



Klinikdirektorin Barbara Landwehr beglückwünscht Ulrich Morlock zur Berufung als neuen Ärztlichen Direktor der Ostseeklinik Prerow.

## Herzlich willkommen! Ulrich Morlock setzt vieles in Bewegung

Dürfen wir vorstellen? Ulrich Morlock, Chefarzt der Orthopädie, ist seit dem 15.02.2020 auch Ärztlicher Direktor der Ostseeklinik Prerow. Eine wichtige Personalveränderung, die die Expertise der Klinik noch mehr stärkt.

■ Die Fachkompetenz der Ärzte und viel Empathie bestimmen maßgeblich die Zufriedenheit der Patienten der Ostseeklinik Prerow. Ulrich Morlock bringt beides mit.

Zu seiner beruflichen Laufbahn: Vor seiner Tätigkeit an der Ostsee war er bereits viele Jahre in der Rehabilitativen Medizin tätig und in Kliniken in Baden-Württemberg beschäftigt. Vorausgegangen war

FORTSETZUNG AUF DER NÄCHSTEN SEITE >>

### EDITORIAL

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

wie sagt man so schön: Der Frühling ist die Zeit für Wachstum und Veränderung. Auch die Ostseeklinik Prerow kann pünktlich zum Frühlingsanfang mit so einigen Neuigkeiten aufwarten. Allen voran gibt es eine wichtige Personalveränderung: Ab Februar 2020 ist Ulrich Morlock, Chefarzt der Orthopädie, auch Ärztlicher Direktor der Ostseeklinik Prerow. Erfahren Sie in unserem Leitartikel mehr über Ulrich Morlock und seine Ziele.

Eine weitere großartige Neuigkeit ist der innovative Bewegungsparcours „Der Me(e)hrweg“. Das bewegungstherapeutische Konzept besteht aus zwölf Stationen, die die Mobilität von älteren Patienten unterstützen sollen. Am 27. April wird er feierlich in der Klinik eingeweiht. Machen Sie sich schon jetzt ein Bild von dem innovativen „Me(e)hrweg“.

Sind Sie bereit für die schönste aller Jahreszeiten? Starten Sie voller Elan in den Frühling!

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

der Erwerb des Facharztstatus für die Unfallchirurgie und Orthopädie. Ulrich Morlock hat außer der orthopädischen und traumatologischen Ausbildung weitreichende Kenntnisse in der Gefäßchirurgie.

### Es gibt viele gute Gründe

Den Mediziner haben vor allem die hervorragende medizinische und therapeutische Ausstattung und die umfangreichen diagnostischen Möglichkeiten der Klinik überzeugt. Auch die hohe Qualifikation der Mitarbeiter festigte seine Entscheidung, Ärztlicher Direktor in Prerow zu werden. In der Klinik wird interdisziplinär in allen

Bereichen gearbeitet – immer mit dem Ziel, zusammen einen nachhaltigen Rehabilitationserfolg zu erreichen. Und natürlich war auch die unvergleichliche Lage ein echtes Pro-Argument. Die Nähe zum Strand mitten im Naturpark Vorpommersche Boddenlandschaft unterstützt die Gesundheit der Patienten erheblich. Das milde Reizklima der Ostsee hat einen sehr hohen Gesundheitswert – für viele Indikationen.

### Neue Position, neue Ziele

Die neue Herausforderung von Ulrich Morlock bringt viel Verantwortung mit sich. Gegenüber den

„Das milde Reizklima hat einen sehr hohen Gesundheitswert – für viele Indikationen.“

Patienten, aber auch gegenüber den Mitarbeitern. Die gute Kooperation in der Ärzteschaft und die professionelle Zusammenarbeit aller Bereiche der Klinik machten es dem neuen Ärztlichen Direktor jedoch einfach, innovative Rehabilitationskonzepte zu entwickeln und mit vereinten Kräften zu realisieren. Die Nachhaltigkeit des Reha-Erfolgs und der Ausbau der Therapie- und Behandlungskonzepte für die Patienten der Klinik sind dabei die Schwerpunkte. Summa summarum: Ulrich Morlock hat eine gesunde Basis, um Schritt für Schritt viel zu bewegen.

„Die Ostseeklinik Prerow eröffnet mir eine Vielfalt an diagnostischen Möglichkeiten, um Patienten erfolgreich zu behandeln.“

#### RANDNOTIZ

## Entspannung lässt sich üben

Dauerhafter Stress tut Körper, Geist und Seele nicht gut. Umso wichtiger ist es, dass die Patienten der Ostseeklinik Prerow alltagstaugliche Entspannungstechniken lernen.

Jeder Körper braucht eine Balance aus Anspannung und Entspannung, da er sonst irgendwann Stresssymptome, wie z. B. Kopfschmerzen, Bluthochdruck und Schlafstörungen, entwickelt. In der Klinik lernen die Patienten Methoden kennen, die sie gezielt



Ruhe pur: In der Ostseeklinik Prerow stehen den Patienten bei der Schulung von Entspannungstechniken bequeme einstellbare Sessel zur Verfügung.

zur Ruhe bringen. Die progressive Muskelentspannung (PME) nach Edmund Jacobson ist eine besonders beliebte Technik, die leicht erlernbar ist und bei vielen Patienten schon nach kurzer Zeit Wirkung zeigt. Aber auch Tanztherapie, Lachyoga, Qigong, Fantasiereisen,

Atemgymnastik, Gesprächstherapien und die Biofeedback-Therapie werden während der Rehabilitation gezielt eingesetzt, um die Stresshormone im Körper abzubauen. So ergänzt eine ganze Bandbreite an Entspannungstechniken das schulmedizinische Angebot der Klinik.

# Der Me(e)hrweg

Bewegung hält das Leben am Laufen. Deshalb wurde in der Ostseeklinik Prerow ein Parcours für die Patienten errichtet. Er soll ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit verbessern. Am 27. April 2020 wird der Me(e)hrweg feierlich eingeweiht.

## Mehr Bewegung. Mehr Lebensqualität.

Ein bewegender Tag steht bevor: Am 27. April 2020 stellt die Ostseeklinik Prerow das neue bewegungstherapeutische Konzept vor. An der Eröffnungsfeier werden Vertreter der BARMER und auch Harry Glawe, Minister für Wirtschaft, Arbeit, Gesundheit des Landes Mecklenburg-Vorpommern, teilnehmen. Der Me(e)hrweg soll älteren Patienten dabei helfen, ihre Mobilität und Sicherheit zu verbessern und ihre Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten.

Der Parcours zieht sich durch die gesamte Klinik – bis hin zum Außenbereich und den Innenhöfen. An insgesamt zwölf Stationen üben die Patienten Kraft, Beweglichkeit, Feinmotorik, Kondition, Koordination sowie Gleichgewicht. Damit sie sich in Alltagssituationen sicherer bewegen, gibt es verschiedene Untergründe und Unebenheiten, wie z.B. Kopfsteinpflaster, Sand

und Kies. Auf der Eröffnungsfeier können die geladenen Gäste die einzelnen Stationen persönlich testen und sich live ein Bild von dem innovativen Konzept machen. Der Me(e)hrweg fördert übrigens nicht nur die Mobilität, sondern bringt auch die Gemeinschaft der Patienten in die Gänge.



Die Tafeln des Bewegungsparcours führen die Patienten Schritt für Schritt zielsicher durch die Übungen.

### LAND UND LEUTE

## Ausflugsziel mit Weitsicht

Backsteinriese in Sicht: Der 35 Meter hohe Leuchtturm zählt zu den ältesten Leuchtfeuern an der deutschen Ostseeküste. Ein Besuch lohnt sich: zu Fuß, mit dem Rad oder mit der Pferdekutsche.

Eine atemberaubende Naturkulisse: Der altehrwürdige Leuchtturm Darßer Ort wird vom rund 4.700 Hektar großen Darßwald eindrucksvoll umrahmt. Wer die 134 Stufen erklommen hat, wird mit einem fantastischen Blick über den Wald, den Weststrand und die Ostsee belohnt. Bei klarer Sicht erkennt man sogar die Umrisse von Hiddensee und der dänischen Insel Mön. Der Turm ist noch heute in Betrieb und wird ferngesteuert betrieben. Er warnt die Schiffer vor den Untiefen der Darßer Schwelle. In dem kleinen Leuchtturmwächterhäuschen befindet sich ein Café, das zu einer wohlthuenden Verschnaufpause einlädt. In den anderen Gebäuden des Leuchtturmgehöfts sind Ausstellungen des Deutschen Meeresmuseums, das NATUREUM, untergebracht.



Der Leuchtturm wurde 1848 gebaut und befindet sich an der Nordwestspitze der Halbinsel.

# COPD – Eine Rehabilitation für mehr Lebensqualität

Die obstruktive Lungenerkrankung (chronic obstructive pulmonary disease) ist eine nicht heilbare Erkrankung, deren Symptome jedoch durch unterschiedliche medizinische Maßnahmen gelindert werden können.



Der Klinik stehen im Bereich Pneumologie/Atemwegserkrankungen umfassende lungenfunktionsdiagnostische Möglichkeiten zur Verfügung.

■ COPD ist eine schwerwiegende Diagnose und eine große Herausforderung. Für Betroffene und Behandelnde. Denn: Bei einer COPD spricht man von einer irreversiblen Erkrankung, d. h. sie ist nicht mehr heil- oder rückführbar. Zu den typischen Symptomen gehören u. a. Auswurf, Husten, Atemnot und eine Verringerung der Leistungsfähigkeit. 80 bis 90 Prozent aller COPD-Fälle haben übrigens im Rauchen ihren Ursprung. Die Krankheit

wird in vier Schweregrade (GOLD-Stadien) eingeteilt, von denen die therapeutischen Maßnahmen der Rehabilitation abhängen.

## Ein strukturiertes Therapieprogramm

Die Ostseeklinik Prerow bietet ihren COPD-Patienten ein umfassendes Therapiekonzept von mindestens drei Wochen an. Ziel ist es, die Atemmuskulatur zu trainieren,

Kraft und Ausdauer zu verbessern, das Immunsystem zu stabilisieren, die Gesundheit zu stärken und die Patienten ausführlich zu schulen. Der COPD-Patient soll durch die Maßnahmen besser im Alltag zurechtkommen und durch die Verzögerung des Krankheitsverlaufs so lange wie möglich gesundheitlich stabil bleiben. Dafür gibt es in der Ostseeklinik Prerow eine große Bandbreite an rehabilitativen Maßnahmen.

## VERANSTALTUNGEN

### Bunte Veranstaltungsvielfalt



Die Tage werden länger und die Menschen wieder aktiver. Passend dazu gibt es auf der Halbinsel viele tolle Veranstaltungstipps.

**11.04.2020, 13 Uhr  
19. Fischländer  
Strandgalopprennen**  
Traditionell zu Ostern sind am Strand von Wustrow wieder die Pferde los! Ab 18:30 Uhr Oster-Lagerfeuer mit Livemusik

**26.04.2020, ab 9 Uhr  
Spinnmarathon zum  
Darßmarathon**  
Entlang der Laufstrecke werden fleißige Spinnerinnen die Läufer des Darßmarathons anfeuern. Darß Museum, Prerow

**30.05.2020, 10–18 Uhr  
Töpfermarkt**  
Keramiker aus ganz Deutschland bieten ihre Waren an – für jeden Geschmack ist etwas dabei! Darß Museum, Prerow

