

04 Long Covid
Im Anfangstadium
des Lernens

20 Depression
Abwärtsspirale des
Denkens

42 Genetik
Genetic Counselors
für die Schweiz?



Fokus Gesundheit

Die LEADER-Sonderausgabe zur Spitzenmedizin in der Ostschweiz

Oktober 8/2021
Preis CHF 5.00

Inhalt



- 04 **Long Covid** Im Anfangsstadium des Lernens
- 08 **Politik** Regionale Versorgungsnetze im Wettbewerb um Patienten
- 10 **Bildung** Medizinstudium mit HSG-Stärken
- 16 **Digitalisierung** Auf dem Weg zum «Smart Hospital»
- 18 **Burnout** Wenn das innere Feuer erloschen ist
- 20 **Depression** Abwärtsspirale des Denkens
- 24 **Reha** Ganzheitliche Betrachtung als Erfolgsfaktor
- 28 **Geriatric** Den Kraftaufbau mit Trainingsgeräten fördern
- 32 **Personal** Fachwissen und Kompetenz
- 38 **Radiologie** Mit Künstlicher Intelligenz gegen Multiple Sklerose
- 42 **Genetik** Genetic Counselors auch für die Schweiz?
- 46 **Plastische Chirurgie** Humanitäre Verpflichtung
- 48 **Alkoholismus** Trinkverhalten ansprechen statt übersehen
- 54 **Diagnostik** Vom Labordienstleister zur diagnostischen Plattform

Fachlich und menschlich herausragend



Stephan Ziegler,
Chefredaktor
MetroComm AG

Gesundheit ist ein wichtiges Gut und wird deshalb stark nachgefragt. Die Herausforderung, die Gesundheitsversorgung so zu gestalten, dass sie funktioniert und dennoch bezahlbar bleibt, ist gross; das ist in erster Linie ein Tummelfeld für die Politik. Sie muss die Leitplanken für ein finanzierbares Gesundheitswesen stellen und manchmal auch unpopuläre Entscheidungen fällen – teilweise gegen starken Widerstand der Bevölkerung.

Die privaten Anbieter im Gesundheitsbereich hingegen sind in erster Linie als Unternehmen gefordert. Sie müssen besser sein als ihre Mitbewerber, sie buhlen um Patienten (also ihre Kunden), und sie müssen ihre Struktur und ihre Prozesse kostenbewusst optimieren. Darin unterscheidet sie kaum etwas von anderen Unternehmen. Gleichzeitig ist der Wettbewerb wohltuend für die Gesundheitskosten: Keine

Privatklinik kann es sich leisten, ungeachtet der Kosten zu arbeiten.

Patienten wiederum wollen professionell betreut und behandelt werden, sich aufgehoben und sicher fühlen. Kein Wunder, dass sich viele Anbieter an malerischer Lage ansiedeln, wo der Aufenthalt eher an Ferien als an einen Spital erinnert. Nicht nur deshalb ist die Ostschweiz reich an hervorragenden Gesundheitsinstitutionen: Selbst Menschen aus anderen Regionen entscheiden sich für Anbieter aus unserer Gegend, weil sie hier auch fachlich und menschlich herausragend behandelt werden.

Und: Wer sich hier behandeln lässt, konsumiert oft auch in der Region, erhält Besuch von ausserhalb und lernt die Ostschweiz kennen und schätzen – auch für die Zukunft. Eine starke Gesundheitslandschaft Ostschweiz ist also ein Wirtschaftsfaktor mit unschätzbbarer Wirkung. ■

Impressum LEADER-Sonderausgabe

Magazin LEADER, MetroComm AG, Bahnhofstrasse 8, CH-9000 St.Gallen, Tel. 071 272 80 50, Fax 071 272 80 51, leader@metrocomm.ch, www.leaderdigital.ch

Verleger: Natal Schnetzer | **Chefredaktor:** Stephan Ziegler, Dr. phil. I, sziegler@metrocomm.ch | **Autoren:** Stephan Ziegler, Thomas Vesper |

Fotografie: Marlies Thurnheer, Gian Kaufmann, Thomas Hary, 123rf, istockphoto, unsplash, zVg | **Herausgeberin, Redaktion und Verlag:** MetroComm AG, Bahnhofstrasse 8, CH-9000 St.Gallen, Tel. 071 272 80 50, Fax 071 272 80 51, www.leaderdigital.ch, www.metrocomm.ch, leader@metrocomm.ch |

Geschäftsleitung: Natal Schnetzer, nschnetzer@metrocomm.ch | **Verlags- und Anzeigenleitung:** Oliver Iten, oitent@metrocomm.ch | **MarketingService/**

Aboverwaltung: Fabienne Schnetzer, info@metrocomm.ch | **Abopreis:** Fr. 60.– für 18 Ausgaben | **Erscheinung:** Der LEADER erscheint 9× jährlich mit Ausgaben Januar/Februar, März, April, Mai, Juni, August, September, Oktober, November/Dezember, zusätzlich 9 Special-Ausgaben | **Gestaltung/Satz:** MetroComm AG, Doris Hollenstein Schwarz, dhollenstein@metrocomm.ch | **Produktion:** Ostschweiz Druck AG, Wittenbach. Die mit «Profil» gekennzeichneten Beiträge gelten als Sponsored Content.

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

Im Anfangsstadium des Lernens

Vor allem Müdigkeit, Kopfschmerzen und Husten zählen zu den häufigsten Beschwerden, die Personen nach einer überstandenen Covid-19-Infektion zu schaffen machen. Auch im Thurgau kämpft man gegen Long Covid.



Prof. Dr. med.
Robert Thurnheer:
Der Kampf gegen
Long Covid braucht
Begleitforschung.

Unter «Long Covid», wie die Langzeitfolgen gemäss Sprachregelung der Weltgesundheitsorganisation WHO genannt wird, leiden häufig Personen im mittleren Alter, Frauen sind nach den derzeitigen Erkenntnissen etwa doppelt so oft betroffen wie Männer. Nicht selten hatten unter den Langzeitfolgen leidende Menschen vor der Infektion bereits Vorerkrankungen wie etwa weichteilrheumatische Beschwerden. Long Covid dient inzwischen als Sammelbegriff für Symptome, die vier Wochen nach der Infektion immer noch nicht abgeklungen sind. Von Post Covid wird gesprochen, wenn sie länger als drei Monate fortbestehen.

Annähernd zehn Prozent der primär an Covid-19 Erkrankten leiden nach Auskunft von Prof. Dr. med. Robert Thurnheer, Lungenarzt und Internist

Chefarzt an der Inneren Medizin des Kantonsspitals Münsterlingen, zumindest unter einem anhaltenden Symptom. «Wenn sich solche Patientinnen und Patienten bei uns einfinden, fragen wir gezielt nach typischen Symptomen – in Anlehnung an eine universitäre Studie des Inselspitals Bern, die Langzeitfolgen von Covid-19 erforscht.»

Oftmals psychosomatische Ursachen

Wenn beispielsweise Atembeschwerden vorliegen, sucht man mit technischen Untersuchungen nach einer Lungenfunktionsstörung. Dann findet eine Lungenfunktionsprüfung statt. Bei funktionellen Einschränkungen folgt in der Regel ergänzend eine Lungen-Computertomografie (CT). «Falls sich kein ‚messbarer‘ Folgezustand an der Lunge finden lässt, folgt oft noch eine kardiologische Abklärung, etwa mit einer Herz-Echo-Untersuchung», fährt Thurnheer fort. Lasse sich auch damit keine somatische Schädigung nachweisen, sehe man sich als Arzt mit einer funktionellen und quantitativ schwer erfassbaren Störung konfrontiert.

Die eingeschränkte Belastbarkeit, manchmal verbunden mit Kopfschmerzen und Adynamie, lässt sich dann eher als Erschöpfbarkeit, «Fatigue» und Leistungsintoleranz beschreiben, was oft auch psychologische Folgen nach sich zieht. Hierzu bietet beispielsweise die Lungenliga Thurgau psychosoziale Hilfe bei der Krankheitsverarbeitung an. Weiterhin besteht die Möglichkeit, die für Covid-19 typischen Beschwerden mit physiotherapeutischer Unterstützung zu lindern. «Mittels der



Annähernd zehn Prozent der an Covid-19-Erkrankten leiden unter einem anhaltenden Symptom.

medizinischen Trainingstherapie MTT wird dann daraufhin gearbeitet, die körperliche Kondition so gut wie möglich wieder herzustellen», informiert Robert Thurnheer.

Long Covid: «Störung» oder eigenständige Krankheit?

«Eine Frage, mit der wir uns, aber auch die Sozialversicherungen sich künftig intensiv beschäftigen müssen, ist der Stellenwert von Long Covid als eigenständige Erkrankung oder als möglicherweise vorübergehende somatoforme, von psychologischen Aspekten mitbegünstigte Störung.» Als Beispiel dafür nennt der Arzt das Fibromyalgiesyndrom, auch Weichteilrheumatismus genannt. Für diese chronische Schmerzstörung sind somatische und psychische Faktoren mitverantwortlich. Wenn Long-Covid-Beschwerden trotz Eingliederungsmassnahmen und sämtlichen möglichen Behandlungen anhalten, können z.B. Rentenansprüche entstehen, für welche zurzeit noch unklar ist, wie diese versicherungsrechtlich in Zukunft eingestuft werden. Erschwerend komme hinzu, dass derzeit nur schwer einschätzbar sei, wie lange diese Beschwerden anhielten.

Bei der Bewältigung von Long-Covid-Schäden misst Robert Thurnheer den Hausärzten als erste Anlaufstelle eine besonders wichtige Rolle zu, das gelte insbesondere bei den leichteren Fällen. «Je mehr Patientinnen und Patienten mit schweren und länger anhaltenden Beschwerden sich jedoch melden, desto stärker sind Spezialisten und Gutachter gefragt», sagt er. Eine gezielte Begleitforschung sei beim Kampf gegen Long Covid unerlässlich. Derzeit hat der Schweizerische Nationalfonds keine Ausschreibung zu Long-Covid-Forschungsvorhaben geplant. Allerdings sei es möglich, zweimal jährlich auch für solche Projekte Fördergelder zu beantragen, wie der SNF mitteilt.

«Wir sind gegenwärtig noch im Anfangsstadium des Lernens», konstatiert Professor Thurnheer, der gewisse Parallelen zur HIV-Epidemie Anfang der 1980er-Jahre sieht. Dennoch bleibt er optimistisch: «Wenn nicht ständig neue Varianten weitere Viruswellen auslösen, bekommen wir auch Long Covid in den Griff.» ■

Rehabilitationsmarkt im Aufwind

Die Veränderungen in der Gesellschaft und auf dem Gesundheitsmarkt sind deutlich spürbar und teilweise schwierig zu handhaben; aber gerade deswegen bieten sie auch Chancen.

Dr. Till Hornung, seit gut sieben Jahren CEO der Kliniken Valens, spricht über die Entwicklung der Ostschweizer Klinikgruppe und der Rehabranche als Ganzes.

Till Hornung, seit 2014 sind Sie CEO der Kliniken Valens, und seit diesem Zeitpunkt haben sich die Kliniken Valens konsequent zu einem der grössten Rehabilitationsanbieter der Schweiz entwickelt. Ist Ihre Vision für die Klinikgruppe noch dieselbe wie damals? Und wie geht es weiter?

Wir haben 2014 eine neue Strategie für die Kliniken Valens entwickelt. Wir waren damals mit den beiden Standorten Valens und Walenstadtberg noch eine relativ kleine Klinikgruppe und haben uns als Vision vorgenommen, eine der führenden Einrichtungen im Bereich der Rehabilitation in der Schweiz mit internationaler Ausstrahlung sein zu wollen. Über die Jahre hat sich diese Vision tatsächlich bestätigt – und konnte im Rahmen unserer Strategieweiterentwicklungen stetig ausgebaut werden. Heute sind wir tatsächlich eine der führenden Gruppen, und haben mit unseren verschiedenen Standorten ein sehr gutes und umfassendes Rehabilitationsleistungsangebot. Bei allen Weiterentwicklungen ist unser Schwerpunkt aber weiterhin, dass wir uns intensiv mit klinisch-fachlichen Inhalten beschäftigen. Aus dieser inhaltlichen Stärke schöpfen wir auch als Spitalsgruppe viel Kraft. Wir wollen weiterhin an unserer Vision festhalten und uns auch weiterhin überlegen, was wir tun können, um gut zu bleiben und stetig besser werden zu können. Ich glaube, das ist das

wesentliche Element, aus dem sich viele Schritte der letzten Jahre ergeben haben, und aus dem sich auch in der Zukunft spannende Anschlussprojekte und Entwicklungsmöglichkeiten für die Kliniken Valens ergeben werden.

Sehen Sie für den Rehabilitationsmarkt als Ganzes eine ähnlich gute Entwicklung wie für Ihre Klinikgruppe? Immerhin ist der Rehamarkt nicht von Spitalschliessungen betroffen, so wie es bei vielen Akutspitälern der Fall ist.

Tatsächlich hat sich in der Rehabilitation sehr viel getan. Die Patienten sind komplexer geworden und kommen früher in die Reha. Diesen Trend haben nicht nur wir erkannt, auch andere Rehakliniken haben da mitgehen müssen, und das ist insgesamt sehr positiv für die Branche. Mit der älter werdenden Bevölkerung, der zunehmenden Multimorbidität und der kürzeren Verweildauer in den Akuthäusern wächst der Rehabedarf kontinuierlich. Spitalschliessungen werden also in der Rehawelt auch in den nächsten Jahren kein Thema sein. Jedenfalls, solange der Kostendruck nicht noch weiter zunimmt.

Auch die Nachfrage nach wohnortnaher und spitalnaher Reha ist spürbar steigend. Wie reagieren die Kliniken Valens, deren Rehasentren zwar in malerischer Landschaft, jedoch etwas abseits urbaner Wohngegenden liegen?

Das ist in der Tat ein wichtiger Faktor. Wir sehen zunehmend Patientinnen und Patienten, die einen hohen Pflegebedarf haben. Diese Patienten sind häufig aufgrund ihrer weiterführenden Diagnostik oder Akutinterventionen noch nicht so gut dafür geeignet, in einen dezentralen Rehasstandort ver-



Till Hornung: Der Rehabedarf wächst kontinuierlich.

legt zu werden. Sie profitieren davon, wenn sie in der Nähe eines Akutspitals bleiben können. Deshalb werden Akutspitäler und Rehakliniken noch weiter zusammenwachsen. Das tun sie im Übrigen aktuell in Zürich: Mit unserem Projekt einer Rehaklinik auf dem Triemli-Areal sind wir sehr weit, ein solches Modell erfolgreich in Zürich zu implementieren. Und auch in Chur werden wir die spital- und wohnortnahe Reha weiter ausbauen.

Welchen Einfluss hat die Corona-Pandemie auf die Kliniken Valens? Kann man der Pandemie aus unternehmerischer Sicht auch etwas Positives abgewinnen?

Die Corona-Pandemie hat das Unternehmen ordentlich durchgeschüttelt. Allerdings: Aus jeder Krise kann man durchaus auch Positives mitnehmen. Wir haben lernen müssen, noch enger zusammenzuarbeiten, und wir waren gezwungen, schnell Lösungen zu finden. Man kann also sagen, dass die Pandemie die Organisation trainiert hat und wir an Agilität gewonnen haben. Den Kantonen wiederum konnten wir zeigen, dass wir uns in der Krise nicht zurückziehen, sondern ein echter Baustein für die Lösung von Problemen sind. Zeitweise haben wir bis zu 30 Patienten auf eigens eingerichteten Covid-Isolierstationen betreut, teilweise mit enormen Lungenproblemen. Und auch bei Post- und Long-Covid haben wir schnell reagiert, Konzepte entwickelt und diese umgesetzt. Das al-

les hat dazu beigetragen, dass es uns wirtschaftlich nicht so sehr getroffen hat wie andere Spitalunternehmen.

Am Schluss noch eine persönliche Frage: Was begeistert Sie tagtäglich aufs Neue?

Was mich immer schon begeistert hat, ist, dass wir in unserer Gruppe wirklich sehr gute Leute haben. Hochkompetent, und dabei mit viel Herz. Ich sehe hier überproportional viele Mitarbeitende, die wirklich viel draufhaben und fortlaufend Impulse bringen. Genau das macht uns erfolgreich. Ich bin jetzt in meinem achten Jahr bei den Kliniken Valens und meine Begeisterung für diese Klinikgruppe und ihre Menschen wächst mit jeder neuen Herausforderung, die wir gemeinsam meistern. ■

Zur Person

Till Hornung (50), lebt mit seiner Familie in Buchs. Seit 2014 ist er CEO der Kliniken Valens, vorher Geschäftsführer der Vorarlberger Landeskrankenhäuser.

Ausbildung: Dr. med, Gesundheitsökonom, MBA.

Freizeitaktivitäten: Musik und Gesang, Golf, Kraft- und Ausdauersport.

Regionale Versorgungsnetze im Wettbewerb um Patienten

Professor Tilman Slembeck ist HSG-Dozent und leitet an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) das Ökonomen-Team der School of Management and Law. Er fordert ein umfassendes Gesundheitsgesetz.

Tilman Slembeck, Ihren Schätzungen nach steigen die Kosten für das Schweizer Gesundheitssystem um drei bis vier Prozent pro Jahr. Welcher Bereich ist am stärksten betroffen?

Diese durchschnittliche Zunahme konnte in den letzten 20 Jahren beobachtet werden und hat sich in den letzten Jahren leicht verringert. Der Kostenanstieg betrifft vor allem die ambulant durchgeführten Eingriffe bei Patienten, die nicht über Nacht im Spital verbleiben. Dahinter steckt eine politische Steuerung, weil damit die Kassen entlastet werden, sofern die stationären Leistungen entsprechend verringert werden.

Wäre es nicht denkbar, dass in nicht allzu ferner Zukunft ein Gesundheitsgesetz zustande kommt, worin Ziele, Mittel und Grenzen verbindlich festgelegt sind?

Dafür habe ich immer wieder plädiert. Ein solches Gesetz wäre ein grosser Wurf, der Ziele und Leit-

planken für die weitere Entwicklung des Gesundheitssystems in vielen Bereichen, wie etwa der Langzeitpflege, vorgibt. Stattdessen bewegen wir uns jedoch mit kleinen Schritten. Die Schweizer Politik beschäftigt sich viel lieber mit den zahlreichen Kleinbaustellen, anstatt endlich eine grundsätzliche Revision des Gesundheitswesens anzupacken.

Sie machen die Kantone für eine grosse Ineffizienz des Gesundheitssystems verantwortlich. Welche Rolle sollten sie im Sinne einer Effizienzsteigerung übernehmen?

In der Tat haben die Kantone im Gesundheitswesen sehr viele Hüte auf: Sie planen, betreiben, regulieren und finanzieren im Spitalbereich, wodurch sich viele Rollenkonflikte ergeben. Dies führt zu Ineffizienz und lässt sich nur dadurch beheben, dass die Kantone einige ihrer Funktionen aufgeben. Sinnvoll wäre die Weiterführung der Aufsichtsfunktion, aber die übrigen Aufgaben sollten sie abgeben.



Tilman Slembeck:
Grosser Wurf
statt kleine Schritte.

Sie haben die Bildung von Versorgungsnetzwerken angeregt. Wie sollen diese aufgebaut sein und welche Vorteile versprechen Sie sich davon?

Dieses Konzept sieht die Schaffung regionaler Versorgungsräume vor, in denen Netzwerke von Ärzten, Versicherungen oder anderen Investoren ein umfassendes Angebot für Patienten gewährleisten. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, wie man solche Versorgungsräume organisieren kann. Spitäler können dabei entweder selbstständig bleiben und mit den Netzwerken Verträge aushandeln oder auch Eigentum eines solchen Netzwerkes werden. Das oberste Ziel ist es, dass die Netzwerke möglichst attraktive Leistungen für die Patienten anbieten und untereinander in einen Wettbewerb treten.

Wie könnte eine solche Versorgungsregion im Fall der Ostschweiz aussehen?

Bei der Bildung einer Versorgungsregion, muss man sich am Patientenverhalten orientieren. Wohin gehen die Leute, um sich behandeln zu lassen? Nehmen wir Appenzell-Innerrhoden. Nur etwa ein Drittel der Leistungen wird derzeit im Kanton selbst erbracht, zwei Drittel der Leistungen werden von Nachbarkantonen bezogen. Patientenströme

«Die Schweizer Politik beschäftigt sich lieber mit zahlreichen Kleinbaustellen.»

sind also schon heute kantonsübergreifend. Für die Ostschweiz würde sich die Schaffung einer Versorgungsregion anbieten, die neben St.Gallen, dem Thurgau, den beiden Appenzell auch Graubünden und Glarus umfasst. Sinnvoll wäre es auch, das Fürstentum Liechtenstein einzubeziehen.

Welche Überlebenschancen habe kleine Spitäler in der Ostschweiz?

Kleinspitäler werden früher oder später «von selbst» schliessen, da die Patienten abwandern und sie kaum noch qualifiziertes Personal finden. Die geplante Umwandlung in Gesundheitszentren, die auch gemeinsam mit der niedergelassenen Ärzteschaft betrieben werden, ist der richtige Weg. Besonders wichtig ist, dass ein hervorragender Rettungs- und Notfalldienst gewährleistet bleibt. ■



Medizinstudium mit HSG-Stärken



Waren zum Auftakt des neuen HSG-Studienganges «Joint Medical Master» im Wintersemester des Vorjahres 26 Studenten eingeschrieben, beläuft sich ihre Zahl in diesem Wintersemester auf knapp drei Dutzend, Tendenz steigend.

Alexander Geissler: «Die in der Grundversorgung tätigen Ostschweizer Ärzte sind zu 50 Prozent über 55 Jahre alt.»

Zuvor hatten sie an der Universität Zürich, die sich mit der Universität St.Gallen und dem hiesigen Kantonsspital auf einen Kooperationsvertrag verständigt hatte, das dreijährige medizinische Grundstudium mit dem Bachelor-Diplom beendet. Nach der erfolgreichen Bewältigung des ebenfalls dreijährigen Hauptstudiums an der «School of Medicine» (Med-HSG) wird das Studium mit einem gemeinsamen Diplom (Joint degree) abgeschlossen.

«Institut mbA»

Seit Anfang 2020 leitet Prof. Dr. Alexander Geissler als Akademischer Direktor und Lehrstuhlinhaber für Management im Gesundheitswesen an der Universität St.Gallen die Med-HSG an der St.Jakobsstrasse 21. Der aus Deutschland stammende Wirtschaftsingenieur beschäftigt sich vorrangig mit Gesundheitsökonomie, Versorgungsforschung sowie Gesundheitssystemforschung. Er war massgeblich am Aufbau der School of Medicine und der Entwicklung des Masterstudiengangs beteiligt.

Ein kantonaler Volksentscheid zum vorgesehenen Master-Studiengang hatte 2018 gezeigt, dass die überwiegende Zahl der Stimmberechtigten die Schaffung eines HSG-Medizinstudiums begrüsst. In der ersten Betriebsphase von 2020 bis 2023 sind 17 Millionen Franken vorgesehen, wovon 3,6 Millionen Franken der Bund beisteuert. «Eine neue Medizinfakultät kam allerdings nicht infrage.

Die School of Medicine firmiert als Institut mit besonderem Auftrag», erklärt Alexander Geissler.

Mit Bestnoten nach St.Gallen

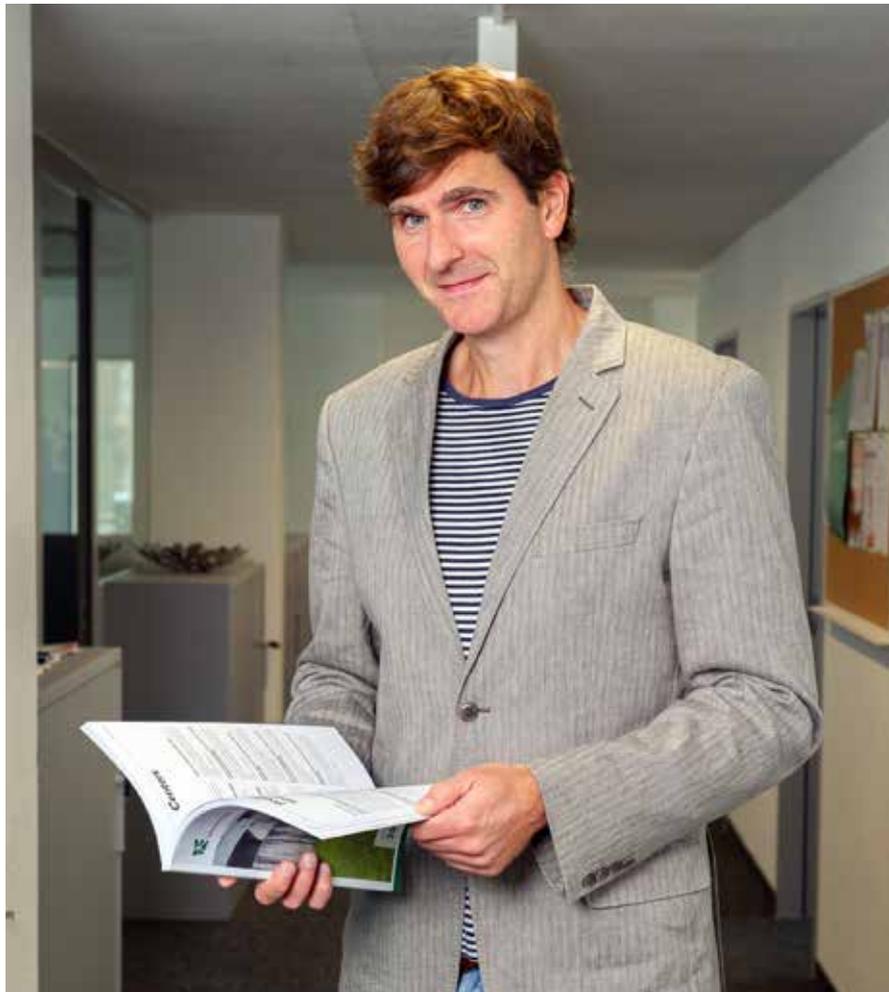
Wer in Zürich das BA-Grundstudium beginnt, muss sich gleich zu Beginn entscheiden, an welcher anderen Universität der Schweiz er nach dreijährigem Studium den Master-Abschluss erwerben will. St.Gallen scheint bereits jetzt schon so beliebt zu sein, dass es mehr Anmeldungen als MA-Studiplätze gab und die verfügbaren Plätze über einen Eignungstest vergeben wurden.

Wie der Masterstudiengang in St.Gallen verläuft, schildert Geissler so: Während im ersten Jahr vor allem klinische Kurse aller Art vorgesehen sind, folgt ein einjähriges Praktikum in verschiedenen Kliniken und Hausarztpraxen, «man ist da ziemlich frei in der Zusammenstellung des Praktikums». Die vorgesehenen klinische Kurse am Patientenbett seien ausgesprochen praxisorientiert. Im dritten Jahr schliesslich wird das erworbene Wissen vertieft, erweitert und verknüpft, damit die Studenten optimal auf das Staatsexamen vorbereitet sind.

«Im HSG-Masterstudiengang werden inhaltlich und didaktisch neue Wege beschritten», fährt er fort. Als vorrangig bezeichnet Geissler das verstärkte Lernen in Kleingruppen entlang definierter Fallkonstellationen, «wir wollen deutlich vom Frontalunterricht weg».

«Die Zukunft der Medizin ist weiblich»

Wie sich die bekannten HSG-Stärken – Ökonomie, Recht und Management – mit dem neuen Lehrgang verknüpfen lassen, habe man von Anfang an als wichtiges Anliegen betrachtet. «Eines der >>



Alexander Geissler: «Während im ersten Jahr vor allem klinische Kurse vorgesehen sind, folgt ein einjähriges Praktikum in Kliniken und Praxen.»

Weiterhin beschäftigen sich die Studenten mit der Frage, wie die durch verschiedene Fachjargons der einzelnen Bereiche im Gesundheitssektor hervorgerufenen Kommunikationshürden überwunden werden können. «Solche Probleme zeigen sich nicht zuletzt im Austausch zwischen ärztlichem und pflegerischem Personal», gibt Alexander Geissler zu bedenken.

In welchem Mass die Medizin-Ausbildung an der HSG wie allgemein erhofft dazu beiträgt, dass künftig mehr Absolventen in der Ostschweiz ihre Tätigkeit aufnehmen, kann auch Geissler derzeit nicht einschätzen. Auf jeden Fall herrsche Handlungsbedarf: «Die in der Grundversorgung tätigen Ostschweizer Ärzte sind zu 50 Prozent über 55 Jahre alt. Wir brauchen dringend frische Kräfte, gestärkt für die Herausforderungen von Morgen», konstatiert er. Dass die Masterklassen derzeit zu über 75 Prozent aus Frauen bestehen, nimmt Alexander Geissler mit Genugtuung zur Kenntnis: «Ich gehe davon aus, dass die Zukunft der Medizin weiblich ist». ■

>> wichtigsten Themen für den Arzt von morgen ist die Digitalisierung», sagt Alexander Geissler. Aber auch Fragen des medizinischen Rechts im Umgang mit Patienten, Aspekte des medizini-

schen Managements, etwa auf dem Gebiet der Finanzierung, und die Funktionsweise von Gesundheitssystemen stehen seinen Worten nach im Vordergrund.

Anzeige

MiSANTO
your health in your pocket

MiSANTO - your health in your pocket - ist das führende Telemedizinunternehmen, welches medizinische Dienstleistungen zur Eindämmung der COVID-Pandemie in der Schweiz erbringt. MiSANTO übernimmt dabei ganze Prozessketten von A - Z (Anmeldung bis Zertifikat), sowohl beim Impfen als auch beim Testen. Die Anmeldungen erfolgen über die eigens dafür entwickelte COVID-19 Self-Service Plattform.

Bürger, Kantone und Firmen zählen zu unseren Kunden.

Als Pionier in der Digitalisierung der Medizin bietet MiSANTO auf seiner App einen kostenlosen Symptomchecker und einen kassenpflichtigen Chat an. Das Testergebnis, den Impfausweis und sogar die gesamte Krankenakte sind auf der App immer dabei.





MiSANTO AG
Bahnhofplatz 68
8500 Frauenfeld
www.misanto.ch



Mit Elektrostatik gegen Schmerzen

Mit der Elosan-Kabine können Schmerzen dank Elektrostatik deutlich verringert werden. Seit Mai 2021 wird die neue Therapie auch im Thurgau angeboten.



Die Elosan-Kabine



Alois Bischof,
CEO der Elosan AG



Anja Hussong,
Inhaberin der
Konzentriert GmbH

berichten von deutlichen Verringerungen ihrer Schmerzen und dadurch weniger Einnahme von Medikamenten», freut sich Inhaberin Anja Hussong. Auch erholsameren Schlaf oder bessere Verdauung erhielt sie als Feedback auf die Elosan-Therapie. «Die meisten bestätigen neben der Schmerzlinderung eine Verbesserung ihrer Lebensqualität.»

Die Elosan-Behandlung findet ein- bis zweimal wöchentlich für 20 Minuten statt, wird insgesamt achtmal durchgeführt und ist völlig schmerzfrei. Weitere Informationen sowie Terminvereinbarung unter www.elosan-weinfeld.ch

Etwa jeder sechste Mensch in der Schweiz leidet unter akuten oder wiederkehrenden Schmerzen. Die Elosan AG aus Grabs SG hat deshalb eine Kabine entwickelt, in der man elektrostatisch aufgeladen und wieder entladen wird. In einer Studie mit chronischen Schmerzpatienten, die in Kliniken der Schweiz durchgeführt wurde, konnten signifikante Verbesserungen bezogen auf die individuell empfundenen Schmerzen erzielt werden. «Die Elosan-Kabine wurde 2020 als Medizinprodukt der Klasse IIa zugelassen», sagt Elosan-CEO Alois Bischof.

In der Kabine wird über einen Handgriff eine elektrostatische Ladung auf den Patienten oder die Patientin geleitet. «Die Elosan-Therapie kann helfen chronische, insbesondere weichteilrheumatische und diffus ausstrahlende Schmerzen zu reduzieren oder beseitigen», so Alois Bischof. Typische Anwendungsgebiete sind Rücken-, Kopf-, rheumatische, neuropathische, degenerative und Phantomschmerzen.

Seit Mai 2021 bietet die Praxis Konzentriert GmbH aus Weinfeldern exklusiv im Thurgau Behandlungen in der Elosan-Kabine an. «Viele Benutzer/Innen

Auch diese Kliniken und Praxen bieten die elektrostatische Schmerztherapie von Elosan an:

- Spital Emmental Burgdorf, Schmerzzentrum, 3400 Burgdorf (Dr. med. Thomas Böhlen)
- Rheumapraxis Cham Zug, Dorfplatz 1, 6330 Cham (Dr. med. Achim T. Braun)
- Centro Ortho-Bio-Med, 6535 Roveredo (Dr. med. Olaf Kuhnke)
- Medizinisches Zentrum, Grand Hotel Bad Ragaz AG, 7310 Bad Ragaz (Dr. med. Wolfgang Thies und Dr. med. Christian Schlegel)
- Orthopädische Schmerztherapie Zürich, 8003 Zürich (Facharzt FMH Matthias K.E. Joseph)
- Schulthess Klinik, 8008 Zürich (Dr. med. Stephan Steinhauser)
- Zentrum für Neurochirurgie Hirslanden, 9016 St.Gallen (Dr. med. Petra Hoederath)

www.elosan.com



Chefarzt PD Dr. med. Frédéric Baumann links) mit Behim Murati beim Durchführen einer PTA im modernen Hybrid-Operationsaal des Spitals Schiers.

Moderne Gefässmedizin im Spital Schiers

Gefässerkrankungen sind weit verbreitet. Dies als Folge unseres Lebensstils und unserer demografischen Entwicklung.

Das Spektrum von Gefässerkrankungen ist breit und beinhaltet: Pathologien von Arterien (Schlagadern), Venen (Blutadern) und Lymphgefässe. Die alltäglichen Krankheitsbilder sind oft auf eine Kombination verschiedener Gefässpathologien zurückzuführen. Deshalb ist eine enge, interdisziplinäre Zusammenarbeit sehr wichtig für eine optimale Behandlungsstrategie und ein zufriedenstellendes Resultat.

Diese Ideologie wollen wir im Rahmen unseres Angioviva-Netzwerks vorleben. Einerseits mit dem Ziel, an verschiedenen Standorten «vor Ort» eine solide gefässmedizinische Betreuung anzubieten, andererseits das interdisziplinäre Miteinander. Unser Team besteht aus Angiologen mit verschiedenen Kernkompetenzen (u. a. Lymphologie, Wundversorgung, kathetertechnische Behandlung von Arterien-/Venenerkrankungen, minimal-invasive und chirurgische Behandlung von Krampfadern).

Als Hub dient uns das Spital Schiers mit einer top-modernen Infrastruktur und einem aufgestellten Team mit familiärem Ambiente.

Spital Schiers

www.flurystiftung.ch
www.angioviva.com

FLURYSTIFTUNG 
SPITAL SCHIERS

Arterienerkrankungen

Arterienerkrankungen sind häufig auf eine Durchblutungsstörung als Folge von Atherosklerose (Verkalkungen) zurückzuführen. Wichtig ist, Arterienerkrankungen rechtzeitig zu entdecken, um mit Medikamenten und Anpassungen im Lebensstil frühzeitig dem Voranschreiten entgegenwirken und Komplikationen vorbeugen zu können. Falls nötig können Durchblutungsstörungen durch eine minimal-invasive Kathethertherapie oder eine Gefäss-Operation behandelt werden mit dem Ziel, die Durchblutung wieder herzustellen.

Zu den wichtigsten Risikofaktoren für Arterienerkrankungen zählen: Alter, erhöhter Blutdruck, erhöhtes Cholesterin, Nikotin und die familiäre Vorbelastung. Bei Vorhandensein einer Arterienerkrankung ist eine Optimierung dieser Risikofaktoren (z.B. medikamentöse Blutdruck-Einstellung) wichtig.

Zu den häufigsten Arterienerkrankungen zählen die periphere arterielle Verschlusskrankheit (PAVK) – im Volksmund oft als «Raucherbein» benannt. Dabei kommt es zu einer Durchblutungsstörung der Beinarterien, was Schmerzen bei Belastung (Gehen), im fortgeschrittenen Stadium aber auch Schmerzen in Ruhe (s. Fallbeispiel) bereiten kann. Neben der PAVK können sich Arterienerkrankungen auch an den Halsschlagadern, Bauchgefässen, Arterien sowie an den inneren Beckenarterien manifestieren. Je nach Gefässbefall können die Symptome variieren. Insbesondere die Durchblutungsstörung von den peniszuführenden Gefässe können für Männer ein grosses Problem darstellen – Erektionsprobleme.

Venenerkrankungen

Die wichtigsten Venenerkrankungen sind die Thrombose (Gerinnsel) und die Varikosis (Krampfadern). Bei der Thrombose kommt es zu einem gestörten Venenabstrom als Folge von verstopften Venen (bedingt durch das Gerinnsel), was zu einer Schwellung der betroffenen Extremität führt. Die Gerinnsel können potenziell verschleppt werden und eine Lungenembolie verursachen. Entsprechend stellt die Thrombose einen Notfall dar und gehört zeitnah abgeklärt, was mittels Ultraschall erfolgt. Auch bei Krampfadern kommt es zu einem gestörten Venenabstrom. Hier sind aber nicht verstopfte Venen, sondern undichte Venenklappen die Ursache.

Lymphkrankungen/Lymphoedem

Die Lymphgefässe sind für den Transport von Gewebeflüssigkeit (lat. lymph = klares Wasser) zurück in die Blutgefässe verantwortlich. Dabei passiert die Lymphflüssigkeit die Lymphknoten, welche die Lymphe auf schädliche Stoffe (Erreger, Bakterien etc.) untersuchen und für die Bekämpfung von Infektionen mitverantwortlich sind.

Das Lymphoedem stellt die häufigste Lymphkrankung dar. Dabei kommt es zu einer Schwellung durch Stauung von Lymphflüssigkeit. Das Lymphoedem lässt sich leider nicht behandeln. Durch eine korrekte Diagnosestellung und Anwendung verschiedener Massnahmen können das Voranschreiten und die Schwellung des Lymphoedems aber optimiert werden.

An unseren verschiedenen Standorten bieten wir das gesamte Spektrum der gefässmedizinischen Diagnostik an, u.a. auch Spezialsprechstunden für Lymphologie und erektile Dysfunktion. ■

Fallbeispiel

Ein 63-jähriger Herr hat sich im Spital Schiers mit einem akut aufgetretenen kühlen, schmerzhaften Bein rechts präsentiert. Weiter zeigt sich bei der klinischen Untersuchung an der dritten Zehe eine Läsion. Pulse sind am Fuss keine zu spüren und die Kontrolle der Durchblutungsverhältnisse am Bein rechts zeigt eine deutlich eingeschränkte Ruheperfusion ab der Kniekehle. Diagnose: akute Beinischämie. Ursache: Verschluss der Kniekehlenarterie.

In unserem modernen Hybrid-Saal im Spital Schiers konnte der Patient kurze Zeit später mittels eines minimal-invasiven Kathetereingriffs von seinen Schmerzen befreit werden. Mittels eines Absaugkatheters ist es uns gelungen, die Gerinnsel zu entfernen und die Beindurchblutung wieder herzustellen. Dank des minimal-invasiven Kathetereingriffs ohne Schnitt, sondern nur durch ein kleines Loch in der Schlagader auf Höhe der Leiste war es



1. Verschlussene A. poplitea (Kniekehlenarterie) – kein durchgehender Blutfluss (schwarz)



2. Thrombus-Material, das mittels eines Aspirationskatheters (Absaugkatheter) aus der A. poplitea entfernt werden konnte.



3. Abschlussbild mit wiedereröffneter A. poplitea

uns möglich, den Patienten am Folgetag mit warmem Fuss wieder nach Hause zu entlassen. Fortführende Einschränkungen bestanden nicht und auch die Wunde an der Zehe zeigte dank der verbesserten Durchblutung rasch einen abheilenden Verlauf.

Auf dem Weg zum «Smart Hospital»

Wie rasant sich die Welt dank Internet fortwährend verändert, ist in jüngster Zeit nicht zuletzt durch Neuerungen im Gesundheitsbereich sinnfällig geworden. Diesen dürfen sich auch Kleinspitäler nicht verschliessen.



Urs Cadruvi: «Für Kleinspitäler verbessern sich die Zukunftsperspektiven, wenn sie sich zu kooperativen Smart-Hospitals entwickeln.»

«Digitale Technologien unterstützen uns bei unseren Bemühungen, fit zu bleiben und auf der Grundlage von Gen-Analysen Erbkrankheiten vorzubeugen», betont Urs Cadruvi, Spitaldirektor der gemeinnützigen Flury Stiftung, in deren Trägerschaft sich ausser dem Spital Schiers auch Wohnungen mit Betreuungsangebot sowie eine Kinderkrippe befinden.

Robotik, Genterapie und Telemedizin eröffnen seinen Worten zufolge neue Perspektiven für die Behandlung und Pflege Erkrankter. Digitale Hilfen verringerten den Betreuungsaufwand für zuhause lebender Senioren und Apps ermöglichten virtuelle Sprechstunden ohne lange Anfahrtswege und Wartezeiten. «Bis diese Szenarien Wirklichkeit

sind, muss noch ein weiter Weg bewältigt werden», schränkt der diplomierte Betriebsökonom aus Graubünden ein.

Heute beträgt die Zahl der über 65-Jährigen in der Schweiz 2,7 Millionen Personen. «Und der Anteil an chronisch und mehrfach erkrankten Menschen wird weiter stark zunehmen.»

Zentrumsspitäler in der Zwickmühle

Solange ein Spital in der Lage sei, bezahlbare und qualitativ hochwertige Dienstleistungen anzubieten, gebe es keinen Grund, Konkurrenz durch ein anderes Spital in der näheren Umgebung zu befürchten. «Problematisch sind vielmehr die Veränderung des traditionellen Geschäftsmodells der Gesundheitsbranche durch die fortschreitende Digitalisierung – und die Gefahr, den Anschluss daran zu verpassen». Als Beispiel nennt Urs Cadruvi die Telemedizin, die zwar schon seit geraumer Zeit Realität sei: Aber erst, wenn die telemedizinisch erbrachte Leistung der Ärzte einfach über die Krankenkasse abgerechnet werden kann, «wird Telemedizin auch in der Schweiz kein Fremdwort mehr sein», glaubt er.

Und wie wirkt sich der digitale Wandel künftig auf die Überlebensfähigkeit kleinerer Spitäler aus? Cadruvi verweist zunächst auf einen wichtigen Unterschied zwischen Kleinspitälern und mittelgrossen Zentrumsspitalern. Letztere seien oftmals zu gross und zu behäbig, um sich mit einer konse-





quent betriebenen Unternehmensstrategie zeitnah Veränderungen anzupassen. Im Vergleich zu den grossen Universitätsspitalern wiederum seien sie zu klein, um mit diesen mithalten zu können. «Sie befinden sich in einer Zwickmühle». Dieses Dilemma bleibe kleineren Spitälern in der Regel erspart, fährt Urs Cadruvi fort. «Für Kleinspitäler verbessern sich die Zukunftsperspektiven, wenn sie beschliessen, sich zu kooperativen Smart-Hospitals als Teil eines integrierten Gesundheitsversorgers zu entwickeln», bekräftigt er.

Unter «Smart Hospital» versteht man ein digital vernetztes Spital, das beispielsweise mittels «Wearables» – am Körper getragene Computertechnologien wie Smartwatch oder Datenbrille –, Künstlicher Intelligenz sowie Digital-Health-Anwendungen (Gesundheits-Apps), Patientendaten unkompliziert messen und screenen kann.

Grundversorgung alleine reicht nicht mehr

Kümmern sie jedoch weiterhin um die meist als Kernauftrag kleiner Spitäler festgeschriebenen Grundversorgung, «sind ihre Tage gezählt, denn so können sie nicht überleben, die aktuellen Tarife sind nicht kostendeckend», sagt Cadruvi.

Die nötige umfassende Digitalisierung sollte bei einer vollautomatisierten Logistik beginnen und sich ohne Medienbrüche bis zu den Patienten- und Behandlungsprozessen erstrecken. Dabei sei darauf zu achten, dass dieselben Daten nicht mehr

als einmal erfasst werden und jederzeit verfügbar sind. «Davon sind jedoch wahrscheinlich fast alle Spitäler in der Schweiz noch meilenweit entfernt», konstatiert Cadruvi.

Denn hierzu sei ein Klinikinformationssystem erforderlich, das sich weder mittlere Zentrumsspitäler noch kleinere Spitäler alleine leisten könnten. Diese Hürde könne durch weitläufige Kooperationen in allen Bereichen überwunden werden, dazu zählen Cadruvis Ausführungen zufolge Einkaufs- und Logistikgemeinschaften sowie Plattformen, die erlauben, dieselben Software-Systeme gemeinsam zu nutzen. Auch die meisten Supportlösungen können demnach von mehreren Spitälern gemeinsam organisiert und geteilt werden. «Wenn für medizinische und auch andere Spezialgebiete Kompetenzen auf unterschiedliche Standorte verteilt werden, könnten sogar Partnerschaften auf Augenhöhe entstehen», glaubt Cadruvi.

Kommen solche Kooperationen zustande, ergeben sich für alle Beteiligten nicht nur gute Chancen, zukünftig die Kosten für IT und Digitalisierung zu bewältigen, sondern auch dem Fachkräftemangel im Gesundheitssektor entgegenzuwirken, da die Dienste spezialisierter Fachkräfte für mehrere Partner nutzbar werden. «Damit der Wandel möglich wird, brauchen Spitäler neben kreativen Lösungen zukünftig eine Unternehmenskultur, die Veränderung fördert und zulässt», resümiert Urs Cadruvi. ■



Wenn das innere Feuer erloschen ist

Am Fuss des fast 3000 Meter hohen Ausichtsberges Piz Beverin erheben sich zwischen den Orten Reichenau und Thusis in einer Parkanlage die Gebäude der Klinik Beverin Casis. Die Umgebung hilft mit, Burnouts und Erschöpfungen erfolgreich zu therapieren.



In der Kreativtherapie kann man zwischen Musik, Malen und Werken wählen.

In den denkmalgeschützten Gebäuden des 1919 eröffneten Spitals befindet sich seit zehn Jahren die Privatklinik Mentalva mit dem Schwerpunkt Psychotherapie und komplementärmedizinische Methoden, den die psychiatrischen Dienste Graubünden für die Behandlung von Patienten mit psychischen und psychosomatischen Problemen geschaffen haben.

Zu den dort behandelten Beschwerden zählen neben Tinnitus, Depressionen, Schmerzen, Persönlichkeitsstörungen, Angst/Panik auch Schizophrenie und Burnout sowie Erschöpfungszustände. «Besonders Patienten mit Burnout-Symptomen suchen bei uns derzeit Hilfe», berichtet der Psychiater und stellvertretende Chefarzt Dr. med. Enrico Frigg. Burnout sei zwar keine offizielle Diagnose, äussere sich jedoch in Form affektiver Störungen, die sich als Erschöpfungsdepression zeige, fährt Frigg fort.

Einzelgespräche und Gruppenaustausch

Das zwei Dutzend Fachkräfte umfassende Gesamtteam setzt sich zusammen aus drei Ärzten, Pflegepersonen sowie Therapeuten. Neben 15 modernen Einzelzimmern verfügt Mentalva über zwei Suiten mit gehobenem Standard. Maximal 17 Patienten können gleichzeitig behandelt werden; sie stammen überwiegend aus der Schweiz. Für den Aufenthalt in der Suite entrichten sie einen Zuschlag. «Da die Schweiz puncto Gesundheit einen guten Ruf hat, melden sich auch immer wieder Patienten aus arabischen Ländern oder Russland an, oftmals entscheiden sie sich für eine der Suiten», ergänzt Enrico Frigg.

Im Schnitt dauert eine Therapie sieben bis acht Wochen. Während der Ankommensphase machen sich die Patienten mit den verschiedenen Therapieangeboten vertraut, sodann wird Friggs Worten zufolge ein Behandlungsplan zusammengestellt. Neben psychotherapeutischen Einzelgesprächen zweimal die Woche findet auch ein Austausch in Gruppen statt. Einmal wöchentlich ermittelt das gesamte Team, inwieweit mit den angewandten Methoden Fortschritte bei der Behandlung des jeweiligen Patienten erzielt werden konnten und ob eventuell eine Kurskorrektur nötig ist.

Wellnessbereich und Komplementärmedizin

Als wichtige Ergänzung zur psychotherapeutischen Therapie beurteilt Enrico Frigg den spitaleigenen Spa- und Wellness-Bereich. Entspannung finden die Patienten ausserdem im «Sinnesgarten» mit einheimischen und exotischen Pflanzen. Gemeinsame Wanderungen und Veloexkursionen finden derzeit wegen Covid nicht statt.

Sehr geschätzt werde das komplementärmedizinische Angebot, bekräftigt der Arzt. Dazu gehört neben der chinesischen Medizin die pflanzliche Therapie und verschiedene Massageformen, darunter Shiatsu sowie nasskalte Ganzkörperwickel und Ernährungsberatung. Im Bereich Kreativtherapie können die Patienten zwischen Musik, Malen und Werken wählen.

«Die Überschaubarkeit der Klinik Mentalva, ihr geradezu familiärer Rahmen, erweist sich als grosser Vorteil bei der Behandlung«, versichert Enrico Frigg. Deshalb sei es auch möglich, auf die einzelnen Patienten sehr individuell einzugehen. ■

Abwärtsspirale des Denkens

Eigentlich hatte Carmen T. in ihrem Leben alles richtig gemacht. Nach dem Studium als Gymnasiallehrerin tätig, gründete die Thurgauerin mit ihrem Partner eine Familie mit zwei Kindern. Erst in der zweiten Lebenshälfte trat eine Erschöpfungsdepression auf. Geholfen wurde ihr in Littenheid.



Bernd Ibach: «Ergänzend zur Psychotherapie kann auch eine pharmakologische Behandlung nötig sein.»

Das Leben war ein langer ruhiger Fluss. Zumindest so lange, bis einige Jahre nach ihrer Pensionierung unvermittelt alles aus dem Ruder lief. Mittlerweile geschieden, fühlte sich Carmen T. ständig matt, erschöpft, ganz im Gegensatz zu früher brach sie oft in Tränen aus. Ihre Stimmung hatte sich so stark verschlechtert, dass sie sich nur mit Mühe dazu aufraffen konnte, die Wohnung in Schuss zu halten und Einkäufe zu besorgen.

Auf welche Ursachen das anhaltende Stimmungstief zurückging, konnte sich die verzweifelnde Frau beim besten Willen nicht erklären. Als Freunde und Bekannte sie darauf aufmerksam machten, wandte sie sich zunächst an die Pro Senectute, wo man ihr den Rat gab, sich mit ihrem Leiden an eine psychiatrisch-psychotherapeutische Einrichtung zu wenden.

Systematische Rückbesinnung

So fand Carmen T. den Weg zur Clienia AG, an deren Standort Littenheid PD Dr. med. Bernd Ibach als Chefarzt im Zentrum für Alterspsychiatrie und Privé zuständig ist. Relativ schnell habe sich herauskristallisiert, dass Carmen T. an einer Erschöpfungsdepression litt, erinnert sich der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. «Durch eine systematische Rückbesinnung auf prägende Ereignisse in ihrem Leben kamen auch viele wichtige positive und schwierige Dinge an die Oberfläche, an welche die Patientin teilweise kaum mehr bewusst gedacht hatte», fährt er fort. Im Verlauf dieses «Life Reviews», wie das in der Fachsprache heisst, wurde allmählich klar, dass ihr Leben weitaus anstrengender verlaufen war, als sie sich selbst zugestand.

Als Kind hatte man ihr wenig Fürsorge entgegengebracht, zeitweise war sie sogar in einem Heim untergebracht. In ihrer Ehe empfand Carmen T. nicht selten das Gefühl, entwertet zu sein, und sie sorgte sich um ihre Kinder, selbst als diese schon erwachsen waren. Die Thurgauerin war stets für alles zuständig – nur für sich selbst nicht. Carmen T. musste wohl oder übel lernen, ständig zu funktionieren, um zu überleben und dabei eigene Bedürfnisse hintanzustellen. Schliesslich stand sie aus ihrer Sicht alleine da, ohne Familie.

Warum solche unangenehmen Erinnerungen im fortgeschrittenen Lebensalter mit einem Mal

an die Oberfläche drängen und wie im Fall dieser Patientin eine Erschöpfungsdepression auslösen können, «hängt damit zusammen, dass bei älter werdenden Menschen die Fähigkeit zur Kompensation oder Abwehr von belastenden Erinnerungen abnimmt und soziale Brüche zu einschneidenden Veränderungen führen können», sagt Bernd Ibach. Zudem werde den Menschen im Lebensabschnitt zwischen 50 und 75 Jahren bewusst, dass ihre körperliche und geistige Belastbarkeit nachlasse. Kommt dann in dieser «Transitionsphase» noch eine Auseinandersetzung mit körperlichen Erkrankungen wie z.B. ein Tumorleiden oder Diabetes hinzu, kann Ibachs Ausführungen zufolge eine Erschöpfungsdepression die Folge sein. Eine Abwärtsspirale des Denkens setzt ein.

Bei Frauen trete dieser Zustand etwas häufiger auf als bei Männern, die ihr Leiden früher tendenziell lieber nicht thematisierten. «Inzwischen nimmt jedoch auch bei ihnen die Bereitschaft zu, sich dazu zu bekennen und sich ernsthaft damit zu beschäftigen», weiss Bernd Ibach.

Einen Gang herunterschalten

Stehen Betroffene in der Endphase ihres beruflichen Lebens, könne eine «Entschleunigung» Abhilfe schaffen. Das bedeute im Extremfall, dass Führungskräfte einen Gang herunterschalten und in der Unternehmenshierarchie in die zweite Reihe treten. «Besonders wichtig ist, nach Abschluss des «Life Review» eingefahrene Denkmuster an-

«Zwischen 50 und 75 wird einem bewusst, dass die körperliche und geistige Belastbarkeit nachlässt.»

zupassen oder zu ändern und bewusst Dinge zu tun, die zur Steigerung des eigenen Wohlbefindens beitragen.» Dahinter stehe die kontinuierliche Notwendigkeit, im Leben Entwicklungsaufgaben zu meistern, was den meisten Menschen auch sehr gut gelinge, so Ibach.

Nach einem sechswöchigen Aufenthalt in der Klinik Littenheid konnte Carmen T. wieder nach Hause zurückkehren. Heute bekennt sie sich offen auch zu den unangenehmen Ereignissen, die sie bewusst in ihre Biografie integriert und nun als Teil ihres Selbst versteht.

Bernd Ibach veranschlagt für die Behandlung einer Erschöpfungsdepression einen ganz individuellen Zeitraum, der sich oft zwischen vier und sechs Wochen bewegt. Ergänzend zur Psychotherapie kann auch eine psychopharmakologische Behandlung nötig sein. Während des Klinikaufenthaltes gibt es weiterhin Mal-, Musik- und Bewegungstherapien. Die Nachbetreuung erfolgt in ambulanter Form. ■



Die Krankheit des Herzens ist oft auch eine der Seele

Herz und Psyche sind eng miteinander verknüpft. So gibt es neben dem «Broken Heart Syndrom» viele weitere Krankheitsbilder, die sich sowohl im kardiologischen als auch im psychosomatischen Bereich abbilden. Dr. med. Anke Schneiders, Leiterin der Psychosomatik der Klinik Oberwaid in St.Gallen, erklärt, welche Rolle Stress in diesem Zusammenhang spielt.

Anke Schneiders, die Oberwaid bietet ein breites Spektrum an medizinischer Kompetenz in den Fachdisziplinen psychosomatische, kardiologische und orthopädische Rehabilitation. Wie greifen diese Bereiche ineinander?

Wir verfolgen einen biopsychosozialen Ansatz, wodurch es uns möglich ist, alle drei medizinischen Fachbereiche professionell miteinander zu verbinden. Wir legen viel Wert darauf, Gesundheitsthemen ganzheitlich zu erfassen. Aus diesem interdisziplinären Angebot stellen wir für unsere Patienten einen massgeschneiderten Therapieplan zusammen.

Wie wirkt sich denn Stress auf unsere Psyche aus? Positives Stresserleben können wir als «Motor» unserer Entwicklung auffassen. Es erhöht unsere Aufmerksamkeit und spornt uns zu maximaler Leistungsfähigkeit an. Weitaus intensiver erleben

wir jedoch negativen Stress. Dabei ist unser Körper durch die Hyperaktivität des Stresshormonsystems maximal angespannt. Das führt auf Dauer zu einer Abnahme von Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit. Sind unsere Copingstrategien nicht ausreichend, kann diese chronische Stressreaktion zu ernsthaften körperlichen wie psychischen Risiken führen. An der körpereigenen Stressregulation ist der ganze Organismus beteiligt. Ist sie aus dem Gleichgewicht, dominiert eine erhöhte Anspannung. Es können sich Symptome wie Kopf- und Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Bluthochdruck sowie Angst und Panik entwickeln und sich zu psychosomatischen Krankheitsbildern ausbilden.

Können sich aus Stress auch Herzerkrankungen entwickeln?

Ja. Die Forschung konnte mit zahlreichen Studien signifikante Zusammenhänge zwischen Herz-Kreislaufkrankungen und psychosomatischen Krankheitsbildern belegen. Im Kontext von kardiologischen Erkrankungen treten oft psychische

Dr. med. Anke
Scheiders, Leiterin
Psychosomatik
Klinik Oberwaid,
St.Gallen



«Die Forschung belegt Zusammenhänge zwischen Herz-Kreislaufkrankungen und psychosomatischen Krankheitsbildern.»

Erkrankungen wie Depressionen, Angsterkrankungen oder Schlafstörungen auf. Daher ist die Psychokardiologie seit etwa 20 Jahren als wichtige Forschungslinie in der Schweiz etabliert. Eine Cochrane-Analyse von 2018 zeigte sogar eine Verringerung der kardiovaskulären Mortalität von Herzpatienten, die mit einer Psychotherapie begleitet wurden.

Psychokardiologie: Was können wir darunter verstehen?

Kardiologische Erkrankungen können psychosomatische Auswirkungen haben – und umgekehrt. Nach Herzoperationen, die immer belasten und häufig massive Ängste auslösen, liegt der Anteil der Patienten, die eine depressive Symptomatik entwickeln, bei rund 40 Prozent. Einige Störungen gehen sogar in eine posttraumatische Belastungsstörung über. Das kardiale Ereignis ist somit zu einem Trauma mit Traumafolgestörung geworden, was hohen Leidensdruck und verminderte Lebensqualität bedeutet.

Zur Krankheitsbewältigung ist also eine enge Zusammenarbeit von psychosomatischen Ärzten und Kardiologen im Sinne der Psychokardiologie sehr hilfreich, denn Ängste wirken sich bei vielen Herzkrankheiten negativ auf deren Verlauf aus. Und genau hier setzt die Oberwaid an: Oberpsychologin Dr. Nicole Längle, verantwortlich für den Bereich Psychokardiologie, führt mit den kardiologischen Patienten Workshops mit psychoedukativen Elementen durch. Es werden multimodale Strategien aufgezeigt, die zu einem besseren Umgang mit Stress, Angst und Depression führen. Denn sich durch reflektierende Gespräche eine passende Bewältigungsstrategie zu erarbeiten, ist ein wichtiger psychologischer Aspekt. Eine gute Therapie kann den Weg ebnen und die Steine, die manchmal auf der Brust liegen, aus dem Wege räumen. ■

www.oberwaid.ch/klinik



Anzeige



8575 Bürglen TG
Tel. 071 672 70 80



www.heimelig.ch Vermietung und Verkauf von Pflegebetten

Im Alter zu Hause leben

heimelig betten AG möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. heimelig betten AG liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin geniessen können.

Ganzheitliche Betrachtung als Erfolgsfaktor

Dank gezielter Massnahmen sollen sich Betroffene nach einem Herzinfarkt, einer Herzoperation oder einer anderen Herz-Gefässerkrankung möglichst gut erholen, damit sie wieder ihren gewohnten Platz in der Gesellschaft einnehmen können. Warum dabei eine ganzheitliche Betrachtung wichtig ist, weiss Prof. Dr. med. Michele Genoni, medizinischer Direktor der Rehaklinik Seewis.



Seit 2019 ist Prof. Dr. med. Michele Genoni Medizinischer Direktor der Rehaklinik Seewis. Der Herzchirurg ist seit 2020 Präsident der Schweizer Standesvereinigung FMCH.

Geht es um gesundheitliche Belange, hat der ehemalige Luftkurort Seewis im Prättigau seit einem halben Jahrhundert ein gewichtiges Wort mitzureden: Damals entstand dort die Rehaklinik Seewis, die ihr Profil auf dem Gebiet der Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie internistisch-onkologischer und psychosomatischer Beschwerden kontinuierlich geschärft hat.

«Die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen den drei Fachgebieten Kardiologie, Psychosomatik

und Innere Medizin/Onkologie wird bei uns besonders gross geschrieben», sagt der Medizinische Direktor, Prof. Dr. med. Michele Genoni. Und das nicht ohne Grund: Denn eine Reha kann nur dann nachhaltig erfolgreich sein, wenn sie auch den Ursachen der Erkrankung auf den Grund geht und diese so aufgelöst oder vermieden werden können – und wenn Wille und Motivation der Patienten gestärkt werden, sich mit ihren Krankheitserfahrungen auseinanderzusetzen und zu lernen, was ihnen guttut.

Im Rahmen eines interdisziplinären Therapiekonzeptes wird in Seewis ein auf die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten abgestimmter Behandlungsplan erstellt. «Evidenzbasierte medizinische, psychologische und bewegungstherapeutische Ansätze werden vor dem Hintergrund des psycho-sozialen Krankheitsmodelles durch spezifische Angebote wie etwa Ernährungsberatung ergänzt», so der Direktor.



Nur wer Körper und Psyche in die Rehabilitation mit einbezieht, hat nachhaltigen Erfolg.

Um ihr Angebot im gesamtmedizinischen Bereich weiter auszubauen, hat die Rehaklinik Seewis zwei neue Chefärzte engagiert: Prof. Dr. Dr. med. Martin Keck und Dr. med. Elefteri Buset waren beide in leitenden Stellungen tätig und kennen das Schweizer Gesundheitssystem bestens.

Elefteri Buset, der vom Kantonsspital Aarau kommt, bringt grosse Erfahrung in der kardialen Rehabilitation mit. Er ergänzt das bestehende Team, erweitert das Netzwerk der Rehaklinik Seewis und will insbesondere die Rehabilitation von Herzinsuffizienzen ausbauen – eines seiner Interessensgebiete. Und mit Martin Keck kommt ein sehr bekannter Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie nach Seewis: Keck war u.a. ärztlicher Direktor der Privatklinik Schlössli in Oetwil am See, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie des Max-Planck-Instituts in München und Chefarzt in

der psychotherapeutischen Neurologie der Kliniken Schmieder in Gaillingen. Als Gründer und Mitglied zahlreicher Fachgesellschaften ist er auch auf Belastungsstörungen und stressbedingte Erkrankungen wie Burnout oder Depressionen spezialisiert und hat grosse Erfahrung in der Behandlung von Long Covid.

«Mit diesen beiden ausgewiesenen Spezialisten erweitert die Rehaklinik Seewis ihr Angebot insbesondere in der Behandlung der Herzinsuffizienz und in der psychosomatischen Rehabilitation», sagt Michele Genoni. «Damit unterstreichen wir unseren Anspruch einer ganzheitlichen Betreuung unserer Patienten. Denn nur wer Körper und Psyche in die Rehabilitation mit einbezieht, hat nachhaltigen Erfolg.» ■

Willkommen in der erholsamen Bündner Bergwelt

Wir bieten in einer exklusiven Umgebung eine individuelle, psychiatrische Behandlung mit Schwerpunkt in Psychotherapie, ergänzt mit komplementärmedizinischen Methoden für Menschen mit psychischen und psychosomatischen Beschwerden an.

Unsere Privatklinik MENTALVA liegt am Fusse des Piz Beverin im Kanton Graubünden. Treten Sie mit uns in Kontakt – Telefon 058 225 33 50 – wir sind für Sie da.



www.mentalva-gr.ch

MENTALVA
Privatklinik

Bewusst leben lernen

Am Fusse des Vilan auf einer Sonnenterrasse gelegen, unterstützt der Blick in die Bündner Berge das Gesundwerden. Doch die VAMED Rehaklinik Seewis besticht nicht nur mit ihrer fantastischen Aussicht.



Die VAMED Rehaklinik Seewis liegt eingebettet ins malerische Prättigau.

Die Klinik liegt auf 950 m und hat eine lange Geschichte: 1875 eröffnete das damalige Hotel Kurhaus und wurde ab 1885 bis zum 2. Weltkrieg für die Akklimatisierung Lungenerkrankter auf der Weiterreise in den Luftkurort Davos genutzt.

Patientenbedürfnisse im Fokus

Seitdem ist viel passiert: Nach zahlreichen Umbauten und Weiterentwicklungen ist die Klinik eine namhafte Adresse für die Rehabilitation von kardiologischen, psychiatrisch-psychosomatischen sowie internistisch-onkologischen Krankheitsbildern. Dank des interdisziplinär vernetzten Teams von rund 100 Mitarbeitenden wird hier individuell auf die Bedürfnisse eines jeden Patienten eingegangen.

Seit 2017 gehört die Rehaklinik Seewis zur VAMED, einem weltweit führenden Gesamtdienstleister im Gesundheitswesen, der in der Schweiz auch die Rehakliniken Zihlschlacht und Dussnang sowie das Revigo-Therapiezentrum im Circle am Flughafen Zürich betreibt.

Mit einem multimodalen Therapieansatz sollen Patienten zeitnah in den gewohnten Alltag zurückgeführt werden. «Das Grundkonzept der Behand-

lungsansätze in der Klinik zielt darauf ab, dass sich die Therapien nach den Bedürfnissen und Lebensumständen der Patientinnen und Patienten richtet», sagt der medizinische Direktor, Prof. Dr. med. Michele Genoni.

Personeller und räumlicher Ausbau

Von Physio- und Bewegungstherapie über Ernährungsberatung bis hin zu Massagen bietet die Klinik verschiedene Ansätze, wie die Gesundheit auch Zuhause aufrechterhalten und gepflegt werden kann. Hier werden Patientinnen und Patienten in persönlicher Atmosphäre zurück in ein selbstbestimmtes Leben begleitet, ganz nach dem Motto: «Bewusst leben lernen.»

Die Rehaklinik Seewis mietet sich zudem neu in das benachbarte Hotel Scesaplana ein: «Dank der Einmietung ins Scesaplana können wir nun insgesamt 83 Einzelzimmer und grössere Therapie-räume anbieten», so CEO Vincenza Trivigno.

Und auch bei den Chefärzten wird weiter ausgebaut: Mit Prof. Dr. Dr. med. Martin Keck (Chefarzt Psychosomatik/Psychotherapie/Neurologie) und Dr. med. Elefteri Buset (Chefarzt Kardiologie/Innere Medizin) holte die Rehaklinik Seewis zwei hervorragend vernetzte und erfahrene Spezialisten an Bord. ■

VAMED Rehaklinik Seewis

Schlossstrasse 1
 CH-7212 Seewis
 Tel. +41 81 307 52 52
 Fax +41 81 307 53 53
 info@rehaklinik-seewis.ch
 www.rehaklinik-seewis.ch

Eine Gesundheitseinrichtung der 
 VAMED health.care.vitality.



Den Kraftaufbau mit Trainingsgeräten fördern

Als Spezialgebiet, das sich mit der körperlichen, geistigen, funktionalen und sozialen Versorgung erkrankter Senioren beschäftigt, hat sich die Geriatrie inzwischen grundlegend verändert. Wie, umreisst Chefarzt Thomas Münzer von der Geriatriischen Klinik St.Gallen.

«Die Altersmedizin konzentriert sich heute stärker darauf, die Selbstständigkeit und das gute Funktionieren von Körper und Geist zu erhalten oder wieder herzustellen», sagt PD Dr. med. Thomas Münzer, Chefarzt und Geriater an der Geriatriischen Klinik St.Gallen AG. Geriater sind Fachärzte für Innere Medizin, benötigen eine zweijährige Zusatzausbildung und müssen sich zudem sechs Monate lang mit Psychiatrie sowie Alterspsychologie beschäftigen.

«Sehr gutes Betreuungsverhältnis»

Als zentral bezeichnet Münzer den Einsatz computerunterstützter Trainingsgeräte, mit denen der Kraftaufbau angestrebt werde. «Die altersbedingte Veränderung der Muskulatur bei Frau und Mann hat bei der Behandlung bislang eine geringere Rolle gespielt», fährt der Arzt fort.

Zu Beginn werden die Patienten ausführlich auf körperliche und geistige Funktionen hin untersucht, es geht dabei etwa um Sehkraft, Gleichgewichtssinn, Ausdauer und Gedächtnisleistungen. In den meisten Fällen erstreckt sich die anschliessende Therapie, die entweder individuell oder in einer Gruppe stattfindet, über zwei Wochen. «Im Idealfall können die Patienten danach in ihr gewohntes Umfeld zurückkehren, andere setzen die Behandlung in einer Reha-Klinik fort oder werden, was seltener ist, künftig im Heim betreut.» Weiterhin sind die geriatrischen Fachkräfte auch für die Nachsorge in der Geriatriischen Tagesklinik zuständig.

Von den insgesamt 26 Ärzten und Medizinstudenten an der Geriatriischen Klinik sind derzeit sechs voll ausgebildete Geriater. Gemessen an der

Thomas Münzer:
«Die altersbedingte Veränderung der Muskulatur hat bei der Behandlung bislang eine geringere Rolle gespielt.»



Zahl der stationär untergebrachten Patienten, derzeit 85, weist die Klinik Münzers Worten zufolge ein «sehr gutes» Betreuungsverhältnis auf, dies gelte auch für die Pflege sowie die therapeutischen Dienste.

Umfassender Klinik-Umbau

Um den Ansprüchen einer zeitgemässen Geriatrie zu genügen, wurde die 1980 in Betrieb genommene Klinik in der Trägerschaft der Ortsbürgergemeinde St.Gallen für 50 Millionen Franken baulich erneuert und erweitert.

Die im Frühjahr 2020 wiedereröffnete Einrichtung war in grossen Teilen rückgebaut und unter anderem mit neu gestalteten Patientenzimmern ausgestattet worden. Alle Zimmer besitzen jetzt Duschen und grosszügige Fensterfronten sowie einen angemessenen Aufenthaltsbereich. Die verfügbare Fläche wuchs dadurch von 8600 auf 11'673 Quadratmeter. Im sechsten Stock des siebenstöckigen Gebäudes befindet sich ein Pflegeheim mit hausärztlicher Betreuung.

Als Teil des ambulanten Therapieangebots dient die im Park untergebrachte «Memory Clinic». In Form individueller Sprechstunden können dort fächerübergreifend Gedächtnisprobleme abgeklärt werden. ■

Das regionale Zentrum für Altersmedizin

Nach der Gesamtsanierung und Erweiterung hat die Geriatriische Klinik St.Gallen im Frühjahr 2021 den Regelbetrieb aufgenommen. Die Patientinnen und Patienten geniessen nun die grosszügigen Zimmer und die Betreuung durch unser interprofessionelles, perfekt zusammenarbeitendes Behandlungsteam.



Rorschacher Strasse 94, CH-9000 St.Gallen

+41 71 243 81 11, info@geriatrie-sg.ch

www.geriatrie-sg.ch

Unsere Klinik vereint somit «altbewährte» Behandlungskonzepte mit moderner Architektur. Neben den Therapieformen, die in vielen anderen Akutspitälern etabliert sind, haben wir als Spezialklinik für die Bedürfnisse älterer Menschen weitere Behandlungsoptionen im Angebot. Dazu gehört computergestütztes Balance- und Krafttraining und eine neu gestaltete Trainingsanlage im Freien. Da wissenschaftlich belegt ist, dass beim Alterungsprozess gesunde Zähne wichtig sind, bietet unsere hausinterne Zahnarztpraxis kompetente Beratung und Behandlung an. Als Spezialklinik für Altersmedizin sind wir seit Gründung des Joint Medical Master in Kooperation mit den Universitäten St.Gallen und Zürich für die studentische Lehre im Fach Geriatrie verantwortlich. Dank der engen Kooperation mit dem Kantonsspital St.Gallen haben wir alle für unsere Patientinnen und Patienten wichtigen Spezialgebiete in unmittelbarer Nachbarschaft.

Akut krank und älter sein, was bedeutet das für mich?

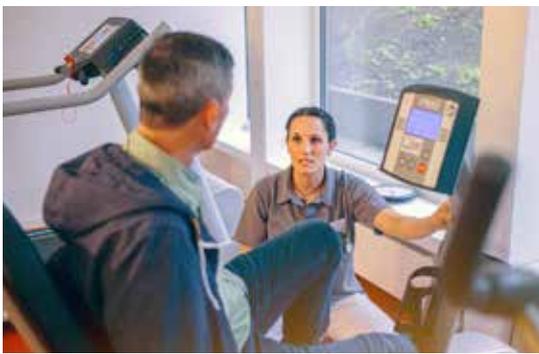
Wenn ältere Menschen wegen einer akuten Erkrankung oder einer Operation ins Spital müssen, kann sich an ihrer Situation einiges verändern. Die Bettlägerigkeit kann zu Kraftverlust führen, die Krankheit zu Appetitmangel. Es ist auch möglich, dass sich der Eingriff oder die Behandlung vorübergehend auf die Stimmung oder die Hirnleistung auswirken. Alle diese Ereignisse können die Selbstständigkeit zuhause gefährden. Darum konzentriert sich die Geriatriische Klinik St.Gallen seit Jahren darauf, Menschen im fortgeschrittenen Lebensalter beim Gesundwerden zu begleiten.

Wer wird in die Akutgeriatrie eingewiesen?

Viele Hausärztinnen und Hausärzte überweisen uns ältere Personen zur Abklärung und Behandlung komplexer medizinischer Fragestellungen, die verschiedene Bereiche betreffen. Das kann ein medizinischer Notfall sein oder auch eine Krankheit, die möglicherweise zum Verlust der Selbstständigkeit führt. Auch grosse Zentrumsspitäler, wie das Kantonsspital St.Gallen und Regionale Krankenhäuser, überweisen uns regelmässig Patientinnen und Patienten. Einige kommen nach einer Operation, andere mit einem medizinischen Problem. Im Vordergrund steht auch hier die



Grosszügig gestaltetes Einbettzimmer mit allem Komfort.



Massgeschneiderte Trainingseinheit.

Frage: «Ist die betroffene Person aufgrund der aktuellen akuten Situation in ihrer Selbstständigkeit gefährdet?»

Was passiert in der Akutgeriatrie?

Natürlich steht die Behandlung der akuten Erkrankung im Vordergrund. Hierzu greifen wir auf die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse und moderne Technologien zurück.

Unsere Nähe zum Kantonsspital St.Gallen erlaubt es uns, spezielle Untersuchungen oder Behandlungen zeitnah und kompetent durchzuführen.

Wir überprüfen im Behandlungsteam aber auch bei jeder Aufnahme systematisch, wo Ressourcen und mögliche Problembereiche sind. Bei allen Personen untersuchen wir darum Sehvermögen, Gehör, Ernährungssituation, Kraft und körperliche Ausdauer sowie die Stimmung und Gedächtnisleistung. Hinzu kommen ärztliche körperliche Untersuchungen oder Einschätzungen der Selbstständigkeit und der Selbsthilfefähigkeit durch die Pflege. Unsere Physiotherapie überprüft die Mobilität, die Ergotherapie die Alltagsfunktionen, die Ernährungsberatung wird bei Verdacht auf Mangelernährung mit einbezogen. Mit Spezialgeräten messen wir Ihre Muskelmenge und Ihre Körper-

zusammensetzung. Falls Schluckprobleme oder eine Veränderung der Sprache vorliegen, können wir diese selbstverständlich in unserer Logopädieabteilung behandeln. Für Personen mit Diabetes bieten wir Beratungen und Therapien an, für Menschen mit komplexen Wunden steht ebenfalls eine Spezialistin zur Verfügung.

Basierend auf den Einschätzungen bei der Aufnahme erarbeiten wir mit allen beteiligten Diensten ein auf die jeweiligen Bedürfnisse und Ziele zugeschnittenes Behandlungsprogramm. Dies kann eine medikamentöse Behandlung mit sich bringen oder eine speziell adaptierte Ernährung. Hinzu kommen regelmässige körperliche Therapieangebote in Einzel- oder Gruppensitzungen. Das Behandlungsteam bespricht unter Anleitung von Fachärztinnen und Fachärzten für Altersmedizin den mindestens einmal wöchentlich Ihren Fortschritt, legt neue Behandlungsziele fest oder passt die bestehenden Behandlungsziele an Ihre aktuelle Situation an. Dabei kann es sich auch um eine palliative Behandlung am Lebensende handeln.

Rund um Ihre Entlassung

Alle möchten nach einem Spitalaufenthalt wieder nach Hause zurückkehren. Dieses Ziel hat auch für uns die höchste Priorität. Manchmal braucht es aber noch mehr Zeit, bis dieses Ziel erreicht werden kann. In solchen Fällen suchen wir mit Ihnen nach Alternativen. Für solche Frage steht ein kompetentes Sozialberatungsteam zur Verfügung. Wir arbeiten auch sehr eng mit den umliegenden Rehabilitationskliniken zusammen. Für manche Personen empfehlen wir eine sogenannte Übergangslösung in einem Ferienzimmer. Dank unserer guten Vernetzung und einem eigenen Angebot im Langzeitbereich finden wir auch hier eine individuelle Lösung. ■



Fachwissen und Kompetenz

Eine wichtige Rolle übernimmt das «Peer-Teaching», das kooperative Lernen innerhalb von Gruppen.



Agnes König ist Pflegedirektorin am Kantonsspital Münsterlingen und in der Geschäftsleitung der Spital Thurgau AG, Dr. oec. Silja Drack verantwortet den Bereich Human Resources Management der Spitalgruppe. Sie wissen, wie wichtig gutes Personal gerade im Gesundheitswesen ist. Es zu finden und zu halten, ist aber nicht immer ganz einfach.

Agnes König, Silja Drack, welche Kriterien stehen für Sie bei der Personalauswahl im Vordergrund?

Agnes König: An erster Stelle muss das Anforderungsprofil an die Stelle mit der Person, die wir dafür suchen, übereinstimmen. In diesem Zusammenhang steht immer auch die Überlegung im Raum, ob betriebsintern jemand beabsichtigt, sich weiter zu entwickeln, und sich bewerben sollte.

Silja Drack: Es geht dabei vor allem darum, dass die Person das entsprechende Team fachlich wie persönlich optimal ergänzen kann. Hinsichtlich Persönlichkeitsprofil ist es wichtig, Bewerber auszuwählen, die in die Teams hineinpassen und möglicherweise fehlende Kompetenzen und passende und/oder bislang fehlende Charakteristika einbringen.

In welchem Verhältnis zueinander stehen dabei die erwähnten Kompetenzen?

Agnes König: Es ist klar, dass die Fachkompetenz stimmen muss. Da wir nah am Menschen und mit dem Menschen arbeiten sind soziale und persönliche Kompetenzen sowie eine ausgeprägte Interaktionsfähigkeit ebenfalls wichtige Eigenschaften. Kurzum, es braucht eine Stimmigkeit im Gesamtkonzept.

Wie sichern Sie die interne und externe Weiterbildung in der STGAG?

Silja Drack: Die Bandbreite an internen und externen Qualifikations- und Entwicklungsmöglichkeiten ist sehr vielfältig und breit abgestützt, sowohl für die Ärzteschaft als auch für das Pflegepersonal und unsere Mitarbeitenden in anderen Berufsfeldern. Intern verfügt die Spital Thurgau AG über viele Fachspezialisten, die wir in Personalentwicklungsmassnahmen gezielt einsetzen, etwa in internen Seminaren, On-the-job-Learning, E-Learning, etc. Eine wichtige Rolle übernimmt auch das «Peer-Teaching», also das kooperative Lernen innerhalb von Gruppen.

Agnes König: Weiterbildung als Investition in das «Humankapital» ist für uns Bestandteil einer kontinuierlich betriebenen Personalentwicklung als strategische Managementaufgabe. Sie beschränkt sich jedoch nicht nur auf die Delegation von Mitarbeitenden auf externe Seminare, wie das früher üblich war. Extern arbeiten wir grundsätzlich mit fast allen Universitäten und Fachhochschulen in der Umgebung zusammen. Und auch die interessierte Öffentlichkeit lassen wir an unserem Weiterbildungsangebot teilhaben, etwa durch öffentliche Vorträge.

Was genau macht für Sie die Attraktivität eines Arbeitsplatzes in der STGAG aus?

>>



Silja Drack: «Das vielseitige Leistungsangebot der Spital Thurgau AG bietet eine spannende fachliche Breite und entsprechend interessante Arbeitsplätze.»

Agnes König: «Die fachliche und persönliche Entwicklung wurde auch während der Krise nicht unterbrochen.»



>> Silja Drack: Das vielseitige Leistungsangebot der Spital Thurgau AG bietet eine spannende fachliche Breite und entsprechend interessante Arbeitsplätze. Es geht jedoch auch darum, den Mitarbeitenden ein Arbeitsumfeld zu bieten, in dem sie sich wohlfühlen. Inwieweit dieses Ziel erreicht wird, versuchen wir regelmässig durch Umfragen herauszufinden. Wir wollen wissen, was als positiv betrachtet wird und wo Nachbesserungen nötig sind. Nicht nur Gehalt, attraktive Anstellungsbedingungen und an unterschiedliche Bedürfnisse angepasste Arbeitszeitmodelle spielen da die Hauptrolle. Auch Faktoren wie etwa Kinderbetreuung, optische Gestaltung der Arbeitsplätze und die erwähnten Möglichkeiten, sich beruflich weiterzuentwickeln, tragen erheblich zur Zufriedenheit der Angestellten bei.

Zufriedene Mitarbeiter halten dem Betrieb die Treue. Wie gehen Sie konkret vor, um dieses Ziel zu erreichen?

Silja Drack: Wir achten nicht nur darauf, dass sich die Teams im Spitalbetrieb in sich selbst weiterentwickeln, sondern auch ausserhalb der Spital Thurgau AG Zeit miteinander verbringen können und die Teamangehörigen über die Identifikation mit der Gruppe ihr Wohlbefinden steigern. Des Weiteren investiert die Spital Thurgau AG sehr stark in Innovationsbereitschaft und die Einführung neuer Technologien, die dabei helfen, die Qualität

des Arbeitens auf hohem Niveau zu ermöglichen und zu halten sowie Arbeitsstrukturen weiterzuentwickeln. Zudem werden Mitarbeitende aktiv in Prozesse eingebunden und können an Neuerungen und Weiterentwicklungen sowie der Umsetzung von strategischen Neuausrichtungen partizipieren.

Personalmangel und Mehrarbeit wirken sich derzeit oft erschwerend für Weiterbildungs-massnahmen aus. Wie sieht die Situation bei Ihnen aus?

Agnes König: Die Entwicklungen der letzten Monate haben bewiesen, dass wir permanent in das Wissen der Angestellten investieren müssen. Wir haben mit der Covid-Krise extrem viel neues Wissen verarbeitet, mit unseren Mitarbeitenden gemeinsam erarbeitet und an die anderen Angestellten weitergegeben. Man darf getrost sagen, dass wir in einer Zeit mit aussergewöhnlichen Herausforderungen unser Bestes gegeben haben. Die fachliche und persönliche Entwicklung, wie beispielsweise die Investition in konkrete Weiterbildung, wurde auch während der Krise nicht unterbrochen. Auch den Führungspersonen hat das einen grossen Effort abverlangt. Das ist jedoch auch Ausdruck der Wertschätzung, die wir unseren Mitarbeitenden entgegenbringen. ■

Durchdachte Produkte, kompetente Beratung

Als Raumplaner und Einrichter in den Bereichen Healthcare und Büro legen wir höchsten Wert darauf, Sie bei Ihrem Neumöblierungsprozess von Beginn bis weit nach der Fertigstellung zu begleiten.



Tanja Winkler,
Mitglied der
Geschäftsleitung



Der Pflege- und Healthcarebereich fordert komplett andere Anforderungen als der Büromöbelbereich. Wir setzen uns seit längerem intensiv damit auseinander. Wir sind offizieller Vertriebspartner der Marke Kusch+Co by Nowy Styl.

Es gibt zwei Grundsätze die erfüllt werden müssen, um eine Einrichtung ausführen zu können. Erstens: eine kompetente Beratung. Zweitens: Produkte die auf die Bedürfnisse des Kunden ausgerichtet sind.

Ersteres ist unser persönliches Herzblut. Wir beraten, planen, visualisieren und begleiten Sie während des gesamten Prozesses. Ihre Räumlichkeiten müssen bestimmte Atmosphären vermitteln. Bei Umbauten/Neubauten oder Neueinrichtungen spielen verschiedene Faktoren eine wichtige Rolle. Mit unserem Planungsteam bringen wir diese Faktoren

BBS by office vitality AG

Glärnischstrasse 42, CH-9500 Wil
+41 71 923 88 11, planung@bbswil.ch
www.bbswil.ch

zusammen und visualisieren Sie Ihnen in 3D. Dies gibt Ihnen die Sicherheit bei Ihren Entscheidungen und keine bösen Überraschungen nach der Fertigstellung.

Bei letzterem stehen ganz klar die Qualität und die gesetzlichen Anforderungen im Vordergrund. Mit Lösungen der Marke Kusch+Co by Nowy Styl, Vertrieb in der Schweiz über SITAG by Nowy Styl wird dies erfüllt.

Die Einrichtungslösungen bieten weitaus mehr, als gesunden Sitzkomfort, gutes Design und perfekte Funktion. Ergänzt wird unser breites Portfolio durch «Solutions» zu den aktuellen Themen: Brandschutz, Hygiene und Reduced Mobility. Technisch durchdachte Möbel, die mit ihren speziellen Eigenschaften wirksame Lösungen darstellen überzeugen Kunden weltweit seit über 80 Jahren.

Wir freuen uns, Sie unterstützen zu dürfen. ■

Netzwerk Kinderheilkunde im Kanton Thurgau

Text: Prof. Dr. med.
Peter Gessler

Der Kanton Thurgau ist mit einer Fläche von 991 km² der zwölftgrösste Kanton, aber mit einer Bevölkerung von 282'000 (Stand 2020, statistik.tg.ch) zählt er zu den bevölkerungskleinen Kantonen. Damit trotz der räumlichen Besonderheit eine qualitativ hochwertige Medizin geboten wird, ist es notwendig, dass die verschiedenen Akteure des Gesundheitswesens eng miteinander zusammenarbeiten. In besonderem Masse gilt dies für Kinder und Jugendliche, denn sie sind meist unselbständig und auf die Unterstützung ihrer Familie angewiesen. Kinderheilkunde umfasst jeweils nicht nur das kranke Kind, sondern zieht die Familie mit ein – von Anfang an, also bereits beginnend in der Schwangerschaft.

Perinatalzentrum Thurgau

Die Perinatalogie umfasst die gemeinsame Betreuung der Schwangeren und ihres Kindes durch ein Team bestehend aus Hebammen, Pflegenden, Therapeut*innen, Frauen- und Kinderärzt*innen, mit dem Ziel einer umfassenden Versorgung sowohl der Schwangeren und ihres ungeborenen Kindes, als auch der Mutter mit ihrem Neugeborenen. Dieses Ziel haben sich die Teams der Geburtshilfe und der Neonatologie gesetzt und hierfür das Gütesiegel Perinatalzentrum Thurgau gegründet (www.perinatalzentrum-thurgau.ch). Die Kinderärzt*innen sind an den beiden Standorten der Geburtshilfe Kantonsspital Frauenfeld (KSF) und Münsterlingen (KSM) bereits pränatal involviert. Je eine Mutter-Kind Station, die von beiden Fachbereichen gemeinsam geführt wird, steht für die Betreuung der Mutter und ihres Kindes zur Verfügung. Kranke Neugeborene werden in der Neonatologie der Kinderklinik behandelt.

Zahlreiche weitere Fachpersonen kümmern sich um die Mutter und ihr Kind. Für eine gelingende frühkindliche Entwicklung gibt es lokale, regionale

und kantonale Unterstützungssysteme für Eltern und Kinder ab Beginn der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren. Das Ziel Früher Hilfen ist, die Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Eltern frühzeitig zu sichern durch Unterstützungsangebote und Angebote zur Förderung der Erziehungs- und Beziehungskompetenzen von Eltern (www.perspektive-tg.ch gibt einen Überblick der Frühen Hilfen im Kanton Thurgau).

Entwicklungspädiatrisches Zentrum (EPZ)

«Ach, was muss man oft von bösen Kindern hören oder lesen!» – wer kennt sie nicht, die Geschichten von Max und Moritz. Es dauerte allerdings lange, bis man sich in der Medizin ernsthaft mit den Kindern beschäftigt hat, deren Entwicklung nicht mustergültig ist und dies unabhängig vom Stand und Rang (auch von Königskindern ist bekannt, dass sie bisweilen einnässen). Im EPZ werden Kinder beginnend ab dem Säuglingsalter bis zu den Adoleszenten, die ihre Erstausbildung abschliessen, betreut. Am Anfang der Behandlung steht ein sehr sorgfältiges Beobachten des Verhaltens und der Bewegungen des Kindes, gefolgt von gezielten Untersuchungen und einfühlsamen Gesprächen mit den besorgten Eltern. Anstatt «Aber wehe, wehe, wehe! / Wenn ich auf das Ende sehe!», erfolgt eine Beurteilung und erste Therapieplanung durch ein multiprofessionelles Team, bestehend aus Psycholog*innen, Entwicklungspädiater*innen und Neuropädiater*innen gemeinsam mit den Eltern. Die Umsetzung der Therapien geschieht insbesondere mit Unterstützung durch Physio-, Ergotherapeut*innen und Heilpädagog*innen (heilpädagogische Früherziehung, schulische Heilpädagogik) zum Wohle der anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Die Entwicklung des Kindes wird im Kontext zur Familie und der Gesellschaft gesehen und so zeichnet sich die Arbeit durch eine starke Vernetzung mit den Kinder- und Jugendeinrichtungen des Kantons aus. Das Konzept «Frühe Förderung Kanton Thurgau 2020–2024» definiert und bündelt



Das Team Klinik für Kinder & Jugendliche, Spital Thurgau AG.

die Massnahmen. Vorbildlich ist die enge Zusammenarbeit der Kinderklinik mit der Kinder- und Jugendpsychiatrie im Kanton Thurgau, sowohl im stationären als auch im ambulanten Bereich – der praktizierte Liaisondienst Klinik für Kinder und Jugendliche / Kinder- und Jugendpsychiatrie in der Kinderklinik Münsterlingen bündelt die Kompetenzen beider Kliniken inkl. der Psychosomatik zum Wohle der Kinder und Jugendlichen und ihrer Familien.

Notfallversorgung von Kindern und Jugendlichen im Kanton Thurgau

Die ambulante Notfallversorgung basiert auf drei Einrichtungen: Erstens der ambulanten Notfallversorgung in der Grundversorgung durch Fachärzt*innen der Allgemeinmedizin, der Inneren Medizin und der Kinder- und Jugendmedizin (Hausärzte), zweitens dem Beratungstelefon der deutschsprachigen Kinderkliniken: Pädiatrische Fachpersonen beraten besorgte Eltern und Jugendliche bei dringenden medizinischen Fragen aller Art. In 90% der Fälle ist danach kein Besuch auf der Notfallstation nötig. Die telefonische Einschätzung der Patientensituation ermöglicht eine bedarfsgerechte Zuweisung und Notfallversorgung durch eine Notfalleinrichtung. Das entlastet sowohl Patient*innen und ihre Familien, als auch die Notfallstationen der Spitäler und spart Kosten. Ab 1. Oktober 2021 wird das Beratungstelefon für Notfälle bei Kindern und Jugendlichen an Medgag übergeben (www.stgag.ch/richtig-reagieren-im-notfall/kinder-notfallstation). Zudem gibt es im Kanton Thurgau eine Helpline für Kinder, Jugendliche und Familien in problematischen Lebens-

situationen. An dritter Stelle stehen die Notfalleinrichtungen in den Kantonsspitalern Münsterlingen und Frauenfeld: Im Kantonsspital Münsterlingen erfolgt die Triage von Kindern und Jugendlichen zu jedem Zeitpunkt in der Notfallstation bzw. Kindernotfallstation und es wird das weitere Vorgehen dort festgelegt. Im Kantonsspital Frauenfeld werden Kinder und Jugendliche im Bereich der allgemeinen Notfallstation und -praxis triagiert und behandelt.

Die Verbindung von ambulanten Behandlungsangeboten, der präklinischen Patientensteuerung und den Notfalleinrichtungen in den beiden Kantonsspitalern stellen eine bedarfsgerechte Behandlung von Kindern und Jugendlichen sicher. Die durchgeführte Triage ermöglicht eine rasche Zuordnung der Patienten. Im Kantonsspital Frauenfeld wird zur Verbesserung der ambulanten Versorgung von Kindern und Jugendlichen evtl. in den nächsten 1 bis 2 Jahren eine Permanence eingerichtet werden.

Sozialpädiatrie im Kanton Thurgau

Alle Akteure der medizinischen Gesundheitsbereiche und der sozialen Einrichtungen sind im Kanton Thurgau im «Netzwerk Thurgau» verbunden (www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch). Durch regelmässige Treffen und Austausch werden die Aktivitäten aufeinander abgestimmt und Lösungen für die verschiedensten Belange der Kinderheilkunde erarbeitet.

Über die Kantonsgrenzen hinweg bestehen im medizinischen Bereich Kooperationen mit dem Ostschweizer Kinderspital, dem Kantonsspital Winterthur und dem Kinderspital Zürich. ■



Mit Künstlicher Intelligenz gegen Multiple Sklerose

Vor fünf Jahren hat in Gossau die einzige von ihren Inhabern auch gleichzeitig betriebene Radiologiepraxis im Grossraum St.Gallen ihren Betrieb aufgenommen.

MRI, CT, Ultraschall:
Welche Untersuchungsart erfolgt, wird zwischen Arzt und Patient abgesprochen.

Durchgängig in Beige gehaltene Innenräume, schwarze Möbel und Le-Corbusier-Sessel verleihen der mit abstrakter Gegenwartskunst und gerahmten Landschaftsfotos geschmückten Praxis das Flair einer Kunstgalerie.

1000 Quadratmeter gross

Warum die private Radiologiepraxis Gossau so elegant gestaltet wurde, begründet Professor Dr. med. Walter Wiesner mit folgender Überlegung: «Viele Besucher, denen eine radiologische Untersuchung bevorsteht, sind verständlicherweise mit diversen Ängsten konfrontiert, darunter gelegentlich auch der Platzangst. Dem versuchen wir, mit einem ansprechenden Interieur und möglichst viel Licht entgegenzuwirken.»

In der rund 1000 Quadratmeter grossen Praxis seien vor allem auch die Umkleieräume, Gänge und Toiletten grosszügiger als üblich gestaltet, um eine angemessene Privatsphäre zu schaffen, erklärt der Radiologe, der die vor fünf Jahren eröffnete Praxis im Zentrum von Gossau mit seinen Kollegen Dr. med. Urs Amsler und Dr. med. Christian Strittmatter betreibt. Drei weitere Radiologen von der Radiologie Herisau AG ergänzen das Team auf Teilzeitbasis.

Spezialisierte Radiologen

Auf dem Gebiet der medizinischen Bildgebung in der Ostschweiz ist Walter Wiesner inzwischen kein

unbeschriebenes Blatt mehr. Mit seinen Partnern hatte er zuvor mehrere heute im Netzwerk «Radiologie Nordost» (RNO) zusammengeschlossene Privatpraxen eröffnet, die er aber letztes Jahr verkaufte, um mit Gossau wieder mehr auf die Radiologie selbst und die ursprünglichen Werte fokussieren zu können. Gossau ist die jüngste und modernste Gründung des Radiologen, der in Zürich Medizin studiert und nach einem Auslandsjahr an der US-Universität Harvard in Basel habilitiert hat.

Es handelt sich dabei um die einzige Radiologiepraxis im Grossraum St.Gallen, die von ihren Besitzern gleichzeitig geführt und betrieben wird. Das Ärzteteam ist Wiesners Worten zufolge auf die Schwerpunkte muskulo-skelettale und thorako-abdominale Radiologie sowie Neuroradiologie und Mammadiagnostik spezialisiert.

MRI, CT, Ultraschall

Herzstück der Bildgebungstechnik in Gossau bilden zwei Hochfeld-Magnetresonanz-Tomografen (MRI) mit einer Feldstärke von jeweils drei Tesla. «Das gewährleistet eine starke und bessere Auflösung und erlaubt damit eine optimierte Diagnostik sowie schnellere Untersuchungen», versichert Walter Wiesner.

Weiterhin verfüge man über einen Multidetektor-CT, der sich durch eine geringere Strahlendosis auszeichne. Auch bei den volldigitalisierten Röntgengeräten, die Ganz-Wirbelsäulen- sowie Ganz-Bein-Aufnahmen ermöglichen, falle die Strahlendosis moderater aus. Weiterhin gehören Mammografie, Durchleuchtungen, CT-gesteuerte Infiltrationen sowie Ultraschall-Untersuchungen zum Angebot der Praxis. >>



RADIOLOGIE GOSSAU

Hightech mit Herz

Die «Radiologie Gossau» ist das modernste, vollumfänglich Inhaber – geführte private Radiologische Institut / Diagnosezentrum im Grossraum St. Gallen. In gehobenem und persönlichem Ambiente bieten wir auf durchgehend hohem 5-Sterne Niveau präzise apparative diagnostische Abklärungen in allen Sparten der modernen Radiologie an.



Unser Institut zeichnet sich insbesondere aus durch:

- Hochqualifizierte Fachärzte in diagnostischer Radiologie FMH
- Professionelles Team mit langjähriger Berufserfahrung
- Grosszügige, elegante und lichtdurchflutete Räumlichkeiten
- Besondere Erfahrung im Umgang mit Angstpatienten
- Gute Erreichbarkeit direkt beim Bahnhof und Busbahnhof Gossau
- Reichlich Parkplätze vor dem Institut und in der Tiefgarage
- Leichte Zugänglichkeit im Parterre (rollstuhlgängig)

Radiologisches Angebot:

- Magnetresonanztomographie (MRI 3T)
- MR – Angiographie (MRA)
- Computertomographie (CT)
- CT-Kolonographie
- Denta-CT
- Ultraschall
- Mammographie
- Biopsien
- Videofluoroskopie der Speiseröhre
- Magen-Darmpassagen
- Fistulographien
- Röntgen
- Ganzkörperscreening
- Schmerzbehandlungen
- MR-Prostata-Diagnostik (inkl. Biopsie und Ganzkörper-Screening)
- Orthoradiographie (Ganzbein-, Ganzwirbelsäulenaufnahmen)

Ihr Wohlbefinden ist uns wichtig!
www.radiologie-gossau.ch



Das Team der Radiologie Gossau (von links):
Dr. med. Urs Amsler,
Prof. Dr. med. Walter
Wiesner, Dr. med.
Christian Strittmatter.

>> Unnötige Untersuchungen vermeiden

«Welche Untersuchungsart die jeweils angemessenste ist, wird in Absprache mit dem zuweisenden Arzt und abhängig vom Patienten festgelegt», fährt Professor Wiesner fort. Oberstes Prinzip sei es, unnötige Untersuchungen auf jeden Fall zu vermeiden. Als besonderes Angebot beschreibt er die Bildgebung zur Früherkennung von Prostata-Karzinomen. «Hier machen wir, wie auch bei der Mammografie, systematisch Doppelbefundungen, um die Trefferquote weiter zu erhöhen.»

Wenn bei Verdacht auf Multiple Sklerose (MS) die MR-Bildgebung zur Abklärung herangezogen wird, kommt neuerdings zudem Künstliche Intelligenz (KI) zum Einsatz. «Dadurch lässt sich eine angemessene Therapie noch besser planen und anpassen», resümiert Walter Wiesner. ■



Auch ein
ansprechendes
Interieur hilft
gegen Ängste.



Genetic Counselors auch für die Schweiz?

Die Vererbung menschlicher Eigenschaften auf nachfolgende Generationen ist Gegenstand der Genetik, die in jüngster Zeit auch hierzulande an Bedeutung gewonnen hat. Das Ausland ist allerdings schon weiter.

Obleich der Einfluss der Genetik in die klinische Medizin nicht mehr zu übersehen ist, lässt die Umsetzung dieser Wissenschaft in die tägliche Praxis nach wie vor zu wünschen übrig. Wie Prof. Dr. med. Andreas Huber, Programmdirektor Klinisch-Genomische Medizin an der Privaten Universität im Fürstentum Liechtenstein ausführt, gibt es in zahlreichen Ländern seit geraumer Zeit den Beruf des «Genetic Counselors», der Genetiker und andere Fachärzte unterstützt. «In der Schweiz hingegen sucht man dieses Berufsbild noch vergebens», kritisiert er.

Universität Liechtenstein als Impulsgeber

Das könnte sich in absehbarer Zeit ändern. Dabei kommt der Liechtensteiner Bildungsstätte womöglich die Rolle eines Impulsgebers zu. Denn derzeit bietet die Private Universität als einzige Hochschule in dieser Region ein entsprechendes Certificate of Advanced Studies (CAS) an. Es handelt sich dabei um einen einjährigen berufsbegleitenden Lehrgang, bei dem die klinisch-genomische Medizin und eine Einführung in das Genetic Counseling im Vordergrund stehen. Geplant ist ab Herbst 2023 zudem ein Masterstudiengang in «Genetic Counseling», der drei Jahre dauert und ebenfalls berufsbegleitend belegt werden kann. Weiter ist auch ein «Diploma of Advanced Studies» (DAS) zum «Applied genetic Counseling» geplant, und

zwar mit Beginn im Frühling 2023. «Es ist zu hoffen, dass diese Studiengänge auch in der Schweiz Schule machen und wir rasch einen entsprechenden Berufsstand entwickeln können», sagt Andreas Huber.

Mit der Entschlüsselung des menschlichen Genoms und vor allem mit der Realisierung neuer diagnostischer Methoden wie etwa dem Next-Generation-Sequencing (NGS) hat die Genetik neue Meilensteine gesetzt. Mit den verfügbaren Panels lassen sich relativ einfach und zeitnah mehrere hundert Gene analysieren. «Viele schon lange bekannte vererbte Krankheiten und Syndrome sind heute molekulargenetisch exakt definiert. Verschiedene Varianten, deren Bedeutung charakterisiert sind, kennen wir inzwischen», fügt Huber hinzu. Allerdings entsprechen die Erbgänge nicht immer nur einfach den Mendelschen Regeln, sondern seien oft komplizierter.

Genetisches Know-how vertiefen

Genetische Untersuchungen sind Hubers Ausführungen zufolge aufwendig. Fachwissen und Erfahrung seien daher unabdingbar. Zwar bietet die Schweiz Weiterbildungslehrgänge für den medizinischen Genetiker FMH oder den Laborgenetiker FAMH. Die Anzahl entsprechender Titelträger beurteilt er jedoch als zu gering, zudem mangle es an Nachwuchs. Wohl würden genetische Themen im Medizinstudium auf verschiedenen Ebenen in die einzelnen Fächer miteinbezogen. Auch Fachgesellschaften haben sie teilweise in ihre Weiter-



Andreas Huber:
«In der Schweiz sucht
man das Berufsbild
Genetic Counselor
noch vergebens.»

bildungscurriculae einfließen lassen. Das sei jedoch nicht ausreichend. Andreas Huber fordert, dass das genetische Know-how vertieft werde und vor allem den Patienten und ihren Familien zugänglich gemacht werden müsse.

Mittlerweile wurden in Ländern wie USA, Kanada, Frankreich, Holland, Italien oder England Master-Lehrgänge für Genetic Counselors geschaffen. Diese Fachkräfte, etwa Mediziner, Biologen, Pharmazeuten, Labormediziner oder Fachkräfte auf dem Gebiet Krankenpflege, werden nach dem Abschluss ihrer Ausbildung von einem genetisch versierten Facharzt betreut und eingesetzt.

Entsprechend muss die Ausbildung internationalen Normen Folge leisten. Was von einem Genetic

Counselor erwartet wird, umschreibt Andreas Huber so: «Diese Tätigkeit ist ausgesprochen anspruchsvoll, weil es neben naturwissenschaftlichen Kenntnissen auch Erfahrungen in klinischen Erscheinungsbildern und das Verständnis von psychologischen Zusammenhängen verlangt». Die Counselors haben Beratungskompetenz inklusive soziale und ethische Kompetenzen für Patienten mit genetischen Leiden. ■

**Weiterbildungen
Zertifizierung
berufsbegleitend
blended learning**

Weiterbildung an der UFL

Certificate of Advanced Studies (CAS)

«Klinisch-genomische Medizin & Einführung in das Genetic Counseling»

Im Zertifikatskurs «Klinisch-genomische Medizin: Genetic Counseling» werden die wichtigsten Grundlagen der genomischen und personalisierten Medizin durch Expertinnen und Experten vermittelt.

Die Teilnehmenden lernen Erkenntnisse molekularer Möglichkeiten klinisch einzuordnen und kennen die praktischen Anwendungen der Pharmakogenomik und der Tumorgenetik sowie die gängigsten Möglichkeiten der molekularen Diagnostik und Genetik.

Der Kurs versetzt die Teilnehmenden in die Lage, den Einfluss der personalisierten Medizin und der Pharmakogenetik auf die heutigen Therapieverfahren und die Behandlungsprozesse einzuordnen und einfache genomische Konzepte und Fragen mit Patienten zu erörtern. Grenzen und Gefahren der Gendiagnostik werden aufgezeigt.

Start: 12. Mai 2022 (Teilnehmerzahl begrenzt)

**Informationsabend (online) am 16. November ab 17.00 Uhr
Infos und Anmeldung auf www.ufl.li/weiterbildung**

Diploma of Advanced Studies (DAS)

DAS «Applied Genetic Counseling»

Der Zertifikatskurs «Applied Genetic Counseling» fördert ein umfassendes Verständnis von genetischen und genomischen Zusammenhänge im Kontext von psychologischen Momenten und sozialen Zusammenhänge.

Die Teilnehmenden werden zu kritischer Analyse, Evaluation und Synthese komplexer Situationen und Zusammenhänge befähigt. Sie werden geschult, genetische Erkrankungen, deren körperlichen, geistigen und sozialen Konsequenzen zu erkennen. Sie sind auch in der Lage mit Fachkollegen einer grösseren klinischen und wissenschaftlichen Gemeinschaft zu kommunizieren.

Maximale Attraktivität ist möglich

Dr. med. Volker Wedler eröffnete 2015 das Zentrum für Plastische Chirurgie in Kreuzlingen. Das Gebiet der ästhetischen Dermatologie wird durch die Dermatologin Dr. med. Antonia Regnier abgedeckt.



Dr. Volker Wedler (plastischer, rekonstruktiver, ästhetischer und Handchirurg)



Dr. Antonia Regnier (Dermatologin)

Älter werden wir alle – dagegen ist bisher kein Kraut gewachsen. Der klare Auftrag von Frauen und Männern an den Plastischen Chirurgen ist aber: Attraktiv zu altern oder in jungen Jahren das Maximum an Attraktivität herauszuholen – und nicht etwa im Alter «jünger» auszusehen.

Ausbildung, Erfahrung und Seriosität

Alle Altersgruppen sind etwa gleich verteilt, jedoch kann eine Zunahme bei 20-Jährigen und Frauen nach abgeschlossener Familienplanung sowie im Alter ab etwa 55 Jahren dokumentiert werden.

Beliebt sind und bleiben die Vergrößerung, Straffung oder Verkleinerung von Brüsten, die Ober- und Unterlidstraffung, Nasenoperationen und Fettabsaugungen. Gerade in diesen Operationsgruppen haben neue Techniken und Materialien zum Erreichen von sehr attraktiven Ergebnissen beigetragen – vorausgesetzt, sie werden von einem erfahrenen Spezialisten durchgeführt. Hier sind nicht das Design eines Instagram-, Facebook- oder LinkedIn-Accounts oder die Anzahl Follower massgebend, sondern Ausbildung, Erfahrung und Seriosität. Diese Eigenschaften bringt Volker Wedler nach Tausenden von Operationen mit.

Ein weiteres grosses Tätigkeitsfeld ist für den Facharzt mit den Titeln Plasti-

scher, Rekonstruktiver, Ästhetischer und Handchirurg die Wiederherstellung von Funktionen nach Unfällen, Tumorerkrankungen und Missbildungen.

Alle anerkannten Techniken vor Ort

Volker Wedler hat sich seine Ausbildung in Deutschland, USA und in der Schweiz sein Know-how angeeignet und ist seit über 25 Jahren international als Schönheits- und Rekonstruktiver Chirurg tätig. Dass der Leidensdruck im ästhetischen und rekonstruktiven Bereich in jedem Land gleich ist, weiss Wedler aus seiner langjährigen Erfahrung mit humanitären Einsätzen in Kriegs-, Krisen- und wenig entwickelten Gebieten. Er wird auch nicht müde, aktuelle internationale Kongresse nach Neuigkeiten, Tipps, Tricks und Gefahrenquellen für Patienten zu durchforsten.

Wedlers «Zentrum für Plastische Chirurgie am Bodensee» in Kreuzlingen bietet alle anerkannten invasiven und operativen Techniken vor Ort an, was ihn vom Umfeld absetzt. Dazu zählen neben den typischen Gesichtsbehandlungen mit Fillern, Botulinumtoxin A, Kollagenstimulanzen, Fäden-Applikationen, PRP-Injektionen und Lasermethoden auch die bewährtesten Face- und Halsliftmethoden. Ergänzend dazu steht die enge Kooperation mit dem Kantonsspital Winterthur mit einer der modernsten und grössten Kliniken für

Plastische Chirurgie, wo Wedler ins Team integriert ist und seine grösseren mikrochirurgischen Operationen wie Brustrekonstruktionen oder ausgedehnte Defekte nach Traumata operiert und dann auf Wunsch in Kreuzlingen nachkontrolliert.

Die Koordination, Aufklärung und Planung von und mit Patienten sowie die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen Fachgebieten ist das A und O eines zufriedenen Arzt-Patienten-Verhältnisses. Deshalb legt Volker Wedler auch besonderen Wert auf Freundlichkeit, Transparenz und Professionalität vom ersten Telefonat mit seiner Klinik über die Phase der Aufklärungsgespräche bis hin zur Therapie und Nachsorge. ■

Zentrum für Plastische Chirurgie

Brückenstrasse 9, CH-8280
Kreuzlingen, +41 71 678 22 90,
info@wedler.ch

Plastische Rekonstruktion als humanitäre Verpflichtung

Rund neun Monate pro Jahr führt Dr. med. Volker Wedler Brustkorrekturen, Facelifts und Bauchstraffungen in Kreuzlingen durch. Den Rest des Jahre verbringt der Leiter des Zentrums für Plastische Chirurgie an der Venenklinik Bellevue vor allem in Krisen- und Konfliktländern.

Der Plastische und Handchirurg leistet dort humanitäre Einsätze. Mit seinem Team sorgt Wedler dafür, dass sich zum Beispiel durch Schussverletzungen, Verbrennungen, Tumore, Traumata oder angeborene Missbildung entstellte Menschen einer plastischen Rekonstruktionsoperation unterziehen können.

Von der Bronx nach Ruanda

Die unentgeltlichen Einsätze des gebürtigen Hamburgers, der seit 28 Jahren der Schweiz lebt, finden vor allem im Nahen Osten und im westlichen sowie östlichen Afrika statt. Koordiniert werden sie durch den Schweizer Hilfsverein Interplast Switzerland, dem der Doppelbürger heute als Präsident vorsteht. In diesem Verein haben sich erfahrene Plastische Chirurgen, Anästhesisten sowie OP-Schwestern zusammengeschlossen, um während ihres Urlaubs Patienten in solchen Ländern gratis zu behandeln.

Volker Wedler, der neben drei erwachsenen Töchtern auch einen sechs Monate alten Sohn hat, entdeckte seine humanitäre Seite schon in jungen Jahren. «Ich wurde durch meine Mutter, die als

Altenpflegerin und Erzieherin geistig behinderter Kinder tätig war, dafür sensibilisiert», erinnert sich der Arzt, der bereits im Alter von 15 Jahren in Altersheimen mitarbeitete. «Als Medizinstudent habe ich einem Spital in der armen Bronx in New York praktiziert und dabei Randgruppen kennengelernt», fügt er hinzu.

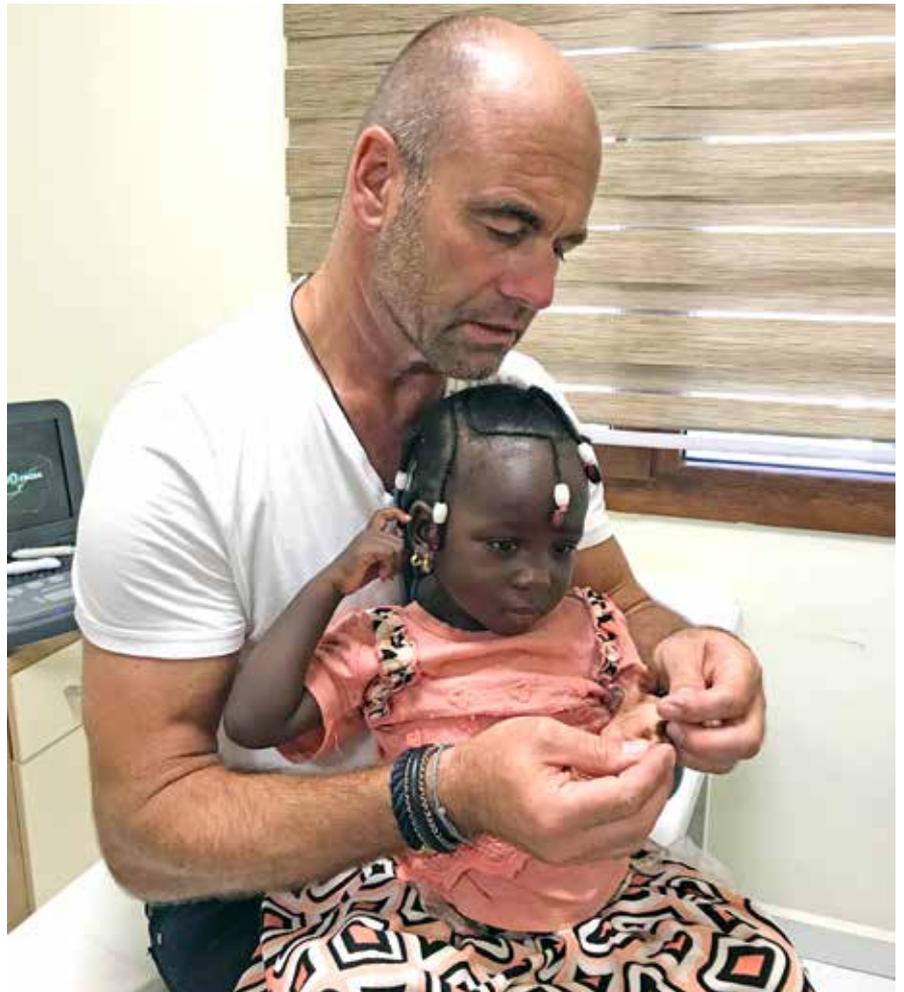
Wiederherstellung von Funktion und Ästhetik

«Das Spezialgebiet der Plastischen Chirurgie hat mich von Anfang an fasziniert», sagt Volker Wedler. Die Rekonstruktion entstellter Patienten betrachtet er als eine sehr kreative Tätigkeit, für die man viel Zeit benötige. «Man behandelt den Patienten länger und muss ihn wieder herstellen, sowohl in der Funktion als auch in der Ästhetik», fährt der Arzt fort.

Sein erster humanitärer Einsatz führte den Assistenzarzt 1993 in das ein Jahr darauf durch einen beispiellosen Genozid erschütterte Ruanda. Später operierte er auch in den palästinensischen Autonomiegebieten und in Jordanien, wo syrische Bürgerkriegsopfer behandelt wurden.

Normalerweise machen verschiedene Nichtregierungsorganisationen Interplast darauf aufmerksam, in welchen Gebieten gerade Handlungs-

Volker Wedler: «Wir leben hierzulande wie in einer geschützten Werkstatt.»



bedarf besteht. «Sodann verständigen wir uns auf einen Reiseternin und stellen ein Team aus Chirurgen, OP-Schwestern, Anästhesisten sowie Hilfskräften zusammen». Das für die Eingriffe nötige Material und sämtliche OP-Instrumente für die ein- bis dreiwöchigen Aufenthalte nimmt die Gruppe mit.

Humanitäre Verpflichtung

In den Einsatzgebieten angekommen, arbeitet das Team eng mit örtlichen Ärzten zusammen. Diese stellen das Patientengut zusammen. «Es spricht sich schon im Vorfeld sehr schnell herum, wann wir Operationen anbieten. Deswegen melden sich bisweilen hunderte von Patienten», so Volker Wedler. Um eine «Triage», wie die Priorisierung der zu behandelnden Patienten genannt wird, komme man nicht herum. «Bleiben wir beispielsweise zwei Wochen, können wir von 100 Patienten bestenfalls 40 behandeln. Diese bleiben nach dem Eingriff im Schnitt fünf Tage, da wir sicherstellen müssen, dass die Wundheilung reibungslos verläuft», gibt Wedler zu bedenken.

Welche Gegenden der Chirurg mit seinem Team aufsucht, hängt er derzeit lieber nicht an die grosse Glocke. «Oftmals bewegen wir uns zwischen

Konfliktparteien und müssen vorsichtig sein, um zu vermeiden, dass wir beispielsweise entführt werden», bekräftigt er.

Wedler sieht seine Einsätze als humanitäre Verpflichtung: «Wir leben hierzulande wie in einer geschützten Werkstatt, ich muss mein System in diese benachteiligten Länder bringen», sagt er.

Nichtregierungsorganisationen, zu denen auch Interplast zählt, spielen seiner Ansicht nach eine wichtige Rolle bei den Bemühungen, die Verhältnisse in Entwicklungsländern zu verbessern. Ohne ihren Einsatz, davon ist Volker Wedler überzeugt, «wäre die Zahl der Migranten, die es nach Europa zieht, noch viel höher». ■

«Bleiben wir zwei Wochen, können wir von 100 Patienten bestenfalls 40 behandeln.»



Trinkverhalten ansprechen statt übersehen

Als Mitarbeiter beim Blauen Kreuz St.Gallen-Appenzell zeichnet Vitus Hug für den Bereich Beratung verantwortlich. Dass Alkohol nicht an den Arbeitsplatz gehört, ist eigentlich klar. Doch ist der Alkoholkonsum während der Arbeit auch verboten?

Stress, Druck, Mobbing, Konflikte in Teams oder Probleme zuhause können Gründe für das Trinken sein.

Grundsätzlich ist es nicht verboten, Alkohol zu trinken, jedoch stehen die Sicherheit und der Erfolg des Unternehmens im Vordergrund. Die Entscheidung liegt im Ermessen des einzelnen Unternehmers. Denn die Konsequenzen können je nach Art des Arbeitsplatzes unterschiedlich sein: Bei einem Fahrer beispielsweise besteht Gefahr für sich selbst und für andere, während alkoholisiertes Arbeiten in einem Büro wohl keine unmittelbare Gefahr für die Gesundheit darstellt.

Vitus Hug, welches sind die häufigsten Ursachen für Alkoholkonsum während der Arbeit und gibt es begünstigende Faktoren?

Stress, Druck, Mobbing, Konflikte in Teams oder auch Probleme zuhause können Gründe dafür sein. Die Annahme, dass gewisse Branchen anfälliger

sind, stimmt allerdings nur bedingt. Beispielsweise sind Unternehmen im Bereich Gastronomie oft sensibilisiert und haben strenge Regeln. Viele engagieren sich bereits in der Prävention. In Betrieben spielt weniger die Branche und die damit verbundene ständige Verfügbarkeit von Alkohol die entscheidende Rolle, sondern eher die Trinkkultur im Haus.

Wie soll man vorgehen, wenn man den Verdacht hegt, der Kollege trinke zu viel?

Generell ist es besser, das Thema anzusprechen, statt zu schweigen. Man zeigt damit der betroffenen Person auch, dass sie einem wichtig ist. Allerdings haben viele Betroffene das Gefühl, ihr Konsum falle nicht auf. Dass es angesprochen wird, ist ein starkes Zeichen, dass diese Annahme nicht stimmt. Das Risiko, dass die Angesprochenen anfangs «zumachen» oder einem sogar meiden, ist daher gross. Meistens liegt ein langjähriger, erhöhter Alkoholkonsum vor, bis es auffällig wird. Der Arbeitsplatz ist den Betroffenen häufig besonders wichtig, sodass eher andere Bereiche wie Freizeit >>



Vitus Hug: «Bis 25 Prozent der Arbeitsunfälle sind auf den Konsum von Alkohol oder anderer psychoaktiver Substanzen zurückzuführen.»

>> und Familie zuerst vernachlässigt werden. Umso wichtiger ist es, das Gespräch gut vorzubereiten und im Vorfeld zu protokollieren, was einem aufgefallen ist.

Das Blaue Kreuz bietet an, bei solchen Gesprächen dabei zu sein.

Richtig. Dazu empfehlen wir, dass betroffene Personen sich zuerst selber bei uns melden, und bieten dann ein Gespräch zu dritt an. Wenn der Betroffene einverstanden ist, können wir zum Beispiel eine Art Dreiecksvertrag aushandeln: Die Person beginnt eine Beratung, der Arbeitsplatz wird freigehalten und wir stehen beratend zur Seite.

Welche Risiken gibt es für Unternehmen aber auch für Arbeitskollegen, wenn Mitarbeiter einen missbräuchlichen Alkoholkonsum haben?

Je nach Arbeitsplatz droht unmittelbare Gefahr für die Person selbst oder für Mitarbeitende. Zudem können Leistungseinschränkungen, schlechte Arbeitsqualität und vermehrte Absenzen zu einer Verschlechterung des Arbeitsklimas führen, bis hin zu einem Imageverlust des Unternehmens. Kurzzeitiges unbewilligtes Fernbleiben von der Arbeit ist bei Personen mit einem problematischen Alkoholkonsum vier bis acht Mal häufiger und

15 bis 25 Prozent der Arbeitsunfälle sind auf den Konsum von Alkohol oder anderer psychoaktiver Substanzen zurückzuführen. Kollegen versuchen häufig über längere Zeit, die betroffene Person zu schützen, indem sie dieser Arbeit abnehmen, sie entschuldigen oder sogar Ausreden für sie erfinden.

Was können Unternehmen präventiv tun?

Einfache Mittel sind klare Regeln, die im Personalreglement oder in den Anstellungsbedingungen festgehalten sind, sowie die Auseinandersetzung mit der unternehmenseigenen Trinkkultur. Bei Feiern sollten immer attraktive alkoholfreie Alternativen angeboten und diese nicht hinter den alkoholischen Getränken versteckt werden. Zudem helfen eine offene Unternehmenskultur und die Auseinandersetzung mit dem Thema.

Wer bietet Unterstützung für Unternehmen, Mitarbeiter und Betroffene?

Erster Ansprechpartner für Unternehmen kann das Blaue Kreuz oder eine andere Suchtfachstelle sein. Wir bieten auch Workshops für Angestellte und Vorgesetzte an. Wir stehen jedoch allen Involvierten mit kostenloser Beratung zur Seite. Die Anfragen kommen bei uns ausgeglichen aus allen Bereichen. Bei den Betroffenen liegt jedoch meist ein konkreter Anlass zugrunde, wie beispielsweise ein Vorfall am Arbeitsplatz, eine Krankschreibung oder der Verlust des Fahrausweises. Sich fachliche Hilfe zu holen, ist in jedem Fall ein wichtiger Schritt, um nachhaltig etwas zu verändern. Es ist nicht immer ein ganzes Programm nötig, oft sind schon Fachinformationen und ein Austausch hilfreich. ■

Anzeige



Jetzt handeln!

Ambulanter Alkoholentzug

in 5 Tagen in St. Gallen

« Ich konnte während des Entzugs im persönlichen Umfeld bleiben und weiter meiner Arbeit nachgehen! »

Wir begleiten Sie; kompetent, vertraulich und kostenlos! www.alkoholentzug.ch



Wir zeigen Ihnen, dass Sie richtig liegen!

Thomas Rütter setzt sich seit über 30 Jahren intensiv mit dem Thema Schlafen auseinander. Als zertifizierter «Medical Sleep» Liege- und Schlafberater weiss Thomas Rütter, wovon er spricht.



Thomas Rütter,
Inhaber

Wenn alle Menschen gleich wären, könnten wir allen das gleiche Bett empfehlen. Doch die Wünsche und Bedürfnisse an ein Bett sind so unterschiedlich wie die Menschen selbst.

Durch die richtige Lagerung des Körpers in der Nacht werden schlaf- und liegerelevante Gesundheitseinschränkungen präventiv beeinflusst. Bei vielen Beschwerden empfiehlt sich eine fachspezifisch abgestimmte Schlafunterlage die Wohlbefinden und Lebensqualität deutlich verbessern kann. Ein solches Schlafsystem ist nicht teurer sondern einfach richtig!

Die Ausbildung zum «Medical Sleep Schlafberater» macht den Unterschied
Die Prüfung und Zertifizierung erfolgte durch die internationale Hochschule für Physiotherapie «THIM» in Landquart.

Vitaro, der
Massanzug unter
den Matratzen



Dies garantiert eine fundierte Rücksichtnahme auf medizinische Gegebenheiten bei der Auswahl des richtigen Schlafsystems.

Mit dem patentierten Wirbelscanner®, ursprünglich für die Medizin entwickelt, zeigen wir Ihnen, dass Sie richtig liegen. Er ist ein patentiertes Analysegerät welches strahlungsfrei ein exaktes, dreidimensionales Bild ihrer Wirbelsäule erstellt. Er liefert klare Daten und gibt dadurch eine produktneutrale und objektive Entscheidungshilfe bei der Auswahl von Matratze, Lattenrost oder Bettsystem.

Das Beste an der Beratung mit dem Wirbelscanner® ist die Nachvollziehbarkeit dieser. Sie müssen unseren Empfehlungen nicht mehr blind vertrauen, sondern können selbst sehen, verstehen und erkennen, auf welchem Schlafsystem Sie richtig liegen.



Schlafen ist ein aktiver Zustand des Erholens. Wenn das Wachbewusstsein ruht, regenerieren sich unsere Körperzellen, das Immunsystem wird gestärkt und Emotionen verarbeitet. Schlaf ist dann gesund, wenn er erholsam ist, wenn man sich nach dem Aufstehen ausgeruht und tagsüber leistungsfähig fühlt.

Wann nehmen Sie sich Zeit für eine individuelle gesundheitsorientierte Beratung mit der Wirbelscanner® Rückenvermessung?

Rufen Sie an und vereinbaren einen Termin!

Sleep Center AG

Rorschacherstrasse 166
9000 St.Gallen
Tel. 071 245 89 89
www.sleepcenter.ch



Parkplätze finden Sie neben dem Haus oder im Parkhaus Silberturm.

Gastroenterologie ausgebaut

Nach einer längeren Planungs- und Umbauphase wurden am Spital Herisau kürzlich die neu renovierten Räumlichkeiten der Gastroenterologie in Betrieb genommen.



Dr. med. Martin Koester
Leitender Arzt, Departement
Innere Medizin SVAR
herisau.dispo@svar.ch



Dr. med. Mert Batur
Leitender Arzt, Departement
Innere Medizin SVAR
herisau.dispo@svar.ch

Das Spital kommt damit auch einer gestiegenen Nachfrage nach Vorsorgeuntersuchungen und qualitativ hochstehender medizinischer Diagnostik entgegen. Mit Dr. med. Martin Koester vertritt seit 2018 ein hervorragender Arzt die Gastroenterologie, im Sommer konnte das Team nun zusätzlich noch verstärkt werden.

Die Gastroenterologie befasst sich mit Erkrankungen der Verdauungsorgane. Hierbei nimmt die Spiegelung (Endoskopie) von Magen- und Darmtrakt einen grossen Raum ein. Diese wird nicht nur bei

der Diagnose und Behandlung von Erkrankungen eingesetzt, sondern auch bei Vorsorgeuntersuchungen, bei denen die frühzeitige Entdeckung und Beseitigung von Vorstufen (z.B. Polypen) ernsthafte Erkrankungen gar nicht erst entstehen lässt.

Antwort auf verstärkte Nachfrage

Das Angebot der Gastroenterologie wurde in den letzten Jahren von der Bevölkerung und den Hausärzten vermehrt nachgefragt. Um der gestiegenen Nachfrage auf qualitativ hohem Niveau nachkommen zu können, hat sich der Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden (SVAR) zu einem Ausbau der Gastroenterologie entschlossen. Im vergangenen Jahr wurde in neue Gerätschaften investiert, und auch bauliche Veränderungen wurden umgesetzt. So wurde ein zusätzlicher Eingriffsraum geschaffen, in dem eine moderne Einrichtung in angenehmer Atmosphäre ein konzentriertes Arbeiten auf hohem medizinischem Niveau ermöglicht.

Einwandfreie Aufbereitung sichergestellt

Ganz neu gebaut und eingerichtet wurden auch die Aufbereitungs- und Lagermöglichkeiten der hochempfindlichen endoskopischen Geräte. Nachdem eine endoskopische Untersuchung durchgeführt wurde, müssen die Geräte so aufbereitet werden, dass sie für den nächsten Patienten wieder hygienisch einwandfrei zur Verfügung stehen. Hierfür wurde der Aufbereitungsraum räumlich getrennt in einen «reinen» und einen «unreinen» Bereich, in dem die Endoskope eine genau festgelegte Prozedur durchlaufen, um am Ende der Aufbereitung hygienisch und technisch einwandfrei wieder zur Verfügung zu stehen. Das Team der Medizinischen Diagnostik/ Endoskopie ist in der Endoskopaufbe-



reitung speziell geschult, um einen einwandfreien Aufbereitungsablauf zu gewährleisten.

Die Endoskopwaschmaschinen und die Trockenschränke sind computergesteuert überwacht und garantieren damit, dass die Endoskope für den nächsten Untersuchten perfekt und hygienisch einwandfrei wieder zur Verfügung stehen.

«Ohne diese verantwortungsvolle Aufgabe, die ganz im Hintergrund abläuft, könnten wir den hohen medizinischen und pflegerischen Standard nicht gewährleisten, den wir den Patientinnen und Patienten bei der Untersuchung anbieten», sagt Hildegard Huser, die als Teamleitung über die Organisation der Abläufe in der Abteilung der Medizinischen Diagnostik/Endoskopie wacht.

Team verstärkt mit Dr. med. Mert Batur

«Ich bin froh und dankbar, dass das medizinische Angebot von den Hausärzten und Patienten so gut angenommen wird, was letztendlich ein Vertrauensbeweis für die gute medizinische Versorgung darstellt, die am Spital Herisau auch in der Gastroenterologie angeboten wird», sagt Dr. med. Martin Koester, der seit 2018 als Leitender Arzt am Spital Herisau die Gastroenterologie vertritt, «und es ist auch schön zu spüren, dass die Geschäftsführung des SVAR uns bei der ärztlichen Arbeit so stark unterstützt und durch die erheblichen Investitio-



nen die Zukunft der medizinischen Versorgung in der Region sicherstellt, die auch qualitativ den Vergleich mit anderen Spitälern nicht scheuen muss. Mit dieser Unterstützung können wir den fachlichen Entwicklungen in der Zukunft gelassen entgegensehen. Seit 1. Juli wird das Team durch Dr. med. Mert Batur verstärkt, um der steigenden Nachfrage nach gastroenterologischen Untersuchungen zeitnah nachkommen zu können». ■

 **Spitalverbund
Appenzell Auserrho-den**

www.spitalverbund.ch

Vom Labor- dienstleister zur diagnostischen Plattform

Die promovierten Mediziner Lorenz und Martin Risch leiten seit 2011 das liechtensteinisch-schweizerische Familienunternehmen. Mit Erfolg.



Wie hat sich die Dr. Risch-Gruppe seit dem Führungswechsel entwickelt?

Lorenz Risch: In den letzten Jahren haben wir unser Unternehmen quantitativ und qualitativ massiv ausgebaut. Dabei wandelte sich der einstige Labordienstleister zu einer diagnostischen Plattform. Es ging aber auch darum, mit den Firmen- und Führungsstrukturen diesem Ausbau gerecht zu werden. Es freut uns, dass wir unseren Weg mit vielen kompetenten Fachpersonen beschreiten können.

«Um allen Aufgaben in hoher Qualität gerecht zu werden, ist eine kritische Unternehmensgrösse erforderlich.»

Welche Entwicklungen sind Ihnen in der Branche aufgefallen?

Martin Risch: Bei den medizinischen Laboratorien hat eine beachtliche Konsolidierung der Dienstleister stattgefunden. Die Anforderungen an medizinische Laboratorien steigen deutlich, aus regulatorischer Sicht, aber auch im Hinblick auf die Bedürfnisse. Digitalisierung, Qualität, Professionalisierung der Prozesse, Einführung neuer Technologien oder Präzisionsmedizin sind Themen, die alle Laboratorien betreffen. Um diesen Aufgaben in hoher Qualität gerecht zu werden, ist eine kritische Unternehmensgrösse erforderlich, welche auch einen hohen Kapitalbedarf mit sich bringt. Diese Notwendigkeit und der Mangel an zukunftsträchtigen Nachfolgelösungen sind mit der Grund, warum sich medizinische Laboratorien zunehmend über Private Equity, institutionelle Anleger oder Finanzmärkte finanzieren.

Nach welchen Kriterien teilen sie sich Ihre Aufgaben und welche Rolle spielt gegenwärtig Ihr Vater als Gründer?



Martin Risch: «Bei den medizinischen Laboratorien hat eine Konsolidierung der Dienstleister stattgefunden.»

Lorenz Risch: Wir sind beide in der Gruppenleitung und im Verwaltungsrat unserer Firmengruppe. Martin nimmt als CEO die Leitung der Geschäftsführung wahr und arbeitet vorrangig an organisatorischen Themen. Als Präsident des Verwaltungsrats und Chief Medical Officer kümmere ich mich primär um fachlich-medizinischen Belange.

Martin Risch: Unser Vater ist Mitglied im Verwaltungsrat und repräsentiert das Unternehmen gelegentlich nach aussen oder innen. Operativ betreut er vor allem unsere Bautätigkeiten. Wenn Not am Mann ist, engagiert er sich nach wie vor mit seinem Fachwissen. Während der Corona-Pandemie etwa war er in unserer Corona-Hotline aktiv.

Schnelles Wachstum kann Unternehmen oftmals überfordern. Wie haben Sie diese Phase im eigenen Fall in Erinnerung behalten?

Lorenz Risch: Auch wenn es immer wieder mal Situationen gegeben hat, an denen wir angestanden sind, ist es zum Glück nie zu längeren Phasen

der Überforderung gekommen. Dank kurzer Entscheidungswege und klarer Eigentumsverhältnisse konnten wir sehr schnell und unkompliziert auf Entwicklungen reagieren.

Martin Risch: Zu Beginn der Covid-19-Pandemie starteten alle Laboratorien am selben Punkt. Zwar gehören wir zu den grossen national aufgestellten Laboratorien, wir sind aber nicht die Grössten. Trotzdem ist es uns und einem anderen Familienunternehmen gelungen, zu den bedeutenden Anbietern von Testungen in der Schweiz und Liechtenstein zu werden.

Stichwort Corona: Wie würden Sie da Ihre Rolle beschreiben?

Lorenz Risch: Unser Ziel war und ist es nach wie vor, unsere maximale Schaffenskraft in den Dienst von öffentlichen und privaten Massnahmen zu stellen, zur Bekämpfung der Pandemie. Dies ver- >>



SPITZEN DIAGNOSTIK ÜBER GENERATIONEN

Ihr Labor – heute und morgen

RISCH.CH



Lorenz Risch: «Digitalisierung und Regulatorien bleiben wichtige Determinanten für unsere Entwicklung.»

- » langt unserem Team alles ab. Umso schöner ist es zu sehen, dass wir bei Dienstleistungen, der Forschung und der Einführung von Innovationen einen massgeblichen Beitrag leisten konnten. Dies war letztlich aber auch nur dank einer breiten und unverzüglich zustande gekommenen Zusammenarbeit über alle Grenzen hinweg möglich.

Die Labormedizin kann sich der zunehmenden Digitalisierung sowie neuen regulatorischen Vorgaben nicht entziehen. Mit welchen Schritten reagieren Sie darauf?

Lorenz Risch: Wir wollen achtsam und vorausschauend sämtliche Einflussfaktoren mit einbeziehen und soweit möglich mitgestalten. Digitalisierung und Regulatorien bleiben wichtige Determinanten für unsere Entwicklung. Man kann regulatori-

sche Vorgaben als lästig betrachten und nur das Nötigste tun. Man kann sie aber auch als Herausforderung begreifen und so umsetzen, dass sie das Unternehmen nach vorne bringen.

Und wie beurteilen Sie den Einfluss der Digitalisierung: Fluch oder Segen für Ihre Branche?

Martin Risch: Unsere Kernkompetenz, die medizinische Analytik und Diagnostik, ist entscheidend für die Qualität unserer Arbeit. Die Möglichkeiten der Digitalisierung nicht zu nutzen, wäre jedoch nicht verantwortungsbewusst. Die Darstellung von Ergebnissen, die Etablierung neuer digital basierter Prozessketten, das reibungslose Zusammenspiel von Systemen, aber auch viele andere Themenbereiche haben schon jetzt dazu geführt, Qualität und Nutzen von labormedizinischen Dienstleistungen zu steigern. ■

Krisenbewältigung am Puls der Zeit

Seit zehn Jahren ist das Zentrum für Labormedizin als selbstständig, öffentlich-rechtliches Unternehmen mit Sitz in St.Gallen aktiv. Am Puls der Zeit wird laufend in die Zukunft investiert.

Mit seinen rund 260 Mitarbeitenden gehört das ZLM zu den zehn führenden medizinisch-diagnostischen Laboratorien der Schweiz. CEO Prof. Dr. med. Wolfgang Korte

Professor Korte, welchen Einfluss hat die Pandemie auf die wirtschaftliche Situation der labormedizinischen Diagnostik?

Im Allgemeinen ist die Gesundheitsbranche ein stark wachsender Wirtschaftszweig. Die Labormedizin bietet wichtige Entscheidungsgrundlagen für die Behandlung von Patienten und hat sich zu einem entscheidenden Instrument bei frühzeitiger Erkennung oder Verlaufskontrolle auch schwerer Krankheiten entwickelt. Dabei macht sie nur ca. 3 bis 4 Prozent der Gesamtkosten aus, ist aber an 60 bis 80 Prozent aller klinischen Entscheidungssituationen massgeblich beteiligt. Der steigende Bedarf an labormedizinischer Diagnostik durch die demografische Entwicklung birgt Chancen und Risiken in sich.

Wie meinen Sie das?

Betrachten wir die rasche Dynamik der SARS-CoV-2 Pandemie, die uns im Februar des letzten Jahres plötzlich vor neue Herausforderungen stellte. Eine deutlich erschwerte Logistik im Lockdown und zunehmende Testquoten führten schnell zu Engpässen von Reagenzien und Testmaterialien. Das ZLM reagierte, in dem wir eine hausinterne PCR implementierten, selbstentwickelte Verfahren zur RNA-Extraktion verifizierten und mit einer regionalen Firma Abnahmetupfer produzierten,

um uns von ausländischen Lieferanten unabhängig zu machen. Im Verlauf der Pandemie wurden verschiedene neue Testverfahren auf Antikörper oder Antigene überprüft und angeboten. Wir haben laufend in neue Apparaturen und die Informatik investiert, um die Analysenvolumina zu bewältigen und den stets neuen Vorschriften von Bund und Kanton gerecht zu werden. Zudem haben wir Ende Februar dieses Jahres ein eigenes Testzentrum eröffnet, in dem wir bis Ende September über 12'000 Nasen-Rachen-Abstriche getätigt und verarbeitet haben. Krisenzeiten bieten also auch Wachstumschancen.

Und wo liegen die Risiken?

Die Ausgewogenheit zwischen Agieren und Reagieren zu finden. Agieren wir, müssen wir planen und vorwärtsgehen, geplante Investitionen tätigen, auch Risiken eingehen. Reagieren bedeutet gerade in Krisenzeiten, sich den stetig veränderten Situationen und Rahmenbedingungen anzupassen – und zwar kurzfristig, aber souverän, zu handeln. Wir müssen schneller reagieren, dazu ist ein höherer Digitalisierungsgrad notwendig. Es braucht mehr IT-Kompetenz, um ständige Weiterentwicklungen und Investitionen in immer kürzeren Zeitabständen zu bewältigen. Zudem sollen zunehmend Laborleistungen in höchster Qualität und kürzester Bearbeitungszeit erbracht werden. Eine weitere Schwierigkeit ist, qualifizierte Mitarbeitende verschiedenster Sparten zu gewinnen.

Trotz Corona hat das ZLM in diesem Jahr mit der Flowzytometrie ein zukunftsweisendes Projekt in der immunologischen Diagnostik möglich gemacht. Was hat es damit auf sich?

Die Flowzytometrie ist eine sehr komplexe Diagnostik, die entsprechend aufwendig und zeitintensiv ist. Es werden Zellen mit Antikörpern erkennbar gemacht – etwa, um bestimmen zu können, ob es sich um normale oder Krebszellen handelt. Dies ist für die Diagnose und Therapieüberwachung eine unverzichtbare Technik. In einem Novum in Europa arbeiten nun die Flowzytometrie-Laboratorien des ZLM St.Gallen und des Kantonsspitals Aarau routinemässig in akkreditierter digitaler Produktionsgemeinschaft nach standardisierten (Euroflow-)Kriterien. Qualitativ hochstehend, schnell und effizient – zugunsten unserer Patienten und Einsender.

Wie sehen Sie die Zukunft?

Wir sind wie private Laboratorien den Regulierungen, Veränderungen und Strukturanpassungen im Gesundheitswesen ausgesetzt und müssen genauso wirtschaftlich, handeln um unsere Investitionen aus eigener Kraft stemmen zu können. Ein wesentliches Thema bei uns ist die Personalentwicklung: Die Veränderungen der individuellen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Rahmenbedingungen macht es notwendig, sich nicht mehr nur auf die klassischen Werkzeuge der Ausbildung und Rekrutierung zu verlassen, wir benötigen hier auch (für den Laborbereich bisher eher ungewöhnliche) neue, spezifische Prozesse, um Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter intern zu qualifizieren und beruflich und persönlich weiterzuentwickeln.

Da gut ausgebildetes Personal nach wie vor ein rares Gut ist, müssen wir parallel auch die Automation wo immer möglich ausbauen, wie wir das jetzt exemplarisch im Rahmen der Corona-Pandemie erfahren haben. Dies sollte uns auch erlauben unsere Reputation als eines der Top-10-Labore der Schweiz durch exzellente Fachkompetenz, insbesondere in der Vernetzung mit dem



klinischen Bereich, voranzutreiben. Mit diesem Ziel können wir uns auf unserem bisherigen Erfolg nicht ausruhen. Unser Versprechen «Diagnostische und klinische Kompetenz aus einer Hand» bleibt weiterhin unsere Kernaufgabe.

Ein weiterer Schritt in die Zukunft eines hochprofessionellen, automatisierten und qualitativ hervorragenden Labors ist Ihr Neubauprojekt. Wie weit sind Sie hier?

Aktuell sind wir in St.Gallen auf zwei Liegenschaften verteilt. Dies kompliziert bereichsübergreifende Prozesse und erhöht den Aufwand. Zusätzlich sind unsere Liegenschaften stark in die Jahre gekommen und wir stossen mit unserem Raumbedarf an die Grenzen. Um den Bedürfnissen und den Anforderungen eines modernen Labors nachzukommen, werden die bestehenden Liegenschaften durch ein nach heuti-

gen Vorgaben und Richtlinien modernes, hochautomatisierbares und nachhaltiges Laborgebäude ersetzt.

Das Projekt läuft wie geplant: Wir gehen in die erste Umsetzungsphase und werden ab Oktober unseren Zwischenstandort in St.Fiden beziehen. Der Umzug wird in unterschiedlichen Etappen erfolgen. Zuerst werden die Backoffices umziehen, danach folgend die Laborkabinen. Dies beansprucht Zeit und ist sehr anspruchsvoll, da es unter laufendem Betrieb erfolgen muss. Zudem wird im Laufe des kommenden Jahres auch unser hämatologisches Ambulatorium an den Zwischenstandort verlegt.

Wir freuen uns darauf, dann in einiger Zeit unser neues Gebäude beziehen zu können. Dieses Investment in die Zukunft ist ein Bekenntnis zum spitalnahen Standort St.Gallen. ■



Individuelle Behandlung und erstklassige Betreuung gepaart mit hoher Fachkompetenz

Die Clenia Littenheid AG ist eine führende Klinik mit privater Trägerschaft und einer über 120-jährigen Geschichte. Sie nimmt für zwölf Schweizer Kantone und für das Fürstentum Liechtenstein Grundversorgungsaufträge wahr. Auf 17 Stationen mit 242 Betten, einer Tagesklinik in Frauenfeld sowie in ambulanten Zentren in Amriswil, Frauenfeld, Kreuzlingen, Sirnach und Winterthur behandelt sie Menschen jeden Alters mit Erkrankungen aus dem gesamten Diagnosespektrum der Psychiatrie und Psychotherapie. Die Patientinnen und Patienten erhalten bei der Clenia Littenheid AG eine ausgezeichnete, höchst kompetente und individuelle Therapie und Betreuung in stilvoller Atmosphäre. Die Clenia Privatklinik Littenheid gehört zur Clenia-Gruppe, der grössten privaten Anbieterin von psychiatrischen und psychotherapeutischen Dienstleistungen der Schweiz.

Clenia Littenheid AG

Privatklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie
Hauptstrasse 130
CH-9573 Littenheid
Tel. +41 71 929 60 60
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch