

GESUNDHEIT

DIE LEADER-SONDERAUSGABE ZUR SPITZENMEDIZIN IN DER OSTSCHWEIZ

Urologie:

Grosse Fortschritte dank moderner Operationstechnik

Seite 22

Grauer Star:

Operationsqualität entscheidend gesteigert

Seite 16

LEADER



WO FINDE ICH DIE NÄCHSTE TOILETTE?

Ist das einer Ihrer ersten Gedanken, wenn Sie unterwegs sind? Damit sind Sie nicht alleine. Schätzungen nach sind in der Schweiz zwischen 600 000 und 800 000 Frauen und Männer von Urin- und/oder Stuhlinkontinenz betroffen.

Vereinbaren Sie einen Termin im Beckenbodenzentrum der Klinik Stephanshorn und sprechen Sie über Ihre Beschwerden. Einfache Behandlungen oder Anpassungen Ihrer Alltagsgewohnheiten machen Ihr Leben erträglicher.

Ihnen steht ein interdisziplinäres Fachärzteteam zur Seite und Sie profitieren von gleichbleibenden Ansprechpartnern mit langjähriger Erfahrung.

Beckenbodenzentrum

Schuppisstrasse 10

9016 St.Gallen

T 071 221 10 73

beckenbodenzentrum.stephanshorn@hirslanden.ch

Weitere Informationen unter www.hirslanden.ch/bbz-sh



Was finden Sie wo...

- 6 Orthopädie**
«Spezialisierung dient Patienten, Ärzten und der Allgemeinheit»
- 10 Chirurgie**
Bösartige Weichteiltumore auf dem Vormarsch
- 12 Gefässerkrankungen**
Gewaltige Fortschritte dank Ballondilatation
- 13 Bauchspeicheldrüse**
Hohe Erfolgsquoten bei Pankreas- und Sarkomeingriffen
- 14 Tumore**
Heilungschancen von über 50 Prozent
- 15 Adipositas**
Jeder Zweite ist übergewichtig
- 16 Grauer Star**
Qualität von Staroperationen entscheidend gesteigert
- 21 Bariatrie**
Gewichtsverlust und mehr Lebensqualität dank Bariatrie
- 22 Urologie**
Grosse Fortschritte dank moderner Operationstechnik
- 26 Phytotherapie**
Darum braucht es die Komplementärmedizin
- 28 Elektromog**
Die Selbstheilungskräfte des Körpers reaktivieren

Der Schwindel ist weg

HERBAMED
Homöopathie Phytotherapie

Circuvin
Homöopathische Kreislauf Tropfen

Homeopathic circulation drops
50 ml

Appenzeller Heilmittel wirken mit besonderer Kraft. Weltweit.

HERBAMED
Homöopathie Phytotherapie

Erhältlich in Drogerien und Apotheken. Lesen Sie die Packungsbeilage.
Herbamed AG | 9055 Bühler | Switzerland | www.herbamed.ch



Dr. med. Andreas Bischof
Schulterchirurgie



Dr. med. Andreas Oswald
Knie- und Hüftchirurgie



Dr. med. Thomas Wiesner
Knie- und Hüftchirurgie



Praxis Wil

Lerchenfeldstrasse 10
9500 Wil

Praxis Berit

Vögelinsegg 5
9042 Speicher

Praxis Arbon

Ärztzentrum im Hamel
Stickereistrasse 4
9320 Arbon

T +41 (0)71 552 19 19
orthopaedie-ost@hin.ch
www.orthopaedie-ost.ch



Damit nach der Klinik
wieder alles wie vor
dem Unfall ist.

Orthopädie · Wirbelsäulenchirurgie · Rehabilitation

www.beritklinik.ch

 BERIT KLINIK



Fachlich und menschlich herausragend

Nirgendwo sonst treffen komplexe fachliche Fragen und emotionale Aspekte so stark aufeinander wie bei der Gesundheit. Patienten wollen professionell betreut und behandelt werden, sich aufgehoben und sicher fühlen. Die Zeit der sterilen Praxen und Kliniken, in denen Götter in Weiss Menschen von oben herab beurteilen, ist längst vorbei.

Die Ostschweiz ist reich an hervorragenden Gesundheitsinstitutionen, die sich untereinander ergänzen. Selbst Menschen aus anderen Regionen entscheiden sich für Anbieter aus unserer Gegend, weil sie hier fachlich und menschlich herausragend behandelt werden. Gleichzeitig ist der Wettbewerb wohltuend für die Gesundheitskosten: Keine Privatklinik kann es sich leisten, ungeachtet der Kosten zu arbeiten.

Die Tatsache, dass wir trotzdem unter steigenden Gesundheitskosten leiden, zeigt in erster Linie: Gesundheit ist ein wichtiges Gut und wird deshalb nachgefragt. Ob das in jedem Fall immer nötig ist, sei dahingestellt. Die Herausforderung, die Gesundheitsversorgung so zu gestalten, dass sie funktioniert und dennoch bezahlbar bleibt, ist gross; das ist aber ein Tummelfeld für die Politik. Sie muss die Leitplanken für ein finanzierbares Gesundheitswesen setzen.

Die privaten Anbieter im Gesundheitsbereich hingegen sind in erster Linie als Unternehmen gefordert. Sie müssen besser sein als ihre Mitbewerber und sie müssen Struktur sowie Prozesse optimieren. Darin unterscheidet sie kaum etwas von anderen Unternehmen. Dennoch ist es nicht dasselbe, eine Privatklinik zu betreiben oder eine Spenglerei zu führen. Denn im Gesundheitsbereich sind Emotionen im Spiel. Es geht um das Wichtigste überhaupt: das eigene Wohlbefinden.

Wie und wo dieses Wohlbefinden in der Ostschweiz gepflegt wird, lesen Sie auf den nächsten Seiten.

Stephan Ziegler, Dr. phil. I
Chefredaktor MetroComm AG



Impressum:

Die Sonderausgabe für Spitzenmedizin in der Ostschweiz

Magazin LEADER, MetroComm AG, Bahnhofstrasse 8, 9001 St. Gallen, Telefon 071 272 80 50, Fax 071 272 80 51, leader@metrocomm.ch, www.leaderonline.ch | Verleger: Natal Schnetzer | Redaktion: Thomas Vesper, Stephan Ziegler, zVg | Fotografie: Axel Kirchhoff, Jelena Gernert, zVg | Geschäftsleitung: Natal Schnetzer, nschnetzer@metrocomm.ch | Projekt/Anzeigenleitung: Oliver Iten, oiten@metrocomm.ch | Marketingservice/Aboverwaltung: Fabienne Schnetzer, info@metrocomm.ch | Abopreis: Fr. 60.– für 18 Ausgaben | Erscheinung: Der LEADER erscheint 9x jährlich mit Ausgaben Januar/Februar, März, April, Mai, Juni, August, September, Oktober, November/Dezember, zusätzlich 9 Special-Ausgaben | Gestaltung/Satz: Béatrice Lang, blang@metrocomm.ch
LEADER ist ein beim Institut für geistiges Eigentum eingetragenes Markenzeichen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandte Manuskripte übernimmt der Verlag keine Haftung. ISSN 1660-2757

«Die Spezialisierung dient Patienten, Ärzten und der Allgemeinheit»



Wie sich die Orthopädie in den letzten Jahren weiterentwickelt hat, warum eine zunehmende Spezialisierung unumgänglich ist und was sich hinter dem Begriff «Berit-Spirit» verbirgt, erläutern Berit-CEO Peder Koch und die Orthopäden Dr. med. Thomas Wiesner, Dr. med. Andreas Bischof und Dr. med. Andreas Oswald.

Thomas Wiesner, Andreas Bischof und Andreas Oswald, Sie haben im November 2018 die «Orthopädie Ost» gegründet. Warum?

Thomas Wiesner: Wir arbeiten schon lange zusammen und kennen uns sehr gut; wir hatten die Orthopädie Rosenberg mit gemeinsam über 50 Dienstjahren mitgeprägt. Mit der Orthopädie Ost haben wir unsere Vision einer problembezogenen, nahen und persönlichen Betreuung in einer neuen Praxisgemeinschaft weitergeführt. An den Standorten Wil, Speicher und Arbon behandeln wir Verletzungen und Krankheitsbilder und operieren als Belegärzte in der Berit Klinik. Die Schwerpunkte unserer Praxisgemeinschaft für Schulter-, Hüft- und Kniechirurgie sind arthroskopische und minimal-invasive Eingriffe, gelenkerhaltende Chirurgie, Kunstgelenke, Wechsel von Kunstgelenken, Sportorthopädie und Traumatologie. Weiterhin sind wir als Teamärzte für regionale Sportvereine tätig.

Die Orthopädie hat sich in den letzten Jahren vor allem auf dem Gebiet der OP-Technik stark weiterentwickelt. Wo am meisten?

Andreas Oswald: Enorme Fortschritte verzeichnen wir etwa bei der Arthroskopie. Durch diese minimal-invasive Gelenkspiegelung werden die betroffenen Gelenke mit einem Endoskop diagnostisch und therapeutisch behandelt. So kann in manchen Fällen die Funktion der eigenen Hüftgelenke erhalten oder ein Implantat länger hinausgezögert werden. Und auch die gesamte Prothetik, also die Wissenschaft der Prothesenkonstruktion, wurde deutlich verbessert. Diese Entwicklungen verlangen eine zunehmende orthopädische Spezialisierung, weswegen sich die Orthopäden jeweils auf einzelne Gelenke konzentrieren.

War das früher anders?

Andreas Oswald: In der Regel führte ein Operateur praktisch alle Eingriffe an den Gelenken von der Schulter bis zu den Füßen durch. Damals herrschte die Meinung vor, man habe mit höchstens zwei bis drei dieser Operationen pro Jahr die Sache im Griff. Heute wird die Fokussierung auf Teilbereiche immer wichtiger: Die Operateure

spezialisieren sich auf maximal zwei Gelenke, um die Qualität durch mehr Routine und kürzere OP-Zeiten zu verbessern. Der Druck, sich immer weiter zu spezialisieren, geht auch auf die Patienten zurück: Diese fordern zu Recht absolute Topleistungen, und diesem Anspruch kann der behandelnde Arzt nur dann entsprechen, wenn er seinen Teilbereich souverän beherrscht.

Wo steht denn die Berit Klinik in dieser Subspezialisierung?

Peder Koch: Unsere Spezialisierung auf einzelne Gelenke, wobei an der Berit Klinik das Knie am häufigsten behandelt wird, hat auch im gesamtschweizerischen Kontext ein sehr hohes Niveau. Unsere Orthopäden beschäftigen sich in der Regel mit höchstens zwei Gelenken. Dieser hohe Spezialisierungsgrad führt zu einer Optimierung der Behandlungsqualität – und das ist natürlich auch im Sinne der politischen Bemühungen, die Qualität noch mehr zu steigern und gleichzeitig die Kosten im Griff zu behalten. Kurz: Die Subspezialisierung dient den Patienten, den Ärzten und der Allgemeinheit.

Wer aufgehört hat, besser zu werden, hat aufgehört, gut zu sein.

Immer wichtiger werden auch Revisionsoperationen, bei denen «verbrauchte» Kunstgelenke ersetzt werden?

Thomas Wiesner: Das ist so. Trotz wesentlicher technischer Verbesserungen der Kunstgelenke und zunehmender Erfahrungen beim Einbau kann auch heute noch kein «ewiges» Leben der Endoprothesen versprochen werden. Meist ist es weniger die Haltbarkeit der Implantate selbst, als die nicht dauerhafte Verankerung im Knochen, welche die Standdauer limitiert. Prothesen können sich im Laufe der Zeit auch abnutzen, es kann zu Infekten, Frakturen oder eben Lockerungen kommen. Darum werden Revisionsoperationen künftig noch zunehmen.

Und wie wirkt sich die Alterung der Gesellschaft auf die Orthopädie aus?

Andreas Bischof: Erwiesenermassen steigt die Zahl älterer Mitmenschen, die sich schon in jungen Jahren sportlich betätigt haben und sich auch im fortgeschrittenen Lebensalter ihre Beweglichkeit erhalten möchten. Die oftmals über 70 oder 80 Jahre alten Senioren wollen aktiv bleiben und Sport treiben. Neben der erwähnten Zunahme der Revisionseingriffe ist also auch mit einem fortschreitenden Verschleiss der natürlichen Gelenke durch Arthrose zu rechnen, entweder durch Über- oder Fehlbelastungen – oder dem Gegenteil, der mangelnden Bewegung.

Stichwort «Integrierte Versorgung» durch die Kombination von Akut-Klinik und Reha-Zentrum: Schweizweit wird darüber viel diskutiert, umgesetzt wird dieses Prinzip allerdings so gut wie nie. Die Berit Klinik ist da eine Ausnahme.

Peder Koch: Stimmt – als einzige Klinik der Schweiz verfügt die Berit Klinik über beide Leistungsaufträge Akutmedizin und Rehabilitation. Dieser Vorteil hat auch Auswirkungen auf künftige Krankenversicherungsmodelle, welche Leistungen komplex, zeitsparend und günstiger anbieten wollen. Wir verdanken diesen Vorteil einer günstigen Fügung: Anstelle des früheren Klinikstandorts in Niederteufen entstand 2016 in Speicher mit einer Investition von 75 Millionen Franken die moderne Berit Klinik. Die Akut-Klinik war schon nach kurzer Zeit sehr gut belegt; für den Reha-Bereich, in dem andere Schwerpunkte vorherrschen, war kaum mehr Platz vorhanden.

Deshalb wurden 2018 die Gebäude am früheren Standort für Reha-Zwecke ausgebaut.

Peder Koch: Ja. Der Berit-Ansatz ist sowohl für die Ärzte als auch für die Patienten gewinnbringend: Die Nachbarschaft von Akut-Klinik und Reha-Zentrum erleichtert eine schnelle Kommunikation ganz erheblich. Visiten lassen sich schneller einrichten, und im Notfall kann ein Patient rasch in die Klinik zurückkehren. Man weiss, dass einem gegebenenfalls jemand permanent beistehen kann. Das wird sehr geschätzt, wie auch die Ergebnisse von Patientenbefragungen zeigen. Die landesweit beste

diesbezügliche Rückmeldung konnte übrigens die Berit Klinik verzeichnen.

Andreas Bischof: Dank integrierter Versorgung in der Berit Klinik kann nachweislich eine um bis zu fünf Tage kürzere Aufenthaltsdauer erreicht werden. Multipliziert man die entsprechenden Tagestaxen, dann zeichnet sich bei den Behandlungskosten ein stattliches Einsparpotenzial ab.

Inzwischen ist Ihre Spezialklinik für Orthopädie und Wirbelsäulenchirurgie weit über die regionalen Grenzen hinweg anerkannt, sie zählt zu den Schweizer «Top Four» auf ihrem Gebiet. Worauf führen Sie das zurück?

Peder Koch: Das hat viel damit zu tun, wie wir mit den Menschen umgehen. Wer leiten und führen will, muss den Grundsatz «Man muss Menschen mögen» verinnerlichen. In unserer Klinik betrachten und behandeln wir die Mitarbeitenden nicht wie beliebig austauschbare Arbeitskräfte, sondern bringen ihnen Respekt und Wertschätzung entgegen. Dieser «Berit-Spirit» spornt sie dazu an, sich als wesentliche Triebkraft für den Erfolg

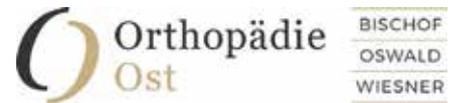
unserer Unternehmung zu begreifen. Und: c Getreu dieser Maxime definieren wir höchste Qualität für uns als bestmögliche medizinische, pflegerische und therapeutische Leistung. Das spürt der Patient; es gibt ihm Sicherheit, Vertrauen und Komfort. Er weiss, dass seine Zufriedenheit und sein Wohl bei uns oberste Priorität haben.

Weiterhin bekennt sich die Berit Klinik klar und deutlich zur Region, in der sie tätig ist.

Peder Koch: Genau. Zwar sind unsere Marketingmöglichkeiten eher beschränkt. Wir setzen jedoch die vorhandenen Mittel so ein, dass die Klinik als untrennbar mit ihrer Heimat verbundene Einrichtung wahrgenommen wird. Auf diese Weise geben wir der Region etwas zurück. In besonderem Masse unterstützen wir die Jugend, etwa die Jungfussballer des FC St.Gallen 1879, mit dem wir eine erfolgreiche Partnerschaft pflegen. Diesen Einsatz betrachte ich als sinnvoll und nachhaltig.

Andreas Bischof: Die Berit Klinik steht ja nicht nur für ein Angebot an optimalen Therapien. Es geht uns als Ortho-

päden auch um vorbeugende Schritte. Als Medical-Team-Leiter kümmere ich mich beispielsweise regelmässig um die FCSSG-Nachwuchsfussballer. Dazu zählen die vom Schweizerischen Fussballverband vorgeschriebenen orthopädischen Untersuchungen. Sie helfen dabei, krankhaften Veränderungen des Bewegungsapparates frühzeitig auf die Spur zu kommen, und leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Prophylaxe. Ähnliches bieten wir auch für «normale» Patienten an – man muss kein (angehender) Spitzensportler sein, um vom Know-how und der Erfahrung des Berit-Teams profitieren zu können, auch präventiv.



Dr. med. Andreas Bischof ist Facharzt für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates FMH und Facharzt für Sportmedizin SGSM. Seine Schwerpunkte sind Schulterchirurgie, Sportorthopädie und Traumatologie.

Dr. med. Andreas Oswald ist Facharzt für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates FMH. Seine Schwerpunkte sind Hüft- und Kniechirurgie, Kunstgelenke, Sportorthopädie und Traumatologie.

Dr. med. Thomas Wiesner ist Facharzt für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates FMH. Seine Schwerpunkte sind Hüft- und Kniechirurgie, Kunstgelenke, Sportorthopädie und Traumatologie.

Peder Koch ist CEO und Delegierter des Verwaltungsrates der Berit Klinik AG.

Wenn persönliche, familiäre oder berufliche Entwicklungsaufgaben in der zweiten Lebenshälfte kumulieren, ist das Risiko für einen häufigeren Griff zum Glas oder die Einnahme von Beruhigungsmitteln erhöht. Gemeinsam mit der Hausärztin oder dem Hausarzt kann besprochen werden, ob ein riskanter bis schädlicher Konsum oder eine Abhängigkeit vorliegen könnte und eine Abklärung oder Behandlung in einer spezialisierten stationären Einrichtung sinnvoll wäre.



Generation 50 plus: Riskanter Konsum von Alkohol und Beruhigungsmitteln

Bei den meisten Menschen kristallisieren sich ab dem 50. Lebensjahr, in der sogenannten Transitionsphase, wichtige Veränderungen im Lebenslauf heraus. Dazu gehören zum Beispiel das Erwachsenwerden der Kinder und deren Auszug aus dem Elternhaus, Herausforderungen im Rahmen der Erwerbstätigkeit, Pensionierung oder erstmaliges Spüren von körperlichem und geistigem Älterwerden. Überlasten diese Veränderungen die persönlichen Ressourcen, fällt der Griff zum Glas oder zu «mother's little helper» leicht, wie die Rolling Stones schon 1966 erkannt hatten. Meist dient dieser Reflex zur Stressreduktion und zur erhofften Verbesserung des gestörten Schlafes und ist eng verbunden mit Depression, Angst oder einem Burnout-Syndrom. Während der ökonomischen Krise Ende der 2000er-Jahre erhöhte sich das Risiko für einen riskanten Alkoholkonsum in der Kohorte der 50-65-Jährigen um mehr als 50%.

Sucht in der zweiten Lebenshälfte

Gerade für die starke Babyboomer-Generation, die sich eben in dieser Transitionsphase befindet, zeigt sich in epidemiologischen Untersuchungen ein erhöhter Konsum von Alkohol und Beruhigungsmitteln. Mit dieser speziellen Thematik beschäftigen sich Bernd Ibach und sein Team an der psychiatrischen Klinik Clenia

Littenheid AG im Zentrum für Alterspsychiatrie und Privé. Die Fachärzte und -ärztinnen für Psychiatrie und Psychotherapie und klinischen Psychologinnen und Psychologen sind in einem interdisziplinären Team auf die Behandlung der komplexen Situationen von schädlichem Substanzgebrauch, psychischer Erkrankung und Veränderungen im Alter spezialisiert. Einzel- und Gruppentherapien ermöglichen oft erstmals eine bewusste Reflexion des eigenen Verhaltens im aktuellen oder lebensgeschichtlichen Kontext. In manchen Situationen benötigen Betroffene jedoch mehrere Anläufe, um nachhaltige Therapieerfolge zu erzielen.

Eine evidenzbasierte Suchtbehandlung bei älter werdenden und alten Menschen kann erfolgreicher verlaufen als in jüngeren Jahren. Unser grosszügig und barrierefrei gestaltetes neues Patientenhaus «Panorama» steht auch hochbetagten Menschen zur Verfügung.

Privé-Angebot

Zusatzversicherten Privé-Patienten stehen in einer sehr diskreten Atmosphäre grosszügig gestaltete Einzelzimmer und andere Hotellerieleistungen, die hohen Ansprüchen gerecht werden, zur Verfügung. Ergänzt wird das Privé-Angebot durch eine intensiviertere Frequenz der Einzeltherapien.



PD Dr. med. Bernd Ibach

Chefarzt Zentrum für Alterspsychiatrie und Privé, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie



Clenia Littenheid AG

Privatklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Hauptstrasse 130
9573 Littenheid
Tel. 071 929 60 60
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch

Bösartige Weichteiltumore auf dem Vormarsch



Prof. Dr. med. Markus Müller, Chefarzt Chirurgische Klinik Frauenfeld (links) und Prof. Dr. Markus Röhlin, Chefarzt Chirurgische Klinik Münsterlingen (rechts)

Text: Thomas Veser

Bilder: Thomas Hary, zVg

Die Spital Thurgau AG (STGAG) stellt die chirurgische Grundversorgung im Kanton traditionell durch ihre Klinikstandorte Münsterlingen und Frauenfeld sicher. Abgesehen von der Transplantations-, Herz- sowie Neurochirurgie gehören sämtliche chirurgischen Therapien zur Angebotspalette. Und auf einige Operationen hat sich die STGAG besonders spezialisiert.

Das chirurgische Ärzteteam der STGAG ist breit aufgestellt; unter der Leitung der Chefärzte Professor Markus Röhlin und Professor Markus Müller werden alle Eingriffe der Allgemein-, Viszeral- und Unfallchirurgie durchgeführt. Chefarzt Röhlin, der zuvor an der Universitätsklinik Zürich überwiegend Tumoren am Unterleib und Brustkorb mit Fokus auf die Bauchspeicheldrüse und Leber operiert hat, ist wie sein Stellvertreter PD Dr. med. Pietro Renzulli mit dem Schwerpunkt Bauch- und Thoraxchirurgie vertraut. Dr. med. Markus Lüdin wiederum widmet sich neben viszeralchirurgischen Eingriffen zusammen mit dem Leitenden Arzt und Belegarzt Dr. med. Francesco Marra der Gefässchirurgie.

Kontinuierliche und strukturierte Weiterbildung im Vordergrund

Professor Markus Müller, zuvor Leitender Arzt im Universitätsspital Zürich, hat sich auf den Gebieten Transplantations- und Adipositas-Chirurgie zur Behandlung von Übergewicht sowie minimal-invasiver Chirurgie einen Namen gemacht. Zusammen mit seinen Stellvertretern Dr. med. Dominik Müller und Dr. med. Fabian Hauswirth deckt er alle Gebiete der Viszeral- und Unfallchirurgie ab. Als ausgewiesener Experte ist er am Kantonsspital St.Gallen regelmässig für die als aufwendig geltenden Lebendnieren Spenden mitverantwortlich. Das chirurgische Team wird durch den ausgewiesenen und erfahrenen Gefässchirurgen Dr. med. Saulius Sudikas ergänzt.



Spital Frauenfeld



Spital Münsterlingen

Da bösartige Weichteiltumore seit einigen Jahren kontinuierlich auf dem Vormarsch sind, haben sich solche Eingriffe mittlerweile zu einem Spezialgebiet der chirurgischen STGAG-Kliniken entwickelt.

Die Teamangehörigen haben nicht nur mehrere schweizerische Schwerpunkttitel in Viszeralchirurgie und Allgemein- sowie Unfallchirurgie erworben; sie können auch Europäische Titel vorweisen, etwa die European Board of Surgery Qualification. Dass der kontinuierlichen und strukturierten Weiterbildung eine tragende Rolle zukommt, lässt sich nicht übersehen: Derzeit bereiten sich mehrere Kaderärzte, die demnächst weitere Schwerpunkt- und Europäische Titel in Empfang nehmen können, auf eine regelmässige Teilnahme an nationalen und internationalen Fachkongressen vor.

Aktiv an Forschung und Lehre beteiligt

Neben der Sicherstellung des 24-Stunden-Notfallbetriebs bewältigen die STGAG-Oberärzte nicht nur die wichtigsten chi-

urgischen Eingriffe, sondern vertiefen fortwährend ihr Know-how in ihren jeweiligen Spezialgebieten. An der mittlerweile als Weiterbildungsstätte der Kategorie A und damit auf der höchsten Ebene neben den Universitätsspitälern eingestuften Einrichtung, die sich aktiv an Forschung und Lehre beteiligt, werden derzeit elf Assistenzärzte zu Fachärzten ausgebildet.

Wann immer möglich, erfolgen Operationen nach der für den Patienten schonenden minimal-invasiven Vorgehensweise.

Als Schwerpunkte haben sich die Adipositas-Chirurgie, die Magen- und Darmtrakt-Chirurgie einschliesslich der hochspezialisierten Leberchirurgie, die Schilddrüsenchirurgie, die Hernienchirurgie zur Behandlung von Eingeweidebrüchen, Proktologie (Enddarkerkrankungen) und nicht zuletzt die allgemeine Unfallchirurgie herauskristallisiert. Jeder Bereich steht unter der Leitung eines Leitenden Arztes oder eines Chefarztes.

Wann immer möglich, erfolgen Operationen nach der für den Patienten schonenden minimal-invasiven Vorgehensweise. Deswegen sind viele Eingriffe ambulant möglich. Bei stationären Patienten verkürzt sich dadurch der Spitalaufenthalt, die Genesung schreitet schneller voran, ist weniger schmerzhaft und mit geringeren Narben verbunden.

Heutzutage versteht sich die STGAG-Chirurgie als Fachbereich, der dank Innovationen, einem ausgeprägten Teamgeist und Weiterbildung den Patienten hervorragende Chancen für einen nachhaltigen Behandlungserfolg eröffnet. Dafür steht ein Team mit breit ausgebildeten und kompetenten Ärzten, deren Therapien sich zum Wohl des Patienten durch Effizienz und Sicherheit auszeichnen.

Kompetenzen gebündelt

Seltene, teure und personell aufwendige Therapien werden im Rahmen der «Interkantonalen Vereinbarung für die Hochspezialisierte Medizin» (IVHSM) seit 2008 landesweit koordiniert und gebündelt. Diese Vereinbarung der Schweizerischen Sanitätsdirektoren-Konferenz bezieht sich auf Organverpflanzungen, die komplexe Neurochirurgie sowie die Behandlung von Verbrennungen. Die zunächst vorwiegend auf die Universitätsspitäler bezogenen Projekte hatten einen langwierigen Streit zwischen diesen prestigeträchtigen Behandlungszentren ausgelöst. Nun kämpft der Thurgau gegen eine drohende Abwertung der Kantonsspitäler.

Inzwischen haben sich die IVHSM-Gremien den weitaus häufiger zu bewältigenden Tumoroperationen an Speiseröhre, Leber, Bauchspeicheldrüse und Mastdarm zugewandt. Diese Eingriffe werden auch in zahlreichen Kantonsspitälern, darunter in den Kliniken Münsterlingen und Frauenfeld der Spital Thurgau AG (STGAG), angeboten.

«Zentralisierung der Eingriffe hätte ohnehin stattgefunden»

Chefarzt Markus Röthlin (Münsterlingen) kritisiert, dass durch die IVHSM auf politischem Weg eine Zentralisierung dieser Eingriffe erzwungen werden soll. «Dabei stehen einzig und allein die Operationszahlen im Vordergrund. Die Qualität der geleisteten Arbeit wird ebenso wenig berücksichtigt wie der Ausbildungsstand der jungen Mediziner», fügt er hinzu. Diese Zentralisierung hätte jedoch in den kommenden Jahren durch die zunehmende Subspezialisierung zwangsläufig stattgefunden, «da in den geografisch abgelegenen Spitälern zu wenige entsprechend ausgebildete Spezialisten zur Verfügung stehen werden».

Mittlerweile verzichtet die Chirurgische Klinik der Spital Thurgau AG – sie entspricht personell sowie infrastrukturell sämtlichen IVHSM-Vorgaben und führt gemäss Auftrag des Kantons als Schwerpunkt die Onko-Chirurgie durch – wegen zu geringer Fallzahlen auf Eingriffe an der Speiseröhre bei Krebsbefall. Operati-

onen an der Bauchspeicheldrüse wurden inzwischen am Standort Münsterlingen konzentriert, um die Kompetenzen zu bündeln. Die erzielten Ergebnisse in der Pankreas- und der als heikel geltenden Leberchirurgie entsprechen heutzutage internationalen Standards.

Aus diesem Grund kämpft die Spital Thurgau AG Röthlins Worten zufolge engagiert um die Zuständigkeit für diese OPs und gegen die drohende Abwertung der Kantonsspitäler durch die IVHSM, «da dies durch die bereits freiwillig beschlossenen Einschränkungen nicht gerechtfertigt wäre», betont er. Mit fünf ausgewiesenen Bauchchirurgen, einer umfangreichen onkologischen Abteilung sowie einer eigenen Radioonkologischen Abteilung entspreche die STGAG-Chirurgie voll und ganz den Kriterien eines Onkologischen Zentrums «und soll diese Funktion auch künftig für unseren Kanton zur vollen Zufriedenheit der Allgemeinheit erfüllen».



Gewaltige Fortschritte dank Ballondilatation

Text: Thomas Veser

Bild: zVg

Erkrankungen der Gefäße gehen überwiegend zurück auf Abnutzungsprozesse, die im Alter an Häufigkeit zunehmen. Neben einer genetischer Veranlagung sind Lebensgewohnheiten, etwa Rauchen oder Bewegungsmangel sowie andere Erkrankungen, darunter Diabetes, Bluthochdruck, Nierenerkrankungen oder Fettstoffwechselstörungen dafür verantwortlich. Dr. med. Markus Lüdin und Dr. med. Francesco Marra vom Spital Münsterlingen erläutern Krankheitsbilder und aktuelle Behandlungsmethoden.

Unterschieden werden im Wesentlichen zwei Krankheitsbilder. Während durch Gefäßverengungen, Stenose genannt, die abhängigen Gefäße mit weniger Blut versorgt werden, droht bei Gefässerweiterungen die Gefahr, dass sie platzen und eine lebensgefährliche Blutung auslösen. Oder dass ein abschwimmendes Gerinnsel (Embolie) das Gefäß verstopft.

Das Spektrum der Behandlung wurde in den letzten Jahren weiterentwickelt. Neben der Basistherapie, darunter Gehtraining, Blutverdünnung und Behandlung der Risikofaktoren, wurden bis vor etwa 25 Jahren sowohl Verengungen als auch Erweiterungen durch einen offenen chirurgischen Zugang operiert. Neben der Ausschälplastik erlauben Bypässe (Überbrückungen) die Therapie von langstreckigen Stenoseprozessen und Aneurysmen, wie die Erweiterungen genannt werden.

Gesundheitsökonomische und wirtschaftliche Vorteile

Bereits in den 1960er Jahren entwickelte minimal-invasive Behandlungsformen wurden zunächst zurückhaltend angewandt. In den letzten Jahren erzielte

man bei der Ballondilatation mittels eines aufblasbaren Katheters und sogenannten Stentgrafts – einer Kombination aus einem stabilisierenden Drahtgeflecht und einer Gefäßprothese – dank der sich zunehmend besser werdender Bildgebung und Materialien gewaltige Fortschritte. Ihre Vorteile liegen auf der Hand: Lokalanästhesie reicht für den Eingriff aus und die kleinen, den Patienten schonenden

Lokalanästhesie reicht für den Eingriff aus und die kleinen, den Patienten schonenden Zugänge verursachen weniger Schmerz.

Zugänge verursachen weniger Schmerz. Wird überhaupt ein Spitalaufenthalt nötig, dann ist er von kurzer Dauer. Ihr Einsatz hat aus gesundheitsökonomischen wie wirtschaftlichen Erwägungen Vorrang. Trotzdem hat die offene Chirurgie ihre Bedeutung nicht eingebüsst.

Im ersten Schritt wird eine exakte Diagnose erstellt. Zur Ausstattung der Spital Thurgau

AG etwa zählen moderne bildgebende Verfahren, vor allem Duplexsonografie, CT-Angiografie und MR-Angiografie, dort finden auch interdisziplinäre angiologische/gefäßchirurgische Sprechstunden statt.

Jeder einzelne Fall wird im interdisziplinären Board besprochen. Neben Angiologen, die sich mit der Funktion und den Erkrankungen der Arterien, Venen und Lymphgefäße beschäftigen, besprechen Gefäßchirurgen, Radiologen und – bei Krankheiten der hirnzuführenden Gefäße – zudem Neurologen die Resultate und geben Behandlungsempfehlungen ab.

In beiden STGAG-Häusern Frauenfeld und Münsterlingen werden sowohl endovaskuläre, also innerhalb eines Gefäßes stattfindende Eingriffe, als auch offene Behandlungen durchgeführt. Nicht weniger wichtig ist das Management rund um den Eingriff. Dank der engen Zusammenarbeit mit Anästhesie und Intensivmedizin werden die meist betagten und häufig unter anderen Krankheiten leidenden Patienten optimal betreut.



Prof. Dr. med. Markus Röthlin
vom Spital Münsterlingen.

Hohe Erfolgsquoten bei Pankreas- und Sarkomeingriffen

Text: Thomas Veser

Bild: Thomas Hary

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse (Pankreas) sind glücklicherweise selten. Gallensteine, Alkohol oder Medikamente etwa können eine akute Pankreatitis hervorrufen. In sehr schweren Fällen lässt sich dann abgestorbenes Drüsengewebe operativ entfernen. Allerdings seien in den vergangenen drei Jahrzehnten solche Eingriffe dank verbesserter Intensivbehandlung immer seltener notwendig geworden, freut sich Prof. Dr. med. Markus Röthlin vom Spital Münsterlingen.

Die chronische Entzündung wird in der Regel durch beständigen und hohen Alkoholkonsum verursacht. Mit der Zeit führt das zu einer Vernarbung des Organs mit Funktionsverlust. Die Folgen sind Zuckerkrankheit sowie Durchfälle, die durch fehlende Verdauungssäfte hervorgerufen werden. Zudem leiden die Betroffenen oft unter starken Schmerzen. Auch hier kann in geeigneten Fällen die Chirurgie die Beschwerden mildern, indem ein Teil der Drüse entfernt oder der Abfluss des Pankreassaftes verbessert wird. Eine Heilung, bei der die frühere Funktion der Bauchspeicheldrüse wieder hergestellt wird, ist zwar nicht möglich. Allerdings kann ein völliger Alkoholverzicht die Prognose der Erkrankung verbessern.

Pankreas-Tumoren werden immer häufiger entdeckt

Sicher die wichtigste und auch häufigste Indikation für Operationen an der Bauchspeicheldrüse sind Tumoren. Neben dem berüchtigten Bauchspeicheldrüsenkrebs gibt es eine ganze Reihe anderer Tumoren, die sich mittels geeigneter chirurgischer Techniken entfernen lassen. Dazu zählen Tumoren der Hormonzellen, zystische Tu-

moren und seit einiger Zeit auch das IPMN, eine Vorstufe des Pankreaskrebses. Diese Tumoren werden immer häufiger durch Röntgenverfahren, wie Computertomografie und MRI, entdeckt.

Durch die Entfernung nicht bösartiger Vorstufen verbessert sich Krebsprognose deutlich.

Durch die Entfernung nicht bösartiger Vorstufen verbessert sich Krebsprognose deutlich. Ein Teil dieser Operationen kann auch sehr geschickt mit der laparoskopischen Methode, also durch Bauchspiegelung, minimal invasiv durchgeführt werden. Dank der vergleichsweise kleinen Einschnitte sind die Schmerzen und das operationsbedingte Trauma geringer.

Hat sich der Krebs in der Bauchspeicheldrüse jedoch erst einmal etabliert, so braucht es wegen der kleinen Ausdehnung des Organs und der umgebenden, lebenswichtigen Strukturen nur wenig, um die Wucherung als nicht entfernbar einzustufen. Zur

Verbesserung der Diagnostik findet etwa an den STGAG-Spitälern vor der grossen Operation stets eine diagnostische Laparoskopie statt. Dabei werden mit der Kamera und mit einem laparoskopischen Ultraschallgerät der Tumor und seine Umgebung, die Leber sowie das Bauchfell untersucht, um Hinderungsgründe für die Entfernung auszuschliessen.

Erfolgreiche Sarkom-Behandlungen

Bei Sarkomen handelt es sich um seltene und bösartige Tumoren, die von Weichteilgeweben wie Muskel, Fett oder Bindegewebe ausgehen. Diese Tumoren können häufig an den Extremitäten, aber auch am Rumpf oder in der Bauchhöhle auftreten. In den letzten Jahren fanden an den STGAG-Spitälern jährlich über zehn, was im Quervergleich sehr gut ist, erfolgreiche Operationen statt. Die in der Regel multidisziplinären Behandlungen werden mit den onkologischen und radioonkologischen Spezialisten gemeinsam im Tumorboard festgelegt und umgesetzt.

Prof. Dr. med. Markus Müller
vom Spital Frauenfeld



Heilungschancen von über 50 Prozent

Text: Thomas Veser

Bild: Thomas Hary

Fortschritte in der Leberchirurgie tragen seit zwei Jahrzehnten entscheidend dazu bei, dass sich die Prognosen von Tumoren im Magen-Darm-Trakt fortwährend verbessern. Warum das so ist, weiss Prof. Dr. med. Markus Müller vom Spital Frauenfeld.

Wenn in den 1990er Jahren die Metastasen genannten Ableger eines Darmkrebses in der Leber auftauchten, mussten sich die Betroffenen auf eine ungünstige Prognose einstellen. Das hat sich mittlerweile deutlich verbessert. Heute dürfen Betroffene mit Heilungschancen von über 50 Prozent rechnen. Die meisten Tumoren in der Leber sind Ableger von bösartigen Tumoren aus dem Dick- und Mastdarm. Daneben werden weitere sowohl gutartige als auch bösartige Leberbefunde behandelt und erfolgreich chirurgisch entfernt.

Kombinierte und mehrzeitige Verfahren

Alle komplexen Tumorerkrankungsfälle bespricht das interdisziplinäre Team der Spital Thurgau AG bei sogenannten Tumorboards. Dabei verständigen sich Chirurgen, Onkologen, Radiotherapeuten, Gastroenterologen und Radiologen auf die jeweils beste Therapie. Im Idealfall können die Befunde in der Leber vollständig entfernt und eine völlige Heilung erzielt werden. Zusätzliche Optionen wie Chemotherapie oder interventionelle Therapien, etwa Radiofrequenzablation oder Chemoembolisation, erweitern das

Spektrum und führen zu einer deutlichen Verbesserung der Prognose.

Da die Wucherungen des Dick- und Mastdarm häufig in die Leber streuen, sind regelmässige Nachsorgeuntersuchungen angezeigt.

Im Anfangsstadium der modernen Leberchirurgie konnten nur vereinzelte kleine Tumore entfernt werden. Heute stehen kombinierte und mehrzeitige Verfahren zur Verfügung. Damit lassen sich mehrere Lebertumoren in einer OP oder mehreren zeitlich unterteilten Eingriffen vollständig entfernen. Dabei kommt dem Patienten zugute, dass die Leber ein Organ ist, das sehr schnell wieder auf die benötigte ursprüngliche Grösse anwächst. So ist es möglich, dass Tumoren in der Leber mehr als einmal, also auch bei erneutem Auftreten im Verlauf, operiert werden können. Die Fachärzte sind bestrebt, sämtliche Eingriffe möglichst minimal invasiv mittels der «Schlüsselloch-Technik» zu bewältigen.

Im Vergleich zur offenen Chirurgie verspüren Patienten weniger Schmerzen, die Aufenthaltsdauer fällt kürzer aus. Ausserdem erholen sie sich schneller vom Eingriff und haben kleinere Narben. Tumoren im Dick- oder Mastdarm und in der Leber lassen sich auf diese Weise gleichzeitig entfernen.

Regelmässige Nachuntersuchungen unabdingbar

Da die Wucherungen des Dick- und Mastdarm häufig in die Leber streuen, sind regelmässige Nachsorgeuntersuchungen durch die Chirurgen und Onkologen angezeigt. Dabei können Erkrankungen frühzeitig erkannt und behandelt werden, was die Prognosen der Patienten deutlich verbessert.

Für die nächsten sechs Jahre hat der Bund dem Standort Frauenfeld die Zuordnung der hochspezialisierten Viszeralchirurgie im Bereich der Leberchirurgie zugesprochen. Das gibt den im Thurgau ansässigen Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, sich bei sich diesen komplexen Erkrankungen innerhalb des Kantons kompetent behandeln zu lassen.



Jeder Zweite ist übergewichtig

Text: Thomas Veser

Bild: zVg

Die Adipositas genannte Fettleibigkeit, von der Weltgesundheitsbehörde WHO als Krankheit klassifiziert, verursacht weltweit grosses Leid und hohe Kosten. Da es sich um eine komplexe Erkrankung mit vielen Ursachen handelt, müsse jeweils ein individuell zugeschnittenes Behandlungskonzept erarbeitet werden, sagt Prof. Dr. med. Markus Müller vom Spital Frauenfeld.

In der Schweiz hat sich seit der Jahrtausendwende der Anteil der Übergewichtigen verdoppelt.

Dank langjähriger Erfahrung bietet das Adipositaszentrum des Kantonsspitals Frauenfeld eine umfassende Behandlung mit dem Ziel einer nachhaltigen Gewichtsreduktion an. Hierbei stehen den Patienten Fachkräfte auf den Gebieten Ernährungsberatung, Stoffwechsel, Psychosomatik, Psychologie sowie Physio- und Psychotherapie zur Seite. Die vom Zentrum durchgeführten bariatrischen Operationen sind auf die jeweiligen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten zugeschnitten. Um einen langfristigen Erfolg sicherzustellen, arbeitet das Zentrum eng mit den Hausärzten zusammen.

Übergewicht und seine Folgen verkürzen Lebenserwartung

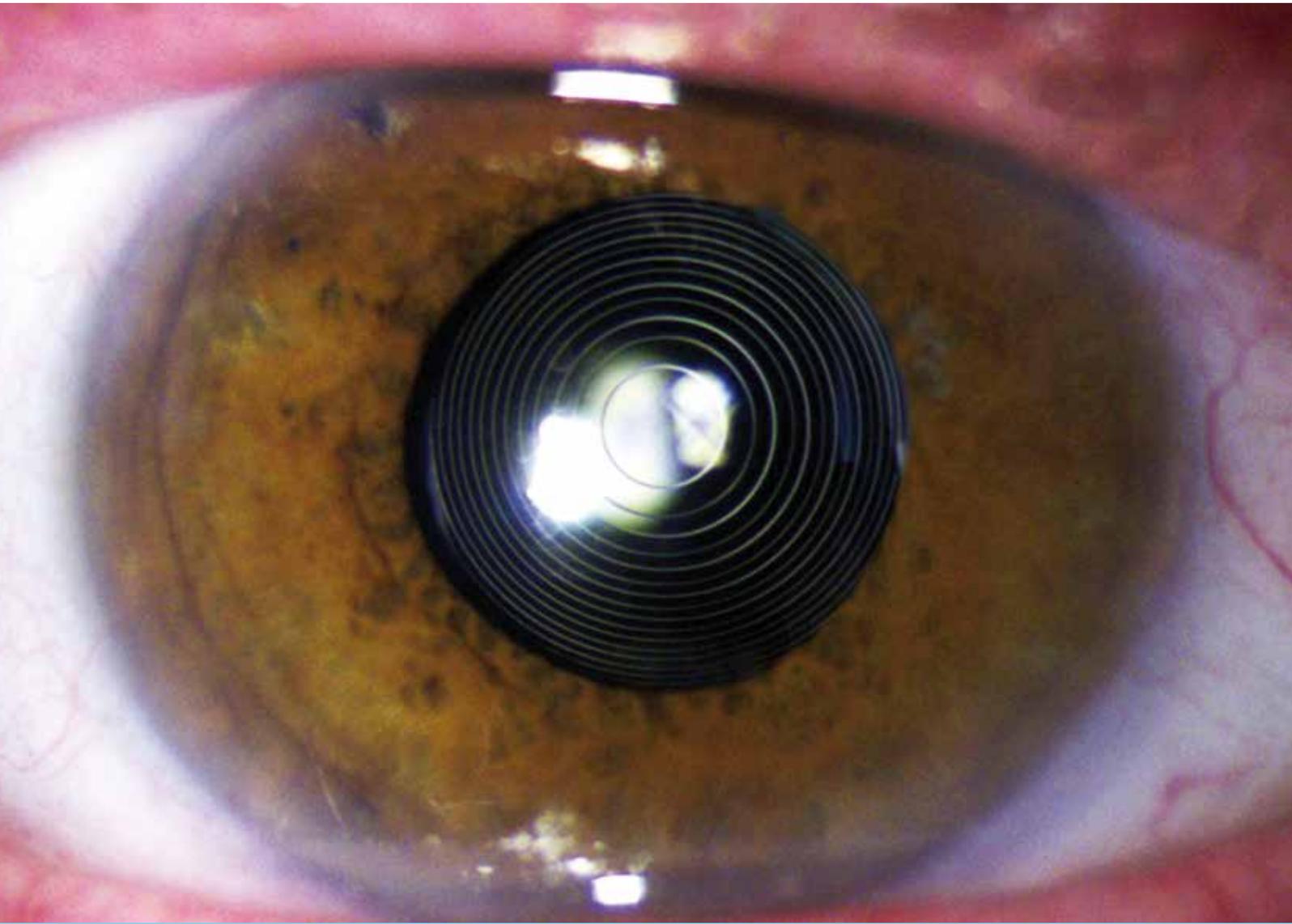
In der Schweiz hat sich seit der Jahrtausendwende der Anteil der Übergewichtigen verdoppelt. Zurzeit schleppen rund 40 bis 50 Prozent der Bevölkerung überflüssige Pfunde mit sich herum. Rund zehn Prozent davon haben einen BMI (Body Mass Index) von über 30, was schwereres Übergewicht bedeutet.

Solche Patienten leben höchst riskant: Ihnen drohen Bluthochdruck, Diabetes, Herzinfarkte, die Schlaf-Apnoe genannten periodischen Atemstörungen während des Schlafs, Gelenkleiden, Gallensteine

sowie Venenprobleme. Adipositas und ihre Folgeerkrankungen können die Lebenserwartung erheblich verkürzen.

Intensive Nachbetreuung durch Zentrum und Hausärzte

Nach einer Erstkontaktaufnahme zeigt das Behandlungsteam des Adipositaszentrums des Kantonsspitals Frauenfeld auf, welche Behandlung in Frage kommt. Dabei werden medizinische Abklärungen durchgeführt und die weiteren Schritte geplant. Steht ein bariatrischer Eingriff an, berät das chirurgische Team die Patienten. Als erstes schweizerisches Referenzzentrum der SMOB (Swiss Society for the Study of Morbid Obesity and Metabolic Disorders) für bariatrische Chirurgie, besitzt das Zentrum ein Team, das bereits mehr als 1000 Eingriffe bewältigt hat. Die kontinuierliche Weiterbildung wird grossgeschrieben, hierzu beteiligen sich die Chirurgen an internationalen Qualifikationskursen und Kongressen. Der wissenschaftliche Austausch über die neuesten Techniken hilft ihnen dabei, stetig ihre Behandlungsansätze zu verbessern. Nach einer erfolgreichen Behandlung begleiten das Adipositas-Team sowie die Hausärzte die Patienten auf ihrem weiteren Lebensweg. Ferner besteht die Möglichkeit, sich künftig in Gruppen auszutauschen und auf diese Weise ein der Gesundheit dienendes Körpergewicht zu halten. Sowohl die Kosten für Beratung als auch für die Operation übernimmt grundsätzlich die Krankenkasse.



Wie die neue VIP-Technik die Qualität von Staroperationen entscheidend steigert

Text: Thomas Veser

Bilder: zVg

Um die Grauer Star genannte altersbedingte Augenlinseneintrübung zu beseitigen, wird die betroffene Linse entfernt und eine Kunstlinse eingesetzt. So gewinnen die Patienten die volle Sehschärfe zurück. Mittels eines neuartigen Verfahrens kann der Augendruck während des Eingriffs konstant gehalten werden. So lässt sich die spätere Bildung und Zunahme von als störend empfundenen Glaskörperabhebungen verhindern.

Wenn die Sonne scheint, steht bei den allermeisten Zeitgenossen das Barometer auf hoch. Zu den Ausnahmen zählte Martin A., dessen Augen auf sehr helles Licht ausgesprochen empfindlich reagierten. Obgleich mit Anfang 40 noch relativ jung, stellte er bei der abendlichen Bettlektüre fest, dass der Text bisweilen verschwamm. Derartige Sichtprobleme erschwerten auch nächtliche Autofahrten. «Manchmal nahm ich die Umgebung wie durch einen Schleier wahr», erinnert sich Martin A.

Er führte die unangenehmen Momente auf Übermüdung zurück. Dass etwas mit seinen Augen nicht stimmte, erfuhr er eher zufällig. Eine hartnäckige Entzündung im rechten Auge veranlasste ihn, einen Augenarzt aufzusuchen. Dieser liess ihn

nach der Behandlung mit Augentropfen wissen, dass er rechts einen Grauen Star hatte – ziemlich ungewöhnlich für sein Alter, da diese Linsentrübung normalerweise erst im höheren Lebensalter auftritt. Da sich die Trübung weiter verstärken werde, empfahl ihm der Arzt, einen Augenchirurgen zu konsultieren und eine sogenannte Katarakt-Operation ins Auge zu fassen.

Alleine in der Schweiz wird jährlich etwa 100 000 Mal die trübe Linse entfernt und durch eine Kunstlinse ersetzt.

Linsen nehmen gelbliche Färbung an
Katarakt ist die wissenschaftliche Bezeichnung für den Grauen Star, der bei jedem Menschen auftreten kann. «Diese Linsentrübung liegt in der Natur der Sache, sie macht sich allerdings eher im fortgeschrittenen Alter bemerkbar», sagt der St.Galler Augenchirurg Daniel Mojon. Dabei nehmen die Linsen eine gelbliche Färbung an, was auch dazu führen kann, dass blaue Farbtöne schlechter wahrgenommen werden, Umrisse verblassen und wie im Falle von Martin A. grelles Licht nur schwer erträglich ist. «Teilweise spielen auch Faktoren wie Ernährung, Rauchen, Diabetes und eine erbliche Vorbelastung eine nicht zu unterschätzende Rolle», gibt



Prof. Dr. med. Daniel Mojon

Mojon zu bedenken. Bleibt er unbehandelt, kommt es immer zur Erblindung, wobei die Sehverschlechterung oftmals sehr langsam verlaufen kann.

Die Gesellschaft altert, und damit wird auch der Graue Star künftig zahlenmässig zulegen. Derzeit zählt die Kataraktoperation, die sich «meist problemlos und hochgradig sicher» behandeln lässt, Mojons Worten zufolge zu den weltweit am häufigsten vollzogenen Eingriffen. Alleine in der Schweiz wird jährlich etwa 100 000 Mal die trübe Linse entfernt und im nächsten Schritt durch eine Kunstlinse ersetzt. Um dem Grauen Star von Anfang an den Riegel zu schieben, sei es auch möglich, sich die noch nicht eingetrübte Augenlinse durch eine Kunstlinse ersetzen zu lassen. «Damit kann man der ab dem 40. Lebensjahr auftretenden Alterssichtigkeit ein Schnippchen schlagen», so Daniel Mojon.

Diesem natürlichen Prozess unterliegen alle Menschen, da es mit den Jahren für die Augenlinsen schwieriger werde, sich auf unterschiedliche Entfernungen einzustellen. Die Elastizität der Linse nehme altersbedingt ab, in der Nähe befindliche Objekten können deshalb nicht mehr scharf abgebildet werden.

Kataraktoperationen einst und jetzt

Noch vor zwei Jahrzehnten war eine Kataraktoperation «keine besonders exakte Angelegenheit, da man weniger zielgenau operieren konnte wie heute. Zudem gab es die Vielfalt an künstlichen Linsentypen für die verschiedenen Bedürfnisse damals noch nicht», sagt Mojon. Deswegen führte nach der Operation kein Weg an der Brille vorbei. Während damals für den Eingriff ein sechs Millimeter langer Schnitt mit Naht nötig war, genügen heute 1,6 Millimeter, wodurch das chirurgische Trauma stark verringert wird.

Staroperationen sind schmerzfrei und dauern nicht länger als zehn Minuten. Vom Eintritt in die Klinik bis zum Verlassen muss man mit insgesamt zwei Stunden rechnen. Vorgängig werden Anästhesie- und Pupillentropfen verabreicht. Mittels Ultraschallsonde wird die getrübte Linse fragmentiert und abgesaugt. Anschliessend erfolgt die Einsetzung der Kunstlinse. Beim VIP-Verfahren ist auch kein Augenverband mehr nötig.

Sehhilfe oder möglichst keine? Das ist die Frage, die Daniel Mojon so beantwortet:



Die Vorzüge der neuartigen VIP-Operationstechnik

Im Verlauf von Staroperationen sinkt der Augendruck mehrmals ab. Dadurch können nach dem Eingriff Glaskörperabhebungen entstehen oder bereits vorhandene zunehmen. Die winzigen Ablagerungen treiben im Glaskörper und werfen während ihren Bewegungen Schatten auf die Netzhaut. Die langsam über das Gesichtsfeld gleitenden Unregelmässigkeiten, die als Flecken, Fäden oder Schnüre wahrgenommen werden, heissen in der Fachsprache «Mouches volantes» – fliegende Mücken.

Dank einer neuen Operationsmethode, die Daniel Mojon entwickelt und VIP-Technik getauft hat, wird der Druckabfall verhindert. Während V für das Gel Viscoelasticum steht, bezeichnet I die Irrigation genannte Flüssigkeitszufuhr, P bedeutet Pressurized – unter Druck stehend. Dank Gel und Flüssigkeitszufuhr bleibt der Augendruck während des Eingriffs unverändert erhalten, der Glaskörper kann sich folglich niemals nach vorne bewegen. Eine Untersuchung der Ergebnisse an 800 nach der neuen Technik operierten Augen im Vergleich zur selben Zahl herkömmlich behandelte Augen zeigen Mojon zufolge klar und deutlich die Vorteile dieser Technik. Gerade für um die 50 Jahre alte Patienten, die sich eine Kunstlinse einsetzen lassen, weil sie künftig ohne Brille leben wollen, ist die VIP-Technik hilfreich, da sich «fliegende Mücken» und auch Netzhautprobleme nach der Operation vermeiden lassen», versichert Mojon.



Zu den drei Patiententypen zählen jene, die so stark mit ihrer Brille «verwachsen» sind, dass sie auch künftig eisern daran festhalten, solche, die nach dem Eingriff lediglich für den Nah- oder Fernbereich auf eine Brille zurückgreifen möchten, und schliesslich diejenigen, die im Alltag möglichst ohne Brille leben wollen.

Staroperationen sind schmerzfrei und dauern nicht länger als zehn Minuten.

Die Wahl der geeigneten Speziallinse

Wer völlig brillenfrei leben möchte, kann sich diesen Wunsch meist erfüllen. Das kann mit Kosten verbunden sein, wenn die jeweils benötigten Speziallinsen von der Krankenversicherung nicht bezahlt werden. Sogenannte Mehrbereichslinsen

etwa schlagen nach Abzug des Krankenkassenbeitrags mit etwa 5000 Franken für beide Augen zu Buche. Bei einer ausgeprägten Hornhautverkrümmung kommen sogenannte torische Linsen zum Einsatz, da man sonst auf Sehhilfen angewiesen ist. Diese sind für beide Augen rund halb so teuer. «Den meisten Patienten können sphärische Linsen empfohlen werden», resümiert Daniel Mojon. Gewisse Menschen können von asphärischen profitieren, die einige hundert Franken pro Auge kosten. Zurück zu Martin A.: Er trug vor seiner Staroperation einige Jahre lang Kontaktlinsen und schätzt weiterhin die Vorzüge von Linsen. Dank Mehrstärkenkunstlinsen für alle Distanzen kann er auf eine Sehhilfen verzichten. Als sehr angenehm empfindet Martin A. übrigens, dass ihn heute selbst starkes Sonnenlicht, einst eine Qual, kaum mehr stört.



Hohe Auszeichnungen für den minimal-invasiven Augenchirurgen Daniel Mojon

Als einer der weltweit renommiertesten und erfahrensten Augenchirurgen hat sich Professor Daniel Mojon auf die Entwicklung und Anwendung minimal invasiver Operationsmethoden spezialisiert. Dank

dieser Vorgehensweise lassen sich beim Zugang und Eingriff zum Wohl des Patienten chirurgische Traumata abmildern, was auch die Erholungsphase verkürzt und nur wenige Komplikationen mit sich bringt. Daniel Mojon, der zudem an der Universität Bern lehrt und forscht, hat im Laufe der Zeit zahlreiche mittlerweile weltweit angewandte Verfahren entwickelt, darunter auch eines für die Schielchirurgie, das unter der Bezeichnung MISS bekannt wurde. Er widmet sich nicht nur wissenschaftlichen Forschungen auf den Gebieten Visuelle Entwicklung, Risikofaktoren für die unter dem Begriff Glaukom zusammengefassten Augenerkrankungen, Glaukom-Chirurgie sowie Stereovision, sondern arbeitet auch intensiv an der weiteren Verbesserung der Arzt-Patient-Schnittstelle.

Für seine Verdienste wurde Daniel Mojon beim 116. Kongress der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG)

2018 in Bonn eine hohe und nicht alltägliche Auszeichnung zuteil. Der weltweit älteste und traditionsreichste Fachverband auf dem Gebiet der Augenheilkunde lud ihn als ersten Schweizer Augenarzt als Hauptredner ein und gab ihm so die Möglichkeit, über die Schnitttechniken in der minimal-invasiven Strabismus-Chirurgie und die VIP-Methode zu referieren.

Auch jenseits des Grossen Teiches ist man auf Daniel Mojon, der mittlerweile als Pionier auf seinem Schwerpunktgebiet gilt, aufmerksam geworden. Anlässlich des 30. Jahrestages in Erinnerung an den reputierten kanadischen Kinderaugenarzt Jack Crawford verlieh die University of Toronto dem Berner 2019 die prestigeträchtigen Jack-Crawford-Auszeichnung für seine Verdienste in der Weiterentwicklung minimal-invasiver Verfahren in der Augenheilkunde.



Die REGENA-Therapie – individuell ausgewählte Gesundheitskonzepte aus der Natur

Cécile Mandefield
Geschäftsführerin



Bereits seit 1963 haben sich die homöopathischen Komplexmittel der REGENA AG bewährt. Bei der Entwicklung der Präparate baut das Unternehmen auf den ganzheitlichen REGENA-Therapie-Ansatz des Begründers Günter Carl Stahlkopf. Aufgrund seiner eigenen lebensbedrohenden Krebserkrankung erkannte er durch zahlreiche Forschungen, dass die «Natur nichts unternimmt, um sich selbst zu zerstören» und «Krankheit als Heilbestreben des Körpers» zu verstehen ist. Somit versucht dieser immer das Optimale für den Menschen in der jeweiligen Situation zu erreichen.

«Ein geschmeidiger Körper, ein wacher Geist und Lebensfreude», diesen Idealzustand bis ins hohe Alter aufrecht zu erhalten, hat sich das Familienunternehmen REGENA zur Aufgabe gemacht. So führt Tochter Cécile Mandefield das Traditionsunternehmen bereits seit dem Jahre 2011 am heutigen Schweizer Standort in Tägerwilen im Thurgau weiter und setzt den Fokus verstärkt auf den Dreiklang: Ursachen-orientierte Wissensvermittlung, Qualitätssteigerung der Produkte und Förderung eines integrativen Denkens in der Gesellschaft und Politik.

Mit dem REGENA-Baukastensystem zur Regeneration des gesamten Stoffwechsels Die REGENA-Therapie versteht die Krankheit als einen Versuch des Organismus, eine Störung im natürlichen Gleichgewicht des Stoffwechsels zu überwinden, und die Krankheitssymptome als Zeichen einer intakten und aktivierten Abwehr. Die Symptome, die der Mensch dabei entwickelt, sollen mit geeigneten Impulsen zur «Ausheilung» unterstützt werden und dabei möglichst alle Stadien und Ebenen einer Erkrankung berücksichtigen. Die Schritte dahin gehen über den Weg des «Öffnen, Reinigen und Regenerieren». Um den Patienten individuell auf jeden Krankheitsprozess und unter Berücksichtigung seiner Anamnese zu behandeln, bietet die REGENA -Therapie einen modularen Ansatz, basierend auf einer Auswahl

von mehr als 200 homöopathischen Komplexmitteln, die eine krankheitsspezifische Kombination ermöglichen. Die einzelnen hauptsächlich pflanzlichen Bestandteile ergänzen und verstärken sich in ihrer Wirkung. Ziel der REGENA-Therapie ist die Zell- und Drüsenregeneration, also die Regeneration des gesamten Stoffwechsels.

Wissenstransfer soll nachhaltig gefördert werden

Zur Entwicklung dieser Behandlungsmethode ist Wissensvermittlung ein zentrales Anliegen. Im Jahr 2002 gründete Monique Stahlkopf, Ehefrau des Begründers, die Stiftung REGENA-Akademie als Fundament zur Weiterbildung und zum Wissensaustausch von Ärzten, Therapeuten und Apothekern. Angeboten werden Seminare, Vorträge sowie Webinare und ab 2020 E-Learnings über die Website www.regena-akademie.ch, mit dem Ziel, kompetente Berater in der Anwendung der REGENA-Therapie auszubilden und die Anerkennung der REGENA-Therapie als eigenständige Therapie bei wichtigen Institution zu erreichen. Die Stiftung stellt sich gerade neu auf und sucht Gönner und medizinische Fachpersonen, welche sich mit Engagement für eine integrative Medizin einsetzen wollen.

Bitte nehmen Sie bei Interesse Kontakt unter info@regena-akademie.ch auf.

Über 50?

www.darmcheck50.ch

LEADER ist eine Marke – und davon profitieren auch Sie!



Der LEADER ist zum Label für ein starkes Unternehmertum mit Visionen geworden. Ob Firma, Verband oder Organisator einer Veranstaltung: Wir sind Ihr Partner und realisieren mit Ihnen ein Magazin, das vollumfänglich oder teilweise anzeigenfinanziert ist, professionell umgesetzt wird und direkt von unserer Marke profitiert.

Bei Fragen stehen wir Ihnen per Telefon unter 071 272 80 50 oder via Email unter leader@metrocomm.ch gerne zur Verfügung.
www.leaderdigital.ch

LEADER
SPECIAL



Cleopatra badete der Legende nach in Milch und Honig. Das kann man ihr nicht verdenken. Schliesslich hatte sie kein Andeerer Mineralwasser.

Therapien & Massagen

Wir bieten ein breites Angebot an Therapien an und helfen gerne, die passende für Sie zu bestimmen. Oder geniessen Sie eine professionelle Massage in unserem Behandlungszentrum.

Mineralbad Andeer 



Massiver Gewichtsverlust und mehr Lebensqualität dank Bariatrie

Text: Thomas Veser

Bild: Thomas Hary

Wenn bei krankhaftem Übergewicht – der morbidem Adipositas – herkömmliche Behandlungen nicht mehr wirken, lässt sich oftmals nur über die Bariatrie sicherstellen, dass die Pfunde purzeln. Bei der seit den 1970er Jahren vor allem in den USA entwickelten chirurgischen Techniken wird unter anderem der Magen verkleinert und damit sein Fassungsvermögen reduziert. Die Patienten könnten so deutlich weniger Nahrung aufnehmen und dadurch ihr Gewicht nachhaltig massiv verringern, fasst Dr. med. Martin Thurnheer von der Klinik Stephanshorn zusammen.

In der Klinik Stephanshorn in St.Gallen ist die Bariatrie, die sich etwa seit Mitte der 1990er Jahre auch in Europa etablierte, eng mit dem Namen von Dr. med. Martin Thurnheer verbunden. Der Bauchchirurg hatte zuvor am Kantonsspital St.Gallen die Magenbypassoperation in der Ostschweiz eingeführt.

Sorgfältige Patientenvorbereitung

«Als Ultima Ratio bei ausgeprägtem Übergewicht sind diese Eingriffe sehr wirksam. Sie führen bei über neun von zehn Patienten langfristig zu erfolgreichen Ergebnissen», sagt Martin Thurnheer. Mit einem Anteil von 30 Prozent der gegenwärtigen bauchchirurgischen Eingriffen ist die Bariatrie ein zentraler Pfeiler an der Klinik.

Im Vorfeld klärt das interdisziplinäre Fachteam des Adipositas-Zentrums sorgfältig ab, ob die Patienten die nötigen Bedingungen erfüllen und bereitet sie dann umfangreich auf den Eingriff und die Zeit

danach vor. Beteiligt sind neben den Internisten auch Narkoseärzte, Radiologen, die Ernährungsberatung und Psychiater. «Für einen langfristigen Erfolg sind psychosoziale Netzwerke, die dem Patienten Beistand leisten, unabdingbar», gibt Thurnheer zu bedenken.

«Diese Eingriffe führen bei über neun von zehn Patienten langfristig zu erfolgreichen Ergebnissen.»

Bei der international am häufigsten angewendeten Magenbypass-OP wird der Magen in eine kleine Magentasche und in den viel grösseren Restmagen geteilt. Da die Magentasche nur wenig Nahrung aufnehmen kann, die dann in den eingefügten Dünndarm weiter geleitet wird, werden einerseits die Essensportionen verringert, andererseits wird durch die Dünndarmumleitung ein Teil der Nährstoffe und Kalorien nicht im Verdauungstrakt verwertet und drittens erzielen veränderte Hormone eine positive Wirkung. Wenn die Technik der Schlauchmagenbildung angewandt wird, entfernen die Chirurgen einen grossen Teil des Magens. Dieser Vorgang lässt sich im Gegensatz zum Magenbypass nicht rückgängig machen.

Folgenreicher Neuanfang

«Bariatrische Eingriffe bedeuten einen starken Lebenschnitt mit sehr erfolgreichem Neuanfang, wenn er gut vorbereitet und sorgfältig ausgewählt ist», so Martin Thurnheer. Da weniger Nahrung aufgenommen wird, gilt es, Vitamin- oder Mineralstoffmangel vorzubeugen. Diese müssen dem Körper in ausreichender Menge zusätzlich zugeführt werden. «Die anfangs engmaschige Nachbetreuungsphase durch Adipositas-Zentrum und Hausarzt dauert im Prinzip lebenslang, allerdings dann in viel grösseren Kontrollabständen».

Verläuft die Entwicklung erwartungsgemäss, dann bewahren die Patienten dauerhaft ihr reduziertes Gewicht und gewinnen damit Lebensqualität zurück. Zudem erspart das die Kosten für die eventuell nötige Behandlung von Erkrankungen, die auf Adipositas zurückgehen – vor allem Diabetes, Schlaganfälle, Herzinfarkt oder vorzeitige Gelenkabnutzung.

Wie radikal sich ihr Fachgebiet in den vergangenen vier Jahrzehnten gewandelt hat, erläutern die Urologen Dr. med. Tamás Németh und Dr. med. Thomas Leippold im Gespräch.

Text: Thomas Vesper

Bild: Thomas Hary



Grosse Fortschritte dank moderner Operationstechnik

Tamás Németh, Sie sind seit 1989 an der Hirslanden Klinik Stephanshorn als Urologe tätig. Wie hat sich Ihre Abteilung in den vergangenen 40 Jahren verändert?

Als ich meine Stelle antrat, gab es weder Ultraschall noch sonstige Hilfsmittel dieser

«Die Zahl der Patienten mit urologischen Beschwerden wird wegen der zunehmenden Lebenserwartung deutlich ansteigen.»

Art. Lediglich ein Röntgengerät war vorhanden. Auch flexible Spiegelungsinstrumente, ohne die man sich heute Operationen nicht vorstellen könnte, waren noch nicht verfügbar. Es gab nur sogenannte starre Zystoskope zur Blasen Spiegelung. Operiert wurde seinerzeit mit Skalpell, Schere, Nadel und Faden. Rückblickend

muss ich sagen, dass die Ausrüstung wirklich sehr einfach war.

Thomas Leippold, welche urologischen Teilgebiete sind heute besonders wichtig?

Vor allem die Tumorchirurgie mit ihren speziellen, minimal invasiven Operationsverfahren wie die Laparoskopie genannte Bauchspiegelung. Roboterassistierte laparoskopische Eingriffe zur Entfernung der tumorbehafteten Prostata und Niere stehen im Vordergrund. Durch Fluoreszenzverfahren kann man beispielsweise die Durchblutung der Niere präzise darstellen und eine Teilentfernung mit Organerhalt durchführen. Dadurch lässt sich die Nierenfunktion aufrechterhalten. Auch in der Behandlung von Nierensteinen wurden mittels der minimal invasiven Chirurgie grosse Fortschritte erzielt. Die einst traumatischen Zugänge über Flankenschnitte



Urologie am Stephanshorn

Dr. med. Thomas Leippold
(links) und Dr. med. Tamás
Németh (rechts).

«Gewisse Krebsleiden, die erst im höheren Lebensalter auftreten, werden zahlenmässig zulegen.»

Aus dem Verlauf und der absoluten Höhe der ermittelten PSA-Werte lässt sich schon einiges herauslesen. Seit Einführung dieses Verfahrens in den USA hat die durch Prostatakarzinome verursachte Sterblichkeitsrate dort um die Hälfte abgenommen. Ich erinnere mich, dass bei uns noch in den 1980er Jahren gut zwei Drittel der an Prostatakrebs neu Erkrankten gestorben sind.

Ihre Klinik bietet urologische Spezialbehandlungen an, was ist damit gemeint?

Leippold: Minimal invasive Vorgehensweisen, durch welche die Patienten in geringerer Masse als früher belastet werden, bilden den Schwerpunkt. Darunter verstehen wir die roboterassistierten, laparoskopischen Operationen, umgangssprachlich «Schlüssellochtechnik» genannt, weil sich der Urologe nur durch kleine Schnitte die nötigen Zugänge verschafft. Weniger Belastung verursachen auch endoskopische Eingriffe durch die Harnwege. Zum Schneiden wird dabei mit unterschiedlichen Stromqualitäten oder Laser gearbeitet.

Bis vor wenigen Jahren war der Einsatz von Robotern nicht vorstellbar, heute gehören Operationen mit Da Vinci zum praktischen Alltag. Worauf ist dieser Sinneswandel zurückzuführen?

Leippold: In den USA wurden bereits 2015 rund 80 Prozent der Krebsprostata-OPs mit dem Da-Vinci-Roboter durchgeführt. Bei uns in der Schweiz erfolgen derzeit bereits 60 Prozent dieser Eingriffe roboterassistiert. In den grossen urologischen Ausbildungskliniken hierzulande wird derzeit meist mit Robotern gearbeitet, der Nachwuchs wird systematisch damit vertraut gemacht. Die Vorteile liegen auf der Hand: Der Operateur sitzt ergonomisch bequem an seiner Konsole, dank dreidimensionaler Bildgebung und bis zu zehnfacher Vergrößerung des Bildes ist ein sehr präzises und zitterfreies Arbeiten möglich. Zudem lässt sich der Vorgang per Video dokumentieren. Dank minimal invasiver Vorgehensweisen ist der Blutverlust

geringer und die Patienten können früher das Spital verlassen. Auch die Katheterliegedauer ist in der Regel kürzer.

Wo erweist sich der Roboter-Einsatz in der Urologie als besonders effizient?

Leippold: Grosse Vorteile bringt diese Technik bei der radikalen, also vollständigen Prostataentfernung bei Krebs, bei der Nierenteilentfernung bei Nierentumoren und bei der Harnleiterabgangsenge.

Die Menschen werden älter, das hat doch gewiss auch für die Urologie Folgen?

Németh: Wir müssen uns wohl auf gravierende Folgen einstellen. Die Zahl der Patienten mit urologischen Beschwerden, vor allem durch Prostataleiden bedingt, wird wegen der zunehmenden Lebenserwartung deutlich ansteigen. Darum ist es so wichtig, der Bevölkerung den Stellenwert der Vorsorge klar und deutlich vor Augen zu führen. Die entsprechenden Untersuchungsmöglichkeiten sind vorhanden und die Abklärung des Sachverhalts lässt sich sehr schnell bewältigen.

Leippold: Gewisse Krebsleiden, die erst im höheren Lebensalter auftreten, werden zahlenmässig zulegen. Zudem werden mehr ältere Patienten gleichzeitig unter mehreren Krankheiten leiden. Diesem Umstand können wir mit den minimal invasiven OP-Methoden hervorragend Rechnung tragen und alle Möglichkeiten einer sorgfältigen Behandlung voll ausschöpfen. Aber auch die Gesundheitspolitik muss stärker in die Pflicht genommen werden. Sie muss rechtzeitig und richtig planen. Der Konzentrationsprozess an den universitären Kliniken muss wohl überlegt sein. Wenn ein hochkomplexer Eingriff etwa in Zürich stattfindet und der Patient dann in seinen möglicherweise sehr entfernt liegenden Wohnort zurückkehrt, fehlt ihm der für den Genesungserfolg so wichtige spezialisierte Ansprechpartner, der ihm bei Bedarf zeitnah vor Ort beistehen kann. Anzustreben ist künftig ein Gleichgewicht zwischen vorhandenen Bedürfnissen und Finanzierbarkeit der hierfür benötigten Strukturen.

gehören der Vergangenheit an. Jetzt benutzt man mittels flexiblen und starren endoskopischen Instrumenten die natürlichen Körperöffnungen, wie die Harnröhre und benötigt, dank der Endoskopie, nur kleine Schnitte.

Welche urologischen Erkrankungen sind heute am häufigsten?

Leippold: Die gutartige Vergrößerung der Prostata, Krebs der Prostata, Nieren und Blase, Infektionen der Harnorgane und Steinleiden. Beispielsweise bei der Prostatavergrößerung sind es stets dieselben Beschwerden: Häufiges Wasserlösen und nächtliches Aufstehen, einschiessender Harndrang oder Brennen beim Wasserlassen.

Németh: Allen Unkenrufen zum Trotz hat sich bei der Prostatauntersuchung neben dem Abtasten des Organs die PSA-Bestimmung im Blut als sehr wichtig erwiesen.



Thurklinik – Höchstleistungen für Patienten

Die Thurklinik in Niederuzwil ist eine renommierte Privatklinik mit einem breiten Leistungsspektrum und blickt auf eine lange Erfolgsgeschichte zurück. Sie ist auf der Spitalliste des Kantons St.Gallen und steht allen Patienten offen, auch allgemeinversicherten. Die Thurklinik erbringt medizinische, ärztliche und pflegerische Leistungen auf höchstem Niveau und sorgt mit der hochwertigen Hotellerie und gepflegten Gastronomie dafür, dass sich die Patienten während ihrem Aufenthalt rundum wohlfühlen.

Text: Tanja Millius

Bilder: Thomas Hary

Die Geschichte der Thurklinik begann 1931. Jakob Gähwiler, katholischer Pfarrer von Henau-Niederuzwil, initiierte mithilfe des Caritasvereins ein Entbindungsheim für schwangeren Frauen, die in Betrieben in der Umgebung arbeiteten. Betreut wurden sie von Schwestern des deutschen Pallottinerordens, die das Entbindungsheim führten, einer Ortshebamme und einem Hausarzt.

Die grosse Zahl an Geburten überstieg rasch die Möglichkeiten der ortsansässigen Ärzte. In den 50er-Jahren wurde der Bau einer Klinik notwendig, in der auch gynäkologische Eingriffe vorgenommen werden konnten. 1958 wurde die «Klinik Marienfried» eingeweiht mit einer geburtshilflichen und gynäkologischen Abteilung.

Wandel zur Thurklinik

1992 wurde Dr. med. Hossein Schams ärztlicher Leiter für Gynäkologie und Geburtshilfe an der Klinik Marienfried und

übernahm sie 1997 mit seiner Ehefrau Margrit Schams ganz vom Pallottinerorden. Er renovierte die Klinik und erweiterte das Leistungsspektrum der vormaligen Frauenklinik um die Fachgebiete Chirurgie, Wirbelsäulenchirurgie und HNO. Seit 2013 heisst sie «Thurklinik» und drückt damit ihre Verbundenheit zur Region aus.

«Das breite Leistungsspektrum ist auf die Bedürfnisse der Patienten zugeschnitten.»

Unter der Leitung von Hossein Schams entwickelte sich die Thurklinik zur zweitgrössten Privatklinik des Kantons St.Gallen und ist mit 26 Leistungsbereichen auf der Spitalliste. Geheimnis des Erfolgs ist nicht zuletzt das Belegarztsystem. Es erlaubt der Thurklinik, Leistungen auf höchstem Niveau mit erfahrenen Ärzten anzubieten und das Leistungsspektrum kontinuierlich auszubauen und anzupassen.

Die Leistungen im Überblick

Gynäkologie

Die Gynäkologie steht unter der Leitung von Dr. med. Hossein Schams. Das Spektrum des gynäkologischen Angebots umfasst sämtliche Standardoperationen der Gynäkologie, der Urogynäkologie sowie der minimal-invasiven Gynäkologie. Der weitgehende Einsatz von minimal-invasiven Techniken (Laparoskopie und Hysteroskopie) mindert Schmerzen und verkürzt Operationsdauer und Klinikaufenthalt.

Urologie

In der Thurklinik werden die Harnorgane von Frauen und Männern sowie die Geschlechtsorgane des Mannes behandelt. Ob Erkrankungen oder Fehlbildungen von Niere, Harnleiter, Blase und Harnröhre, bei einer Harninkontinenz oder bei Erektions- oder Fruchtbarkeitsstörungen – die Patienten erwarten ein Höchstmass an Professionalität, Kompetenz, Diskretion und Menschlichkeit.

Dr. med. Hossein Schams, Gründer Thurklinik und Leiter Gynäkologie, mit Ehefrau und Verwaltungsrätin Margrit Schams: Das Wohl der Patienten steht im Zentrum.



Orthopädie und Wirbelsäulenchirurgie

Die Orthopädie erkennt und behandelt Krankheiten und Verletzungen der Gelenke, Knochen, Bänder und Sehnen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Die Behandlungsmethoden reichen von konservativen Formen und Hilfsmitteln über die Physiotherapie bis hin zu operativen Eingriffen mit modernster Operationstechniken sowie die Prothesenchirurgie. Bei der Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie umfasst das Leistungsangebot unter anderem die Behandlung von degenerativen Erkrankungen der Wirbelsäule sowie die operative Stabilisierung der Wirbelsäule.

Oto-, Rhino-, Laryngologie (HNO)

Atmung, Geruchssinn, Gehör, aber auch die Aufnahme von Speisen und Getränken – diese lebenswichtigen Aspekte finden bei Erkrankungen oder Funktionsstörungen in der Hals-, Nasen-, Ohren-Heilkunde (HNO) Berücksichtigung und werden durch ausgewiesene HNO-Spezialisten behandelt.

Chirurgie

In der Allgemeinchirurgie liegt der Fokus auf der minimal-invasiven Viszeralchirurgie mit modernster Operationstechniken – und verfahren. Im Bereich der Proktologie werden Erkrankungen des Afters und des Enddarmes behandelt – oftmals sanft mit Medikamenten und Salben. Die Aufenthaltsdauer bei chirurgischen Eingriffen beträgt in der Regel maximal vier Tage.

Plastische und ästhetische Chirurgie

Wenn das Äussere die Lebensqualität beeinträchtigt, hat dies häufig Folgen für das innere Befinden und die psychische und physische Gesundheit. Die plastische und ästhetische Chirurgie korrigiert oder verbessert deshalb sogenannte Formstörungen am ganzen Körper. Dabei wird der Mensch stets als Ganzes betrachtet.

Phlebologie (Venenleiden)

Die Venenchirurgie bietet schonende Methoden zur Linderung und Heilung von Venenleiden an. Ergänzt wird das Spektrum der Phlebologie und Venenchirurgie durch die Therapie des Lymphödems sowie die Wundbehandlung am offenen Bein.

Anästhesie und Schmerzmedizin

In der Thurklinik werden bei operativen Eingriffen verschiedene Anästhesieverfahren angewendet, die vorgängig mit dem Patienten besprochen und ausgewählt werden. Ein weiterer Fokus der Anästhesie liegt in der Therapie chronischer Schmerzzustände.



Die Thurklinik AG

Bahnhofstrasse 123a
CH-9244 Niederuzwil
T +41 71 955 91 91
info@thurklinik.ch
www.thurklinik.ch

Auch die Schulmedizin richtet ihr Augenmerk verstärkt auf die natürliche Heilkraft der Pflanzen, deren unterstützende Wirkung inzwischen weltweit anerkannt ist. Das 1983 gegründete Unternehmen Herbamed in Bühler AR gewinnt aus überwiegend wild wachsenden Pflanzen Urtinkturen, Dilutionen (Verdünnungen), Triturationen (Verreibungen) sowie Extrakte, die mittlerweile international vertrieben werden.

Text: Thomas Veser

Bilder: zVg



Darum braucht es die Komplementärmedizin



Christoph Züllig, Firmengründer und Betriebswirtschaftler

Die meist künstlichen Einstoffpräparate der Schulmedizin entfalten im Organismus eine starke chemische Wirkung. Nicht selten rufen sie jedoch oft problematische Nebenwirkungen hervor. Monosubstanzen, die durch ihre hohe Dosierung wirken, nimmt der Körper allgemein weniger gut auf als Vielstoffgemische. Die Phytotherapie, wie die Wissenschaft von der Heilbehandlung mit pflanzlichen Substanzen genannt wird, beruht indes auf der chemischen Wirkung der Pflanzeninhaltsstoffe.

Als Vielstoffgemische ähneln sie in ihrer Grundstruktur den Lebensmitteln. «Folglich nimmt sie der Organismus besser auf und so entfalten sie auch eine intensivere Wirkung. Natürlich gewonnene Vitamine sind bei vergleichbarer Dosierung den künstlich hergestellten Vitaminen deutlich überlegen», sagt Firmengründer und Betriebswirtschaftler Christoph Züllig.

Vielstoffgemische lösen die Selbstheilung aus

Als vorteilhaft beurteilt er, dass sich gegen pflanzliche Vielstoffgemische keine Resistenzen entwickelten. Die Homöopathie wirke bei tiefen Verdünnungsgraden ähnlich wie die Phytotherapie. Bei mittleren und hohen Verdünnungsgraden, die nur noch Spuren oder gar nichts mehr von den Ausgangsstoffen enthalten, beruhe die Wirkung nur noch auf den energetischen Informationen, die auf den Körper übertragen werden. «Diese lösen im menschlichen oder tierischen Körper Aktionen oder Reaktionen aus, die zur Selbstheilung führen», fährt Züllig fort. Seiner Ansicht nach gibt es zahlreiche beispielhafte Situationen, in denen die Komplementärmedizin der Schulmedizin vorgezogen oder zumindest mit ihr kombiniert werden sollte.

Etwa bei Beschwerden während der Wechseljahre. Als Standardtherapie wird



üblicherweise der Hormontherapie Vorrang eingeräumt, diese kann allerdings Probleme hervorrufen. Alternativ bietet sich eine Behandlung mit dem homöopathischen Mittel Sanguicimin an. Komplementärmedizin-freundliche Ärzte versuchen – soweit wie möglich –, ohne Hormonpräparate auszukommen, und verschreiben diese nur im Notfall.

Christoph Züllig berichtet über eine Patientin, die dank Hormontherapie immerhin die schlimmsten Symptome wirksam mässigen konnte. Dennoch habe sie darüber geklagt, dass sie sich dabei nicht im eigenen Körper fühlte. Erst durch den Wechsel auf Sanguicimin seien die Menopause-Symptome massiv zurückgegangen und das gute Körpergefühl zurückgekehrt.

Langfristig frei von Schwindelanfällen

Schwindelanfälle sind nicht nur unangenehm, sie können auch gefährliche Stürze auslösen. In der Regel greift die Schulmedizin in diesem Fall auf Antihypotonika, etwa mit dem Wirkstoff Etilefrin, zurück. Sie bewirken eine kurzfristige Erhöhung des Blutdrucks, stehen aber wegen der teils erheblichen Nebenwirkungen im Kreuzfeuer der Kritik. «Eine Problemlösung bieten Antihypotonika nicht wirklich. Hier hat die Homöopathie mit dem Komplexmittel Circuvin eine erfolgsversprechende und vielschichtige Therapiemöglichkeit, die auch langfristig die gewünschten Ergebnisse sichert», meint Christoph Züllig.

«Selbst Hardliner unter den Schulmedizinern versuchen, kombiniert phytotherapeutische oder homöopathische Mittel einzusetzen.»

Im Kampf gegen Asthma bronchiale kommen üblicherweise cortisonhaltige Mittel oder Beta2-Sympathomimetika-Präparate zum Einsatz. Bei Kindern und bei Patienten, die langfristig behandelt werden müssen, erweist sich Cortison wegen der Nebenwirkungen oft als problemhaft. Wenn ein Kind deswegen massiv zunimmt, sollte

man die Cortison-Therapie abbrechen, empfiehlt Züllig. Mit dem Phytotherapeutikum Respirin hingegen erziele man gute Heilwirkungen. Es habe sich darum in Ländern mit erheblicher Luftverschmutzung und entsprechend hohen Zahlen von Asthmaerkrankungen als wirksames Heilmittel bewährt.

Ausweg aus der Multimedikations-Spirale

Herz-Kreislauf-erkrankungen sind ein Indikationsgebiet, bei dem der Patient nicht selten Opfer einer gefährlichen Multimedikations-Spirale werden kann. Gegen die unerwünschten Nebenwirkungen der primären Medikamente muss mit zusätzlichen Mitteln vorgegangen werden, die aber ihrerseits wieder kritische Nebenwirkungen hervorrufen. «Oft verabreicht man Patienten Medikamenten-Cocktails, bei denen eine Übersicht von Wirkungen, kritischen Nebenwirkungen und Wechselwirkungen kaum mehr möglich ist», sagt Christoph Züllig. Selbst Hardliner unter den Schulmedizinern versuchten daher, kombiniert phytotherapeutische oder homöopathische Mittel einzusetzen und so die synthetischen Monopräparate mengenmässig zu verringern. Als gute Möglichkeit beurteilt Züllig das pflanzliche Herzmittel Corsanin.

Bekanntlich hat sich in der jüngsten Vergangenheit die Zeckenplage deutlich verschärft. Zur Behandlung werden in der Schulmedizin traditionell Fibronil oder Pyrethroide enthaltende Mittel auf die menschliche Haut oder auf das Fell von Haustieren aufgetragen. Die in der Fachliteratur als gefährlich eingestuft Substanzen dürfen nicht in den menschlichen Körper gelangen. Diese Gefahr jedoch drohe, wenn Kinder ihre Haustiere streicheln und sie die Giftstoffe über die Haut oder durch Augenreiben aufnehmen. Auch hier biete die Homöopathie eine wirksame Alternative an: Dank der hohen Verdünnungsstufen sei beim Psorinum-Komplex eine Giftwirkung ausgeschlossen, versichert Christoph Züllig.

Die Selbstheilungskräfte des Körpers reaktivieren

Von seiner Ausbildung her Gynäkologe und Geburtshelfer, hat sich Prof. Dr. Matthias Heiliger in den vergangenen Jahren auf die Komplementärmedizin spezialisiert und betreibt in Kreuzlingen eine entsprechende Praxis. Er erklärt, wie Elektrosmog entsteht, auf welche Weise man sich gegen seine gesundheitsschädigende Wirkung wappnet und welche Rolle die Homöopathie dabei übernimmt.

Text: Thomas Veser

Bilder: Thomas Hary, zVg

Ein Leben ohne Oberleitungen, Fernseher, Computer und WLAN würde die Vorstellungskraft glatt überfordern. Dass diese bahnbrechenden Erfindungen der Gesundheit nicht unbedingt zuträglich sind, wird hingegen oftmals deutlich unterschätzt. Sie verursachen kontinuierlich zunehmende Konzentrationen an Elektrosmog. Dieser besteht aus künstlich erzeugten elektromagnetischen Feldern in der Umgebung und stellt für Mensch und Umwelt eine dauerhafte Belastung dar.

«Elektrosmog ist mitverantwortlich für zahlreiche Erkrankungen, von Burn-out über ADHS und Multiple Sklerose bis hin zu Krebs.»

Elektrosmog mitverantwortlich für zahlreiche Erkrankungen

«Als das wohl gravierendste Problem unseres Zeitalters ist der Elektrosmog mitverantwortlich für zahlreiche Erkrankungen, von Burn-out über ADHS und Multiple

Sklerose bis hin zu Krebs», sagt Prof. Dr. med. Matthias Heiliger. Als CEO und Medical Director beim Unternehmen MHM Consultants GmbH in Kreuzlingen tätig, betreibt der gebürtige Aachener, der lange Zeit als Gynäkologe und Geburtshelfer gewirkt hat, dort seit 2006 eine Praxis für Komplementärmedizin.

Heiligers Aufmerksamkeit gilt in erster Linie den Zähnen, die mit den inneren Organen eng verbunden sind, dem Darm und den in sämtlichen Zellen vorhandenen Mitochondrien, da ihr Zustand das Wohlempfinden massgeblich beeinflusst. Mitochondrien, die sich am besten mit winzigen Zell-Kraftwerken vergleichen lassen, sorgen für die Energieproduktion. Dabei kommt Heiligers Ausführungen zufolge den im gesamten Organismus anzutreffenden Magnetiten mit der chemischen Formel Fe_3O_4 eine entscheidende Rolle zu: In Form achtförmiger Kristalle ausgebildet, richten sie sich auf das Erdmagnetfeld aus und beziehen so für das Überleben unabdingbare Energie.

Hindernisse für die normale Verstoffwechslung

«Die elektromagnetische Strahlung, die der Elektrosmog ausübt, kann diese Ausrichtung nicht nur durcheinanderbringen, sondern schlimmstenfalls regelrecht blockieren», sagt Matthias Heiliger. Mit der Zeit könne das zu einer Schwächung des Organismus beitragen und die normale Verstoffwechslung nachhaltig beeinträchtigen. Und darunter leide die Fähigkeit des menschlichen Körpers, von der Aussenwelt einwirkende Giftstoffe vor allem über die Leberfunktion abzubauen. Aber nicht nur Elektrosmog macht Heiliger für diese Beschwerden verantwortlich; auch die heute «weitverbreitete Gepflogenheit, sich metallene Piercings an allen möglichen Körperteilen zuzulegen», könne sich ungünstig auswirken, fügt er hinzu.

Was also tun? «Sich dem Elektrosmog völlig zu entziehen, ist heutzutage ein Ding der Unmöglichkeit», räumt der Arzt unumwunden ein. Als besonders anschauliches Beispiel nennt er Mitarbeitende der Finanz- und Versicherungsbranche, die einen grossen Teil des Arbeitstages vor Computern und mit Mobiltelefonen verbringen. «Wir sind aber alle mehr oder weniger kontaminiert», fügt er hinzu.

Dem Elektrosmog den Riegel schieben

Zuhause sei es empfehlenswert, sich einen Zentralschalter für alle elektronisch betriebenen Geräte zuzulegen, sein Handy auszuschalten und so während der Nachtruhe der Bildung von Elektrosmog einen Riegel zu schieben. Auch eine entsprechende Objektsanierung biete sich an, dabei ermitteln spezialisierte Unternehmen den Grad und die Ursache von E-Smog. «Allerdings kann das ziemlich teuer werden», warnt Heiliger.

«Wir sind alle mehr oder weniger kontaminiert.»

Bei Verdacht auf eine Kontaminierung durch E-Smog erstellt Heiliger eine Thermo-Regulations-Diagnostik, nachdem er mit den Patienten ein ausführliches Gespräch vor allem zur Ursachenabklärung geführt hat. «Liegen offenkundig Beschwerden vor, die sich nicht mit den Ansätzen der Komplementärmedizin lindern lassen, erfolgt die Überweisung an die Schulmedizin», stellt er klar.

Wenn sich eine homöopathische Vorgehensweise verbunden mit weiteren komplementärmedizinischen Massnahmen wie

z.B. die Thermoregulation ergeben, setzt Matthias Heiliger die gemeinsam mit dem Naturheilmittelhersteller Regena AG in Tägerwilen TG entwickelte und etwa vier Monate in Anspruch nehmende Therapie nach seinem Colon-Conceptum. Welche Organe dabei behandelt werden müssen, ermittelt der Arzt durch seine Thermo-Regulations-Diagnose, bei der er feststellt, wo genau die Körpertemperatur im Vergleich zum Normalwert durch eine Reizung der inneren Organe leicht erhöht ist. Individuell kann ein spezifisches Mittel, so auch bei Elektrosmogbelastung, von Regena eingesetzt werden.

Abschirmen, vermeiden und restaurieren

Die entsprechenden Präparate sind in jeder Apotheke und Drogerie ohne Rezept erhältlich. Wie es dem Körper gelingen kann, auf diese Weise seine Selbstheilungskräfte zu reaktivieren und die Krankheit «auszuheilen», umschreibt der Arzt mit den drei Buchstaben V-A-R für die Vermeidung von Elektrosmog, das gezielte Abschirmen und schliesslich die Restauration der Gesundheit. Um Rückfälle zu vermeiden, empfiehlt Matthias Heiliger eine komplette Umstellung der Ernährung, die Entgiftung des Körpers sowie ausreichend Entspannung, «denn das ist letztendlich für uns das Wichtigste im Leben».

Prof. Dr. med. Matthias Heiliger
MHM Consultants GmbH
CEO/GF/Medical Director
Bachstrasse 17 - Attika 52
CH-8280 Kreuzlingen
Tel. +41 71 670 01 02



REGENA AG
Poststrasse 32-36
CH-8274 Tägerwilen
Tel. +41 71 414 17 00
www.regena.ch



Das wichtigste an gesundem Liegen und gutem Schlaf ist die Unterlage, auf der man sich bettet – die Matratze und der Lattenrost. Im Handel wird eine Vielfalt an Produkten angeboten. Welche Schlaflösung die richtige ist, ist keine Geschmackssache, sondern schlichtweg eine Sache der persönlichen Anatomie. Um die Besonderheiten dieser zu entdecken, sichtbar zu machen und entsprechend die richtige Matratze auszuwählen, wurde der Wirbelscanner® entwickelt.

Medical Sleep – Schlafberatung durch Experten

Der Wirbelscanner® ist herstellerunabhängig – das bedeutet, die Messung zielt nicht darauf ab, Matratzen eines bestimmten Herstellers zu verkaufen, sondern die genau passende Matratze, unabhängig davon, von welchem Hersteller sie stammt.

Schon seit mehreren Jahren arbeitet die Schlafpunkt AG mit dem kleinen Handscanner, um für die Kunden das ideale Schlafsystem zu finden. Nun wurden zwei Mitarbeitende der Schlafpunkt AG – Jens Mayer und Cornelia Köck – an einer internationalen Hochschule für Physiotherapie ausgebildet. Somit hat sich Schlafpunkt als Medical-Sleep-Partner zertifiziert und ist mit Therapeuten, Ärzten und Gesundheitsdienstleistern vernetzt. Medical-Sleep-Partner sind Experten für Schlafprodukte wie Matratzen, Betten und Kissen und beraten ihre Kunden so, dass diese durch die geeignete Schlafunterlagen Gesundheit und Wohlbefinden steigern.

Wem kann eine Schlafberatung helfen?

Durch die richtige Lagerung des Körpers in der Nacht werden schlaf- und liegerelevante Gesundheitseinschränkungen präventiv beeinflusst. Bei vielen Beschwerden empfiehlt sich eine fachspezifisch abgestimm-

te Schlafunterlage, die Wohlbefinden und Lebensqualität deutlich verbessern kann:

- Pathologie
- Schmerzen in Rücken, Nacken, Schultern, Hüfte oder Gesäss
- Rückenerkrankungen
- Schultererkrankungen
- Hüft- und LWS-Erkrankungen
- Herz-Kreislaufprobleme (Herz, Venen)
- Atemprobleme, Schnarchen
- Verdauungstrakt und Reflux
- Schwangerschaft
- und weitere

Wie läuft eine solche Beratung ab?

Für die umfangreiche Beratung eines Paares wird ein Zeitfenster von zwei bis drei Stunden eingeplant. Zunächst beginnt der Schlafexperte mit einem Analysegespräch, in dem alle gesundheitlichen Aspekte und persönliche Bedürfnisse und Wünsche des Kunden erfasst werden. Anschliessend erfolgt eine erste Messung des Rückens mit dem Wirbelscanner®, die im Stehen durchgeführt wird. Dieser Scan ist übrigens strahlungsfrei und wird über der normalen Kleidung durchgeführt. Am Ende eines jeden Scans wird am Bildschirm ein dreidimensionales Bild der Wirbelsäule erstellt, auf dem etwaige Abweichungen und Verformungen zu erkennen sind. Die darauffolgenden Messungen werden

im Liegen auf verschiedenen Matratzen durchgeführt, die für den Kunden in Frage kommen könnten.

Bei Fragen rund um das Thema gesund schlafen steht Ihnen das Schlafpunkt-Team gerne beratend zur Seite. Für eine umfassende Expertenberatung wird eine Terminreservation empfohlen.



Schlafpunkt AG

Sulzerallee 65
8404 Winterthur Neuhegi
Tel 052 214 30 90

Schlafpunkt AG

Fürstenlandstrasse 179
9014 St. Gallen
Tel 071 278 21 76

info@schlafpunkt.ch
www.schlafpunkt.ch

Der Gesundheitsanbieter im Appenzellerland

Mit drei Betrieben in der wunderschönen Region des Appenzellerlandes zu Hause – der Spitalverbund AR ist der Gesundheitsanbieter für die Bevölkerung in der umliegenden Region. Mit seinem Angebot im Bereich der erweiterten medizinischen Grundversorgung in einer familiären Atmosphäre und mit dem Psychiatrischen Zentrum steht der Ausserrhoder Spitalverbund für eine funktionierende, erfolgreiche Gesundheitsversorgung, die Patientinnen und Patienten optimal begleitet.



Rund 900 Mitarbeitende sorgen für die beste Qualität und eine persönliche Atmosphäre, die Patientinnen und Patienten beim Gesundwerden optimal unterstützt. Die Departemente der beiden Akutspitäler in Herisau und in Heiden arbeiten überbetrieblich und sorgen so für eine optimale Qualitätssicherung, die direkt den Patientinnen und Patienten zu Gute kommt. Die medizinisch-psychiatrische Behandlung auf Basis des biopsychosozialen Modells, bei dem die Erkrankung als Störung der Körper-Seele-Einheit mit Auswirkungen auf den ganzen Lebenskontext eines betroffenen Menschen verstanden wird, erfolgt im Psychiatrischem Zentrum AR in Anlehnung an praxisbezogene Behandlungs- und Versorgungsleitlinien entsprechend den Kriterien evidenzbasierter Medizin.

Das Leistungsspektrum

Chirurgie

Im Departement Chirurgie stellen die Mitarbeitenden die chirurgische Grundversorgung sicher und arbeiten mit modernsten Operationstechniken und in einer konsequent interdisziplinären Ausrichtung. Der Einsatz von Laser oder schonenden, minimal-invasiven Operationstechniken und ein ständiger Dialog mit den Spezialisten bieten optimale Voraussetzungen für eine erfolgreiche Behandlung.

Innere Medizin

Im Departement Innere Medizin behandeln die Mitarbeitenden Menschen mit Krankheiten der Organe, Erkrankungen im Bauchraum und Thorax, Herz- und Kreislauferkrankungen, Stoffwechsel-, Gefäss- und Knochenerkrankungen, Nierenerkrankungen oder Krebsleiden. Das umfassende Angebot beinhaltet auch Behandlungen in der Tagesklinik, vielfältige Diagnostik- und Therapiemöglichkeiten sowie eine Überwachungsstation im Spital Heiden und eine Intensivstation im Spital Herisau.

Frauenklinik

Nebst der Geburtshilfe bieten die Frauenkliniken in den Spitälern in Heiden und in Herisau ein vielfältiges Sprechstunden-Angebot für alle gynäkologischen Behandlungen und Therapien. Im Zentrum stehen Frauen jeden Alters, die sowohl von konservativen als auch von operativen Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten vor Ort profitieren können.

Anästhesiologie, Pflege, MTTB

An beiden Standorten stehen eingespielte und kompetente Teams der Anästhesiologie, Pflege und MTTB zur Verfügung, deren Mitarbeitende eine weitere Grundlage für einen optimalen Genesungsprozess bilden.

Psychiatrisches Zentrum (PZA)

Das PZA behandelt und begleitet Menschen mit dem gesamten Spektrum psychiatrischer Erkrankungen wie Depressionen, Ängsten, Traumafolge- und Belastungsstörungen oder auch Abhängigkeitserkrankungen, Schizophrenien und Persönlichkeitsstörungen. Zudem verfügt das PZA über spezialisierte Einrichtungen in den Bereichen Psychotherapie und Alterspsychiatrie.

Inserate
frei