war in diesen vergangenen fünf Jahren für den ein oder anderen Patienten bereits sehr segensreich.

Ein enger Schulterschluss mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der physiotherapeutischen Abteilung beschert uns einen effektiven Einsatz von Krankengymnastik und balneophysikalischen Maßnahmen; es profitieren in besonderer Weise die operierten- und chronischen Schmerzpatienten.

Wo Licht ist, gibt es aber auch Schatten. So fällt zum Beispiel schwer, die durchaus heimelige und geborgene Atmosphäre einer ehemaligen Praxis in ein Krankenhaus zu transferieren. Probleme bereitet auch immer wieder die Terminvergabe, da akut Erkrankte verständlicherweise in einer Praxis unter dem Dach eines Krankenhauses unmittelbare Hilfe erwarten, was mitunter stark schwankende Patientenströme mit sich bringt.

So wollen wir uns nicht auf dem bislang Erreichten ausruhen, sondern bemühen uns um eine weitere Entwicklung und Verbesserung unserer Praxis zum Wohle derer, die sich uns anvertrauen mögen. Unsere Patienten und Mitarbeiter im Hause ermutigen wir, Stellung zu nehmen und ihre Eindrücke zu formulieren. Wir nehmen Kritik an, positive und auch negative!

Ihr Team in der orthopädischen Praxis am Krankenhaus Daun

*Dr. med. R. Herzog
Arzt für Orthopädie und
Unfallchirurgie*

Fachabteilung für Akutpsychosomatik am Krankenhaus Maria Hilf Daun in Kooperation mit den AHG-Kliniken Daun



Das Stationsteam der Psychosomatik: (v.l.n.r.) Hr. Dr. Detlef Müller, Fachärztin Fr. Gabriela Cvetanosvka, Fr. Dipl.- Psychotherapeutin Rita Schulz, Dipl. Sozialarbeiterin Fr. Dux-Kron, stv. Stationleitung Sr. Elisabeth Meyer, Krankenschwester Anja Statnik, Fr. Dipl. Psychotherapeutin Britta Berkner, Fr. Dr. Beate Huck

es fehlen: Stationsleiter Krankenpfleger Ottmar Brück und Krankenschwestern Anja Erasmi u. Silvia Marx



Psychosomatische Erkrankungen, die auf einer Wechselwirkung von körperlichen und seelischen Ursachen beruhen, werden oft nicht rechtzeitig erkannt und fachgerecht therapiert.

In der Abteilung für Psychosomatik am Krankenhaus Maria Hilf in Daun werden Patientinnen und Patienten behandelt, die an einer akuten psychosomatischen Erkrankung leiden. Vor der stationären Aufnahme erfolgt ein ausführliches Gespräch mit dem Patienten. Geprüft wird, ob eine stationäre Aufnahme hilfreich erscheint, und es wird, falls nötig, noch eine vorstationäre Diagnostik eingeleitet.

In der Regel kommen die Patienten nach genauer Terminabstimmung zur stationären Aufnahme. Bei der Aufnahme erfolgt eine ausführliche medizinische und psychologische Diagnostik. Die Behandlung erfolgt auf der Grundlage eines bio-psycho-sozialen und verhaltensmedizinischen Konzeptes.

In der Abteilung kommen indikationsbezogen verhaltenstherapeutische kreative und körperbetonte Verfahren durch ein interdisziplinäres Behandlungsteam zum Einsatz. Durch Fachärztinnen und -ärz-



te für Psychosomatik, Innere Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie sowie Diplompsychologinnen wird nach der Ermittlung von Krankheitsursachen ein individueller Therapieplan erstellt. Während der in der Regel ca. zwei bis drei Wochen dauernden Behandlung erfolgen Einzel- wie auch Gruppenpsychotherapien.

Unter der Leitung von Sport- und Bewegungstherapeuten werden vielfältige Aktivitäten in der physikalischen Abteilung des Krankenhauses angeboten. Ein Bewegungsbad und unterschiedliche Sportgeräte runden das vielfältige Therapie- und Beschäftigungsangebot ab. Weitere Aktivitäten erfolgen durch Ergotherapeutinnen, eine Ernährungsberaterin sowie Gesundheits- und Krankenpflegerinnen und – pfleger als Co-Therapeuten.

Für die Hilfestellung beim Umgang mit Behörden und die Beantragung einer ambulanten

Psychotherapie oder einer psychosomatischen Rehabilitationsmaßnahme nach dem Krankenhausaufenthalt stehen Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes bereit.

Die Patienten werden auf der 6. Etage in Einzel- oder Doppelzimmern untergebracht.

Im Bereich der Station befindet sich eine Bibliothek mit vielfältiger Fachliteratur, die den Patienten der psychosomatischen Station auf Wunsch oder Empfehlung für eine begrenzte Zeit zur Verfügung gestellt werden kann.

Die Einnahme von Speisen erfolgt in der Regel gemeinsam in der Cafeteria des Krankenhauses oder im Tagesraum der Station.

Neben den vielfältigen therapeutischen Angeboten im Krankenhaus und auf der Station erfolgen zur Belastungserprobung und weiteren Förderung der Gruppendynamik Aktivitäten außerhalb vom Krankenhaus.

Wettbewerb „Deutschlands beste Klinik-Website“

Wie auch schon im vergangenen Jahr, hat das Krankenhaus auch diesmal wieder am Wettbewerb für die beste Klinik-Website der Firma Novartis teilgenommen. Waren wir im letzten Wettbewerb noch im Mittelfeld platziert, (ca. Platz 200 von 400 Bewerbern) so schafften wir es in

diesem Jahr auf den 99. Platz von 497 teilnehmenden Kliniken. Das ist eine deutliche Verbesserung, auf die wir sehr stolz sind.

Das Ergebnis ergab sich aus Bewertungen einer ausgewählten Fach-Jury und Patientenbefragungen. Nach mehr als 1.000 Stunden Begutachtung der einzelnen Seiten, dem Sammeln von über 3.870 Patientenmeinungen zu den einzelnen

Websites und insgesamt über 500.000 automatisierten Messungen über 30 Tage (u.a. für den Serverstresstest, der regelmäßige Messung der Ladezeit, usw.) lag die Auswertung schließlich vor.

Wenn Sie mehr über uns und unsere Homepage erfahren möchten, besuchen Sie uns doch unter: www.krankenhaus-maria-hilf.de

*Norman Palm
Administrator
Arbeitsgruppe Homepage*



Herzrhythmusstörungen

Daten & Fakten

Das Herz

Befördert das Blut durch unseren Kreislauf und versorgt damit die Organe unseres Körpers mit Sauerstoff, Nährstoffen und anderen lebensnotwendigen Substanzen.

Das Herz ist ein Hohlmuskel, der sich regelmäßig ca. 60- bis 80-mal pro Minute (100.000 mal pro Tag) zusammenzieht und wieder erschlafft, 6 – 8 Liter Blut pro Minute (rund 9.000 bis 10.000 Liter am Tag) durch Blutgefäße pumpt.

Herzfrequenz

Normale Herzschlagfolge:

60 bis 100 Schläge pro Minute

Bei seelischer oder körperlicher Belastung: 160 bis 180 Schläge pro Minute, Anstieg normal.

Nachts sinkt die Herzfrequenz ab zwischen 45 und 55 Schlägen pro Minute.

Untere Grenze zum krankhaften Befund: etwa 40 Schläge pro Minute.

Krankhaft

Schlagartiges Umspringen von normaler Herzschlagfolge auf sehr hohe/sehr niedrige Herzfrequenz.

Vorhofflimmern

Häufigste Herzrhythmusstörung, 1 Million Betroffene in Deutschland, in Europa etwa 4,5 Millionen, verursacht 30.000

Schlaganfälle pro Jahr in Deutschland.

Herz gerät völlig außer Takt, chaotische Herzschlagfolge, Puls von bis zu 160 Schlägen pro Minute und schneller.

Wahrscheinlichkeit, an Vorhofflimmern zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter.

Die Häufigkeit liegt

Bei unter 50-jährigen deutlich unter 1%,

bei über 60-jährigen bei 4 – 6%,

bei über 80-jährigen bei 9 – 16%

Herzschrittmacher

Gibt bei starker Verlangsamung des Herzschlags regelmäßig elektrische Impulse ab und erregt dadurch das Herz so, dass es sich zusammenzieht.

Erste Implantation im Jahr 1958.

Implantationen in Deutschland 65.000 Herzschrittmacher pro Jahr .

Defibrillator (ICD)

Beendet Kammerflimmern durch elektrische Schocks und gibt bei Herzrasen und zu langsamen Herzschlagfolgen rettende Impulse. Zeichnet wie ein Langzeit-EKG kontinuierlich auch alle Herzrhythmusstörungen seines Trägers auf und speichert sie (siehe S. 106 ff*).

Erste Implantation im Jahr 1980.

Implantationen (herzchirurgisch) in Deutschland 10.284 Defibrillatoren im Jahr 2009**.

Katheterablation

Herzzellen werden mithilfe der Kathetertechnik gezielt durch Hochfrequenzstrom oder Kälte so verödet, dass Herzrhythmusstörungen nicht mehr entstehen können.

Weltweit jährlich bei mehr als 100.000 Patienten durchgeführt.

Eingriffsdauer: etwa 2 – 3 Stunden.

Erfolg: Bei etwa 95% der Patienten mit Vorhofflimmern keine Komplikationen.

Plötzlicher Herztod

100.000 Menschen in Deutschland erleiden einen plötzlichen Herztod.

Etwa alle fünf Minuten stirbt in Deutschland ein Mensch daran. In etwa 80% der Fälle wird der Herz-Kreislauf-Stillstand durch eine sehr schnelle Herzrhythmusstörung (Kammertachykardie, Kammerflattern, Kammerflimmern) hervorgerufen. Etwa 80% der Patienten mit lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörungen haben eine koronare Herzkrankheit.

* Deutsche Herzstiftung (Hg.), *Herzrhythmusstörungen heute*, Oktober 2010

** Quelle: *Leistungsstatistik der Dt. Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie (DGTHG)*

Selbsthilfegruppen am Krankenhaus

Wir informieren über neue Erkenntnisse und Behandlungsmethoden. Kurse und Beratungen werden durch die Selbsthilfegruppen oder mit dem Krankenhaus organisiert.

Wir unterhalten uns und haben Zeit und Geduld füreinander.

Wir treffen uns regelmäßig im Krankenhaus oder in der Krankenpflegeschule.

Bei Interesse und Fragen sind die aufgeführten Ansprechpartner/innen für eine erste Kontaktaufnahme telefonisch zu erreichen:

- **Rheuma-Liga AG Selbsthilfegruppe**

Ansprechpartnerin:
Frau Irmgard Jungen
Telefon: 06592/4376

- **Osteoporose Selbsthilfegruppe Daun e.V.**

Ansprechpartnerin:
Frau Agnes Schmitt
Telefon: 06592/3175

- **Diabetiker Selbsthilfegruppe**

Ansprechpartner:
Herr Hans-Peter Kordel
Telefon: 06573/953037

- **Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe**

Ansprechpartner:
Herr Werner Warmulla
Telefon: 06592/3480

- **Patientenliga Atemwegserkrankungen e. V.**

Ansprechpartnerin:
Frau Inge Follmann
Telefon: 06573/574

- **Aphasiker Selbsthilfegruppe**

Ansprechpartnerin:
Frau Johanna Hoffmann
Telefon: 06592/173982

Sudoku

Das Spiel besteht aus 81 Feldern, neun pro Reihe und neun pro Spalte. Außerdem ist das Spielfeld in neun Unterquadrate zu je neun Feldern geteilt. In einigen der Felder sind schon zu Beginn Ziffern von 1 bis 9 eingetragen. Tragen Sie nun Ziffern ein, so dass

**in jeder Zeile,
in jeder Spalte und
in jedem der neun Blöcke jede Ziffer
von 1 bis 9 genau einmal auftritt.**

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

Auflösung auf S. 36

GENERATION 50+

Rund im Alter muss nicht sein

„Ich esse nicht mehr als früher, und trotzdem nehme ich kontinuierlich zu“: Übergewicht im Alter ist leider keine Seltenheit. Hierfür können mehrere Faktoren verantwortlich sein. Zum einen stagniert mit steigendem Lebensalter die Hormonproduktion - der Stoffwechsel läuft auf Sparflamme, die Kalorien aus der Nahrung werden langsamer verbrannt. Parallel dazu nimmt die Muskelmasse ab. Es wird weniger Fett in Muskelenergie umgewandelt und landet stattdessen in Speicherdepots. Dort belastet es die Gelenke und führt zu Folgeerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Störungen, Diabetes oder Gicht. Für ältere Menschen hat sich eine vollwertige, eiweißreiche, fettarme Mischkost bewährt. Dazu gehören Kohlenhydrate

aus pflanzlichen Lebensmitteln, enthalten in Getreideprodukten, Kartoffeln, Gemüse und Obst. Besonders wertvoll sind Vollkornprodukte, da sie reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen sind. Wenn Senioren jedoch nur Kalorien zählen und sich parallel nicht bewegen, kann zu viel Muskelmasse verloren gehen, was gefährlich ist. Gelenkschonende Sportarten sind Wandern, Walken, Radfahren, Schwimmen oder Wassergymnastik. Gymnastik oder Altersturnen stärken die Ausdauer und Beweglichkeit. Auch Krafttraining unter professioneller Anleitung ist empfehlenswert. Vor jedem Training sollte der Arzt befragt werden.

Fördermöglichkeiten nutzen

Fast jeder vierte Deutsche wird bis 2020 der Altersgruppe der 50- bis 65-Jährigen

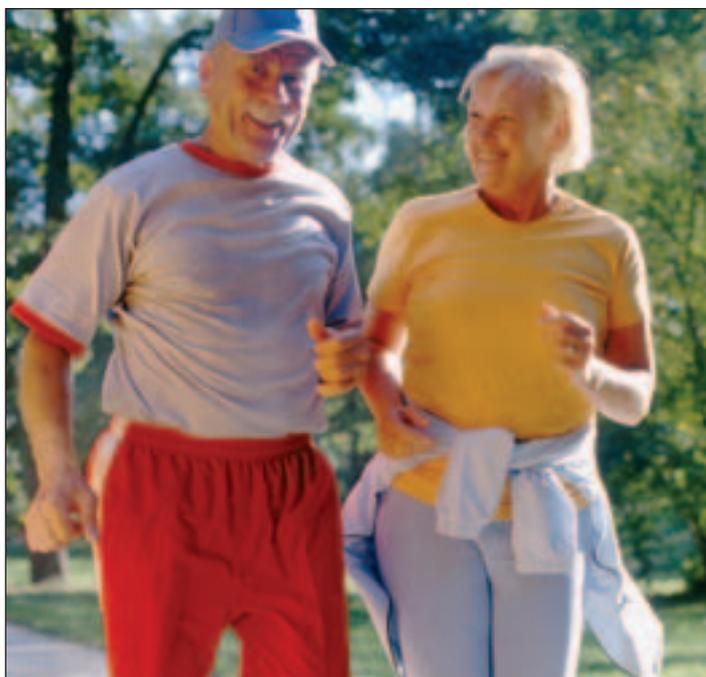


angehören, und auch der prozentuale Anteil der Menschen über 65 nimmt aufgrund der steigenden Lebenserwartung zu. Das selbstbestimmte Leben und Wohnen im Alter rückt zunehmend in den Fokus. Das Interesse an altersgerechten Umgestaltungen von Wohnraum ist bei den Haus- und Wohnungsbesitzern groß. Als Hauptgrund dafür gaben fast 80 Prozent der Teilnehmer einer Studie zum Thema „Wohnwünsche und barrierefreier Wohnkomfort“ an, dass sie möglichst lange in ihrem eigenen Zuhause leben möchten. Die Studie ist ein Gemeinschaftsprojekt der Verbraucherschutzorganisation Bauherren-Schutzbund e.V. (BSB), des Instituts für Bauforschung (IFB) Hannover und des Verbandes Wohneigentum e.V. Laut der Befragung sind Maßnahmen zur altersgerechten Umgestaltung des Wohnraums bereits geplant oder sogar schon durchgeführt. Die Finanzierung erfolgt in den meisten Fällen über Eigenmittel - staatliche Förderungen,

etwa über das KfW-Programm „Wohnraum modernisieren“, werden bisher nur in geringem Umfang genutzt oder beantragt. Dieses Ergebnis deckt sich mit den Praxiserfahrungen von Bauherrenberatern. Obwohl interessiert, informiert und engagiert, schöpfen viele Eigentümer die vorhandenen Möglichkeiten der Beratung, Finanzierung und Förderung nicht aus und nutzen so ihre Chancen für barrierefreie Umbauten nicht im vollen Umfang. Tipps gibt der Ratgeber „Wohnraum barrierefrei umbauen“, der unter www.bsb-ev.de kostenlos heruntergeladen werden kann. Beim Kuratorium Deutsche Altershilfe (www.kda.de), der KfW Förderbank (www.kfw.de) oder unter www.barrierefrei.de finden Interessierte weitere Informationen.

Neue Volkskrankheit Demenz

Für die Angehörigen ist das Zusammenleben mit einem Demenzkranken eine enorme



psychische und oft auch physische Belastung. Derzeit leiden rund 1,3 Millionen Deutsche an Demenz. Tendenz steigend. Anfangs sind die Patienten körperlich noch fit, dennoch brauchen sie Betreuung. Die gesetzliche Pflegeversicherung alleine reicht dafür nicht. Private Zusatzversicherungen – wie zum Beispiel eine Pfl egetagegeld-Versicherung oder eine Pflegerentenversicherung – können Patienten und deren Angehörigen helfen, zumindest einen Teil der Kosten-Lücke zu schließen. Das Problem dabei: häufig zahlen solche Versicherungen erst ab Pflegestufe I oder II. Die Volkskrankheit Demenz ist also immer mit einem enormen finanziellen Aufwand verbunden, deshalb hat sich auch die Stiftung Warentest mit dieser Problematik beschäftigt. Versicherungsexpertin Ulrike Steckkönig schätzt, dass Betroffene – die nicht zusätzlich privat vorsorgen - zwischen 500 und 2200 Euro pro Monat aus eigener Tasche zahlen müssen. Ein deutscher Versicherer hat mit dem sogenannten Demenz-Geld nun ein neues Produkt auf den Markt gebracht. Die Besonderheit: die Auszahlung ist unabhängig von einer Pflegestufe. Die Leistung: zwischen 100 und 600 Euro pro Monat. Die Summe wird erst nach fünf Jahren ausbezahlt, eine Wartezeit oder Altersbegrenzung gibt es nicht. Wer 600 Euro, also den Höchstbetrag, erhalten will, muss mit folgenden Prämien rechnen: Ein 60-jähriger Mann zum Beispiel zahlt monatlich 48,60 Euro – eine gleichaltrige Frau 65,40 Euro. Für einen 65-jährigen Mann kostet die Versicherung 69,20 Euro pro Monat, für eine 65-jährige Frau 85,80 Euro. Fazit: Eine

private Zusatzversicherung wie das Demenz-Geld hilft Lücken zu schließen. Wer allerdings nicht früh genug beginnt, muss mit relativ hohen Prämien rechnen.

Lichtblick für Senioren

Es juckt und brennt wie Sand in den Augen, manchmal fließen auch Tränen: Diese Symptome deuten auf ein sogenanntes trockenes Auge hin. Trockene Augen kommen gerade bei älteren Menschen häufiger vor. So können bestimmte Allgemeinerkrankungen, aber auch die Einnahme von Medikamenten die Tränenbildung stören. Besonders betroffen sind Frauen in und nach den Wechseljahren, denn der Hormonmangel verändert die Zusammensetzung des Tränenfilms. Ihm fehlt dann häufig der Fettanteil. Deshalb reißt er leicht auf, die Tränenflüssigkeit verdunstet schneller und das Auge trocknet aus. Das Sicca-Syndrom ist behandlungsbedürftig, da es zu chronischen Entzündungen und zu einer Beeinträchtigung des Sehvermögens führen kann. Laut Forschungen an den Universitätsaugenkliniken Essen und Heidelberg liegt der Auslöser für die trockenen Augen in den meisten Fällen in einem Defekt der Lipidschicht. Besonders effektiv ist hier eine Behandlung mit einem liposomalen Augenspray, denn es wirkt gezielt gegen diese Qualitätsstörung der Tränenflüssigkeit. Durch die Stabilisierung dieser Schutzschicht wird der normale Verdunstungsschutz wiederhergestellt - ein- bis zweimal Sprühen wirkt etwa vier Stunden.

Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.

Ortsverband Vulkaneifel

Rundbrief

Dezember 2010

Ein Jahr Atemtherapiegruppe Patientenliga Atemwegserkrankungen Vulkaneifel

Sehr geehrte Damen und Herren,
fast genau vor einem Jahr wurde die die Atemtherapiegruppe der Patientenliga Vulkaneifel gegründet. Als Ansprechpartnerin ist es mir ein Bedürfnis Ihnen, die Sie uns unterstützen einen kleinen Rückblick bzw. Ausblick zu geben. Zurzeit sind 9 Menschen mit chronischer Atemwegserkrankung Mitglied in der Patientenliga Atemwegserkrankungen geworden und stellen den Kern unserer Gruppe Vulkaneifel dar. In diesem Jahr kamen zu den monatlichen Treffen im Durchschnitt 25 Betroffene. Die Atemtherapie, welche von Frau Petra Voss geleitet wird, ist für die Betroffenen ein wichtiger Bestandteil der Gruppe. Die Vorträge zu den unterschiedlichen Themenbereichen um die Atemwegserkrankungen werden sehr gut angenommen. Unser Dank gilt den Ärzten und Referenten, die Ihre kostbare Freizeit zur Verfügung stellen. Unsere Treffen können in der Aula der Krankenpflegeschule am Krankenhaus Maria Hilf stattfinden, dies ist für unsere Gruppe ein großes Glück. Wir haben genug Platz, Licht und Luft für die Atemtherapie. Für die großartige Unterstützung danken wir der Leitung des Krankenhauses Maria – Hilf.

Ausblick und neue Projekte

Wir wollen auch 2011 die regelmäßigen Vorträge zum Thema Atemwegserkrankungen fortsetzen.
Die Module zur Atemtherapie werden weiter von Frau Voss ausgebaut.

Unser großes Ziel: Aufbau einer Lungensportgruppe in Daun, welche sich regelmäßig wöchentlich trifft. Die Vorbereitungen und Verhandlungen sind angelaufen.

Nach unserem Motto: **Selbsthilfe schafft Lebensqualität** wollen wir gerne unsere Bemühungen fortsetzen

Inge Follmann - Renate Maisch
Ansprechpartner der Patientenliga Atemwegserkrankungen
Ortsverband Vulkaneifel

Personalmitteilungen

vom 01. Oktober 2010 bis 31. Dezember 2010

Herzlich willkommen!

Neue Mitarbeiter/Innen:

| | | |
|------------|----------------------|--------------------------------|
| 01.10.2010 | Tögel, Alexandra | Hebamme |
| 04.10.2010 | Hänsgen, Andrea | Assistenzärztin Innere Medizin |
| 01.12.2010 | Dr. Henzel, Adalbert | Oberarzt Innere Medizin |
| 20.12.2010 | Ritter, Angela | Hauswirtschaftshelferin |

Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Weiterbildung

am 14.09.10
Zum Facharzt für Orthopädie
und Unfallchirurgie
Dr. med. M. Hajdari

Hausordnung

Stand: 1. Januar 2011; die Krankenhausleitung

Geltungsbereich

Die Bestimmungen der Hausordnung gelten für alle Patientinnen und Patienten mit der Aufnahme in das Krankenhaus Maria Hilf; für die Besucher und sonstigen Personen wird die Hausordnung mit dem Betreten des Krankenhauses verbindlich.

1. Anmeldung

Sie wird durch das Aufnahmebüro vorgenommen. Wenn sie noch nicht erfolgt ist, bitten wir Sie, sie nachzuholen; Sie können das Aufnahmebüro auch durch die Stationschwester benachrichtigen lassen. Lassen Sie sich bitte die Krankenhauszeitung aus-händigen; Sie finden dort Wissenswertes über unser Haus.

2. Allgemeine

Rechtsgrundsätze

Im Behandlungsvertrag bzw. in der Wahlleistungsvereinbarung wird auf die Allgemeinen Vertragsbedingungen (AVB) verwiesen. Bitte informieren Sie sich über diese für Sie wichtigen Regelungen. Falls es noch nicht geschehen ist, lassen Sie sich bitte eine Durchschrift der mit dem Krankenhaus abgeschlossenen Vereinbarung einschließlich der AVB aushändigen.

3. Ruhe und Ordnung im Haus

Wir möchten Sie ganz herzlich bitten, alle Einrichtungen des Hauses, insbesondere Toiletten und Bäder, pfleglich zu behandeln. Die Besucher bitten wir, das Bett nicht als Sitzgelegenheit zu benutzen. Das Umstellen oder Auswechseln von Einrichtungsgegenständen sowie das selbstständige Bedienen von Behandlungsgeräten ist nicht gestattet.

Die Verpflegung des Patienten richtet sich nach dem allgemeinen Speiseplan oder nach besonderer ärztlicher Verordnung z.B. bei Diäten. Andere Lebensmittel oder Getränke, als die durch das Krankenhaus angebotenen, sollten Sie nur zu sich nehmen, soweit ärztlicherseits dagegen keine Bedenken

bestehen. Selbstverständlich dürfte es sein, Papier, Speise- und sonstige Reste nicht auf den Boden oder gar aus dem Fenster zu werfen, sondern die hierfür vorgesehenen Behältnisse zu benutzen. Speisereste dürfen aus hygienischen Gründen nicht aufbewahrt oder unsachgemäß entsorgt werden. Während der ärztlichen Visiten, der Behandlungszeiten, der Essenszeiten und der Nachtruhe ist die Anwesenheit der Patienten im Krankenzimmer verbindlich. Bitte wenden Sie nur die Arzneimittel an, die gemäß ärztlicher Verordnung verabreicht werden. Denken Sie bitte stets daran, dass gerade die Beachtung der letztgenannten Ratschläge im starken Maße über den Erfolg der ärztlichen Bemühen entscheiden.

Es wird von allen Patienten erwartet, dass Sie auch im Interesse der anderen Kranken auf störende Geräusche, laute Unterhaltung, Zuschlagen von Türen u.ä. verzichten.

Bitte achten Sie stets darauf, dass die Beleuchtung im Krankenzimmer nur bis zu einer vertretbaren Zeit eingeschaltet und zum anderen bei der Benutzung von Rundfunk- und Fernsehgeräten die Ruhe des anderen Patienten nicht beeinträchtigt wird.

Die Patienten sollen sich mit dem Stationsarzt oder dem Pflegepersonal darüber abstimmen, ob sie aufstehen und das Krankenzimmer verlassen dürfen. Patienten mit Infektionskrankheiten dürfen nur mit Genehmigung des Arztes das Krankenzimmer verlassen.

Verschlossene Fenster in den Patientenzimmern sowie in den Aufenthaltsräumen dürfen aus Sicherheitsgründen nicht geöffnet werden.

Spaziergänge außerhalb des Krankenhauses bedürfen der besonderen Genehmigung Ihres Arztes. Hierbei sollten Sie bedenken, dass Sie sich jeden Versicherungsschutzes entheben und für evtl. auftretende Schäden selbst haften müssen.

4. Rauchen und Alkohol im Krankenhaus

Das Rauchen ist grundsätzlich im Krankenhaus verboten.

Soweit Sie auf das Rauchen nicht verzichten können, beachten Sie bitte, dass das Rauchen nur in den dafür besonders gekennzeichneten Bereichen außerhalb des Krankenhauses erlaubt ist.

Auch der Konsum von Alkohol kann Ihre Genesung erheblich beeinträchtigen. Wir bitten Sie und Ihre Besucher daher während der Dauer Ihres Aufenthaltes bei uns darauf zu verzichten.

5. Nachtruhe

Für Patienten ist in der Zeit von 22:00 bis 6:00 Uhr Nachtruhe.

6. Besucher

Ihre Angehörigen und Besucher sollten Sie darauf aufmerksam machen, dass schon im Falle von Erkältungskrankheiten für viele Kranke und Kleinkinder große Gefahren bestehen. Wir sehen uns daher gehalten, Kindern unter 14 Jahren bei Infektionsgefahr den Zutritt zu Wöchnerinnen- und Säuglingsabteilungen zu versagen.

7. Besuchszeiten

Da uns Ihre Besucher herzlich willkommen sind, haben wir auf eine starre Besuchszeitenregelung verzichtet. Die Häufigkeit und Dauer der Besuche muss sich jedoch nach Ihrem Befinden richten. Dabei bitten wir Sie, die Ruhezeiten (Punkt 5) zu beachten. Nach 20:00 Uhr sind Besuche nicht

mehr möglich. Über die Besuchsregelung der Intensivstation informiert Sie gerne die Stationsleitung. Ein Besuch ist hier nur für nahe Angehörige möglich. Besuchszeiten: 16:00 Uhr-18:00 Uhr.

8. Technik am Krankenbett

Jedes Bett ist mit einer Patienten-Rufanlage ausgerüstet. In Ihrem Bedienungsgesetz finden Sie eine Ruftaste, mit der Sie das Pflegepersonal rufen können. Ebenfalls können Sie einen Ruf im Bad durch Betätigen der dort angeordneten Tastatur auslösen.

9. Krankenhauseelsorge

Seelsorger der verschiedenen Konfessionen besuchen die Kranken gern auf Wunsch. Sprechen Sie bitte die Mitarbeiter der Stationen an – sie stellen den Kontakt zur Krankenhauseelsorge oder den Seelsorgern der Pfarreien her. Unterstützung bei der Begleitung Schwerkranker erhalten Sie durch geschultes Personal der Stationen und durch ambulante Hospizkräfte. Eine Hospizschwester bietet eine regelmäßige Sprechstunde im Krankenhaus an. Auch hier stellen wir gerne den Kontakt her.

10. Heilige Messen

In der Kapelle des Konventhauses (Krankenhaus über 6. Stock erreichbar) ist von Montag bis einschließlich Freitag um 08.00 Uhr tgl. heilige Messe. Heilige Messen finden in der Krankenhauskapelle (1. Stock) jeden Samstag um 18.15 Uhr und jeden Sonntag um 9.00 Uhr statt.



11. Krankenkommunion

Krankenkommunion wird nach der Samstagsmesse zwischen 19:00 Uhr und 20:00 Uhr ausgeteilt. Besteht darüber hinaus der Wunsch zum Empfang der Sakramente – Eucharistie, Beichte, Krankensalbung, kann über die Stationsleitung ein Termin vereinbart werden.

12. Patientenfürsprecher

Herr Notar Marius Fries ist ehrenamtlicher Patientenfürsprecher. Patientenbeschwerden und Anregungen können schriftlich in den entsprechenden Briefkasten vor den Aufzügen im Erdgeschoss eingeworfen werden. Herr Notar Marius Fries, Rosenbergstr. 6, 54550 Daun, Tel.: 06592/9211-0, Fax: 9211-11 Gesprächstermine nach Vereinbarung.

13. Sozialdienst/

Überleitungsdienst

Beratung und Informationsvermittlung durch die Pflegeüberleitung Fr. Margarethe Neisemeyer, Tel.: 06592/715-2081 u. Fr. Hildegard Domenghino, Tel.: 06592/715-2082 oder durch unsere Dipl.-Sozialarbeiterin (FH) Fr. Barbara Dux-Kron, Tel.: 06592/715-2083

14. Telefon

Sofern der Patient kein Telefon angemeldet hat, sind die besonders eingerichteten öffentlichen Fernsprecher zu benutzen. Für Privatgespräche sind die Dienstanschlüsse des Krankenhauses grundsätzlich nicht zu verwenden. Die Benutzung von Handys ist untersagt, da durch die Nutzung die Funktion medizinischer Geräte beeinflusst werden kann. Der Betrieb von Fotohandys ist auch aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht gestattet. Das Mitbringen und Nutzen von tragbaren Computern (Laptops) ist nur nach ärztlicher Rücksprache erlaubt. Das Einbringen von anderen elektrischen Geräten (z.B. Rasierapparat, Fön) ist nur erlaubt, wenn die-

se dem Stand der Technik entsprechen und keine sichtbaren Schäden an Gehäusen, Kabel oder Sonstiges aufweisen, die eine Gefährdung für Mitarbeiter, Patienten und Besucher verursachen können. Der Betrieb von Tauchsiedern oder Wasserkochern ist ausdrücklich untersagt.

15. Fernsehen

Auf Wunsch können Sie in unserem Aufnahmebüro ebenfalls einen Fernsehanschluss mit Kopfhörer erhalten. Das Fernsehen in unserem Hause ist kostenfrei.

16. Krankenhaus-Cafe

Im Erdgeschoss unseres Hauses ist unser Krankenhaus-Cafe mit Kiosk. Öffnungszeiten: Montag - Freitag 08:00 - 19:00 Uhr, Samstag 09:00 - 17:00 Uhr, Sonn- u. Feiertag 10:00 - 18:00 Uhr

17. Kostenregelung

Was die finanziellen Regelungen Ihres Aufenthaltes bei uns anbelangt, bitten wir Sie, die näheren Einzelheiten aus den AVB einschließlich der dortigen Anlagen zu entnehmen (s. Aushang Patientenverwaltung). Bei selbstzahlenden Patienten bitten wir um eine angemessene Vorauszahlung in Höhe der Kosten für 10 Pflagetage, bei längerem Aufenthalt auch um Zwischenzahlungen, soweit keine Kostenübernahmeerklärung Ihrer privaten Krankenversicherung vorliegt.

18. Entlassung

In der Regel ist die Entlassung der Patienten geplant und Sie werden vorweg, meistens am Vortag informiert. Die Entlassung wird überwiegend am Vormittag erfolgen. Anschließend haben die Patienten die Möglichkeit, direkt ihren Hausarzt aufzusuchen oder den Hausbesuch des Arztes zu organisieren. Rezepte oder Verordnungen können dann direkt vom Hausarzt ausgestellt werden. Bitte informieren Sie Ihre Angehörigen über Ihre Entlassung. Fahrdienst nach

Hause oder zum Hausarzt müssen von Ihnen bzw. Ihren Angehörigen organisiert werden. Ausnahme: Geplante Transporte durch den Rettungsdienst.

Wenn Sie entlassen sind, vergessen Sie bitte nicht Ihre Abmeldung im Aufnahmebüro im Erdgeschoss.

Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag 7:00-16:00 Uhr, Freitag 7:00-15:30 Uhr, Samstag 8:30-13:30 Uhr

19. Verkehr auf dem Krankenhausgelände

Auf dem Krankenhausgelände und den zum Krankenhaus gehörenden Parkflächen gilt die Straßenverkehrsordnung. Durch das Befahren des Krankenhausgeländes bzw. durch das Abstellen von Fahrzeugen darf keine Beeinträchtigung des Krankenhausbetriebes entstehen.

Nicht gestattet ist insbesondere

- das Laufenlassen der Motoren abgestellter Fahrzeuge
- das laute Zuschlagen der Türen, lautes Spielen von Radiogeräten.

Das gesamte Krankenhausgelände darf nur im Schrittempo befahren werden. Fahrzeuge dürfen nur auf den dafür besonders ausgewiesenen Flächen abgestellt werden. Die Zugänge zu den Gebäuden sind in jedem Falle freizuhalten. Bei Verstößen gegen die Bestimmungen werden die Fahrzeuge auf Kosten des Eigentümers entfernt.

20. Filmaufnahmen

Film-, Fernseh-, Ton-, Video- und Fotoaufnahmen, die zur Veröffentlichung bestimmt sind, bedürfen der vorherigen Erlaubnis der Krankenhausleitung sowie der betreffenden Patienten.

21. Haftung

Der Patient bzw. der Besucher haftet dem Krankenhaus für die durch ihn verursachten Schäden. Wertsachen jeglicher Art und größere Bargeldsummen sollen nicht mit in das Krankenhaus gebracht

werden. Behalten Sie bitte während Ihres Krankenhausaufenthaltes nur die Kleidungsstücke und Gebrauchsgegenstände mit auf der Station, die Sie für die Zeit im Krankenhaus benötigen; was Sie momentan nicht benötigen, sollten Sie Ihren Angehörigen mit nach Hause geben, dazu zählen auch Geld- und Wertgegenstände. Für mitgebrachte Wertsachen und für Bargeld haftet das Krankenhaus nur, soweit Sie in der Krankenhaus-Verwaltung gegen Empfangsbestätigung in Verwahrung gegeben wurden. Gegenüber Patienten, die die Behandlung eigenwillig abbrechen, trägt das Krankenhaus keinerlei Haftung für darauf entstehende Folgen.

22. Zuwiderhandlung

Bei wiederholten oder groben Verstößen gegen die Hausordnung, können Patienten und Begleitpersonen aus dem Krankenhaus ausgeschlossen werden. Gegen Besucher oder andere Personen kann ein Hausverbot ausgesprochen werden.

23. Sonstiges

Vergessen Sie bitte nicht, ausreichend Schlafanzüge/Nachthemden und Handtücher mitzubringen, ebenfalls Toilettensachen. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis, das Sie unserem Anliegen entgegenbringen. Soweit die Hausordnung Ihre persönliche Freiheit einschränken sollte, geschieht dies zu Ihrem Wohl und dem Ihrer Mitpatienten.

Wir versichern Ihnen, dass wir uns große Mühe geben, Ihnen den Aufenthalt in unserem Haus so angenehm wie möglich zu gestalten. Sollten Sie jedoch irgendwelche, Sie belastenden Vorkommnisse feststellen, was bei einer personellen Vielschichtigkeit eines Krankenhauses trotz bestehender Weisungen immer möglich ist, wollen Sie dies bitte der leitenden Stationschwester, dem Arzt oder der Verwaltung mitteilen.

Die Seite mit Humor...

Der Mensch rechnet immer das, was ihm fehlt, dem Schicksal doppelt so hoch an als das, was er besitzt.

Gottfried Keller

Rechenaufgabe:

Wie kann man mit einem 5-Liter-Gefäß und einem 3-Liter-Gefäß ohne Mess-Skalen eine Flüssigkeitsmenge von 4 Litern abmessen? (die Flüssigkeit kommt aus der Leitung)

Herr Meier wird ins Krankenhaus eingeliefert. Die Schwester fragt: „Sind Sie verheiratet?“ Meier: „Ja, aber die Verletzungen stammen vom Autounfall!“

Der Oberarzt zum Professor: „Der Simulant von Station 52 ist gestern gestorben.“ Der Professor: „Na, jetzt übertreibt er aber!“

Scherzfrage:

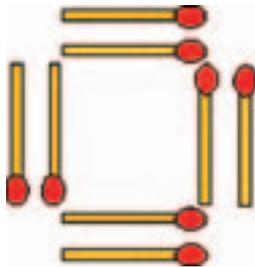
Es brennen 13 Kerzen: 8 werden ausgelöscht, wie viele bleiben also noch übrig?

Kommt ein Mann zum Arzt: „Herr Doktor, ich habe eine schwere Grippe und kann nicht mehr schlafen.“ - „Hier haben Sie Tabletten, damit können Sie dann wieder die ganze Nacht durchschlafen.“ - „Toll, und wie oft muss ich die nehmen?“ - „Alle Stunde eine, auch nachts.“

Streichholzrätsel

Raus aus der Mitte

Alle vier Streichhölzer aus der Mitte müssen verschwinden. Sie dürfen aber nur drei Hölzchen berühren.



Auflösung von S. 21

Auflösungen

Scherzfrage:

8; die anderen brennen nieder

Rechenaufgabe:

Für das Abmessen sind folgende Schritte nötig:

1. Zuerst füllt man das 5-Liter-Gefäß voll und kippt 3 Liter daraus in das 3 Liter Gefäß, so dass man noch 2 Liter behält!

2. Diese 2 Liter kippt man nun in das vorher geleerte 3-Liter-Gefäß.

3. Jetzt füllt man das 5-Liter-Gefäß erneut voll und kippt 1 Liter in das 3-Liter-Gefäß ab, so dass dieses voll ist. Nun befinden sich in dem größeren Gefäß exakt 4 Liter!

Streichholzrätsel:

