



Fachklinik für Orthopädie, Innere Medizin, Atemwegserkrankungen, Dermatologie und Rehabilitation



BARMER-Mitarbeiter aus Hamburg und Berlin konnten nach der Fachtagung gehaltvolle Informationen mit nach Hause nehmen.

## BARMER-Fachtagung – ganz im Zeichen des Herbstes!

Erlebnisreich, aufschlussreich und lehrreich – die BARMER-Fachtagung, die vom 7. bis zum 9.11.2018 in der Ostseeklinik Prerow stattfand, hat mit ihrem Leitthema „Herbst“ bei den Teilnehmern viel Beifall geerntet.

Die diesjährige Fachtagung stand ganz im Zeichen des Herbstes. Unter diesem Leitthema konnten den Gästen viele klinikspezifische Informationen verständlich nähergebracht werden. Die zahlreichen Teilnehmer kamen aus Hamburg

und Berlin. Im Rahmen der Fachtagung sollten die BARMER-Mitarbeiter mit den drei unterschiedlichen Leistungsbereichen des Hauses, deren Schwerpunkten, den Abläufen des Klinikalltags und

FORTSETZUNG AUF SEITE 2 >>

### EDITORIAL

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

die Weihnachtszeit ist nicht nur eine Zeit der inneren Einkehr, sondern eröffnet uns auch eine Rückschau auf das Jahr, das sich allmählich dem Ende zuneigt. 2018 gab es eine große Veränderung in der Ostseeklinik Prerow. Frau Barbara Landwehr hat am 1. Oktober die Klinikdirektion übernommen und löst damit Veronika Hartmann ab, die derzeit neue spannende Wege beschreitet. Wir möchten Frau Hartmann an dieser Stelle alles Gute wünschen.

Ein besonderes Ereignis im Jahr 2018 war auch die diesjährige BARMER-Fachtagung, über die Sie in diesem Prerowbrief mehr erfahren. Und nicht zu vergessen: unsere aktuelle Patientenbefragung 2018, die uns wieder einmal zeigt, dass unser Konzept aufgeht.

Wir wollen aber nicht nur zurück, sondern auch nach vorne schauen – in einem Ausblick auf ein gemeinsames 2019.

Genießen Sie die Festtage und bleiben Sie gesund.

Ihr Team der  
Ostseeklinik Prerow

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden Begriffe wie „Patient“ oder „Mitarbeiter“ in der maskulinen Form verwendet, beziehen sich aber grundsätzlich auf alle Geschlechter.

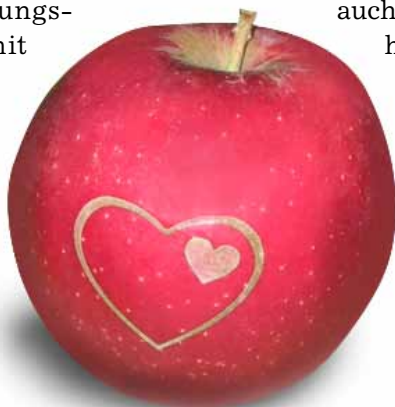
>> FORTSETZUNG VON SEITE 1

dem Konzept der Ostseeklinik Prerow vertraut gemacht werden.

### Von jedem etwas

Das Programm der Fachtagung war prall gefüllt und reichte von Vorträgen zur Klinikstruktur, Ausstattung, „Altersspezifischen Rehabilitation“ über aktuelle Reha-Themen bis hin zum Therapieselbsttest und einem Rundgang durch das Klinikgelände. Eine abwechslungsreiche Agenda, die trotz der fachlichen Tiefe alles andere als trocken war. Denn auch die Unterhaltung kam nicht zu kurz. So gab es zum Beispiel ein gemeinsames Sportprogramm und stimmungsvolle Abendessen mit abwechslungsreichem Programm.

Der Herbstapfel – mit der richtigen Pflege kann er sich einer langen Haltbarkeit erfreuen.



### So fühlt sich das Alter an

Den Herbst des Lebens am eigenen Leib spüren: An einem Tag wurden die Teilnehmer aufgefordert, einmal in die Rolle eines Rehabilitierenden zu schlüpfen – und Beschwerden nachzuempfinden, die das fortschreitende Alter so mit sich bringt. Ankleiden, Rollstuhl schieben, Apfel schälen, Wäsche aufhängen – mit motorischen Einschränkungen werden diese kleinen Alltagsdinge oft zu großen Herausforderungen.

Durch gezielte Übungen konnten die BARMER Mitarbeiter spielerisch erleben, das der Herbst des Lebens auch seine Schattenseiten

hat. Ein Experiment, das vielen Teilnehmern die Augen geöffnet hat. Gleichzeitig wurde auf diesem Weg auch die hohe Relevanz von „Altersspezifischer Rehabilitation“ in den Mittel-



Theorie ist das eine, praktische Erfahrung das andere: Bei der Fachtagung erlebten die Teilnehmer, dass viele Handgriffe durch eine eingeschränkte Motorik im Alter schwerer fallen und wie Pflegekräfte unterstützende Aufgaben übernehmen müssen.

punkt gerückt. Denn der Erhalt der Mobilität ist der wichtigste Schritt, um im Alter ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Das Motto „Herbst“ hat diese Fachtagung in ein besonderes Licht getaucht und die Teilnehmer nachhaltig begeistert.

### RANDNOTIZ

## Schmerzen in den Griff bekommen

Chronische und akute Schmerzen lassen sich beherrschen.

Markus Gerz, Chefarzt der Orthopädie, kennt Wege aus dem Schmerzkreislauf.

Markus Gerz ist ein Spezialist für „Spezielle Schmerztherapie“ und kann über 20 Jahre Erfahrung in dem Bereich vorweisen. Vor allem in der altersspezifischen medizinischen Rehabilitation ist eine professionelle Schmerzbehandlung eine wesentliche Therapiesäule, denn Arthrose, Kopfschmerzen, Rheuma und Osteoporose können die Lebensfreude von Senioren erheblich schmälern. Mit einem maßgeschneiderten individuellen Therapiekonzept, das aus medizinischen, medikamentösen, physiotherapeutischen und psychologischen Komponenten besteht, kann man dem Schmerz aktiv begegnen und die unangenehme Schmerzempfindung eindämmen.





Eine erfolgreiche Osteoporose-Therapie besteht aus mehreren Bausteinen, die ineinandergreifen.

## Osteoporose – starkmachen für schwache Knochen

Mehr als 6 Millionen Deutsche sollen unter Osteoporose (Knochenschwund) leiden. Durch die gestörte Knochenarchitektur kommt es bei den Betroffenen zu vermehrten Knochenbrüchen, die vor allem im Alter Risiken bergen. Diese Erkrankung des Skeletts wird im osteoporotischen Schwerpunktzentrum der Ostseeklinik Prerow umfassend behandelt.

■ Ernährung als Erfolgsrezept: Bei Osteoporose-Betroffenen ist eine gesunde Ernährung ein wichtiger Bestandteil der Therapie. Denn durch eine vitaminreiche und kalziumhaltige Ernährung wird der Knochen gestärkt. Zum Hintergrund: Instabile und brüchige Knochen gehen oft mit einem Kalziummangel einher. Durch die professionelle Ernährungsberatung in der Ostseeklinik Prerow lernen Patienten zum Beispiel, wie sie ihre Knochen durch die richtige Ernährung stärken, welche „Kalziumräuber“ (z.B. Alkohol und Rauchen) sie besser meiden sollten und weshalb das Sonnenvitamin D für sie so wichtig ist. Dazu gibt es ein individuelles Bewegungsprogramm. Denn starke Muskeln schützen zusätzlich vor Knochenschwund.

### Ein ganzheitliches Konzept

Osteoporose ist ein wichtiger fachlicher Schwerpunkt der Ostseeklinik Prerow. Dabei steht die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Ernährungsberatern, Orthopäden, Internisten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und weiteren Spezialisten im Vordergrund. Die Knochendichtemessung (Osteodensitometrie) erfolgt über die strahlungsarme DXA-Röntgenmethode und ist eine wichtige Untersuchung, um die Diagnostik weiter zu spezifizieren und einen individuellen Therapieplan auszuarbeiten, der das Krankheitsbild nach dem Rehaufenthalt deutlich verbessern kann. Das ist das Ziel.

### LAND UND LEUTE

## Aus den Schatzkammern des Meeres

Wer im Winter bei Wind und Wetter am Ostseestrand entlangwandert und nach urzeitlichen Schätzen Ausschau hält, wird reichlich belohnt.

Fossiliensammeln hat jetzt Hochsaison. Am häufigsten finden Strandwanderer spitze Donnerkeile (Belemniten). Die gelblich-braunen Fossilien sind Schalen urzeitlicher Tintenfische. Früher glaubte man, dass der Donnergott Thor sie auf die Erde geschleudert hat. Selbst heute schreibt man den Versteinungen noch magische Wirkung zu – so sollen sie z. B. bei Rückenschmerzen helfen. Aber auch Bernsteinsteine sowie Feuersteine (dunkle Steine mit weißer Kruste) sind beliebte Sammlerobjekte. Wer großes Glück hat, findet auch einen Feuerstein mit einem mittigen Loch. Diese „Hühnergötter“ sind beliebte Glücksbringer, die eine beschützende Wirkung haben sollen.



Nach einem Wintersturm werden viele urzeitliche Fundstücke freigespült.

# Volle Punktlandung bei den Patienten

Auch 2018 hat die Ostseeklinik Prerow bei ihren Patienten in vielen Bereichen hervorragend abgeschnitten. Hier eine kleine Zusammenfassung ausgewählter Ergebnisse.



Eine offene Meinung ist uns wichtig. Im Rahmen der Patientenbefragung ermitteln wir mithilfe eines umfangreichen Fragebogens die Zufriedenheit unserer Patienten mit ihrer Reha.

■ Erfolg ist ... wenn der Patient rundum zufrieden ist. Deshalb stellt sich die Ostseeklinik Prerow alle Jahre wieder selbst auf den Prüfstand – mit einer detaillierten Patientenbefragung. So werden Stärken weiter ausgebaut, Schwächen erkannt und neue Ziele definiert. Zum Prozedere: Zum Abschluss des Aufenthaltes erhält der Patient einen Fragebogen zur Beurteilung der Bereiche „Ärzte“, „Pflege“, „psychologische Betreuung“, „Schulung“ und „Therapie“.

## Daumen hoch für Ärzte, Pflege und Schulungen

Die Ärzte der Ostseeklinik Prerow wurden von den meisten Patienten

als einfühlbar beschrieben. Positiv wurde auch bewertet, dass sie stets die richtigen Therapien veranlassen und diese ausführlich sowie verständlich besprechen. Auch die pflegerische und psychologische Betreuung wurde von fast allen Patienten als positiv beurteilt. Die Schulungsangebote wie z.B. die Ernährungstherapie, Asthmaschulungen, medizinische Vorträge und Seminare kamen bei den Patienten ebenfalls gut an.

## Applaus für die Therapien und die Unterkunft

Bei den Fragen rund um das Therapieangebot wurden die Erläuterungen zu den einzelnen Therapieschritten, die Sozialberatung und die Physiotherapie besonders gut bewertet. Die Einrichtung des Zimmers, die Sauberkeit des Hauses, die Freundlichkeit der Servicekräfte und die Atmosphäre der Klinik standen ebenfalls hoch im Kurs. Bei so viel positivem Feedback ist es kein Wunder, dass nahezu alle der befragten Patienten die Ostseeklinik Prerow uneingeschränkt weiterempfehlen würden.

### VERANSTALTUNGEN

## Spannendes neues Jahr!

2019 hat so einiges zu bieten. Auch in den kalten Wintermonaten steht viel Abwechslung und Unterhaltung auf dem Programm.



**31.12.2018**  
**Prerower Zeitsprung**  
Lichtinstallation entlang des Hauptüberganges zur Seebrücke



**01.01.2019**  
**Anbaden**  
Eröffnung der Badesaison – Mutige stürzen sich ins eiskalte Badevergnügen



**03.02.2019**  
**Darßer Bernsteinwoche**  
Darß Museum – Ausstellung, Vorträge etc.



**16.02.2019**  
**Fastnachtstonnenabschlagen**  
Erlebniswiese Born

