



Durch die Einzelbetreuung bei der Anwendung von Inhalatoren kann das Fachpersonal intensiver auf die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen eingehen.

Mehr Patientenwissen – der Weg zum Therapieerfolg

Die Therapie von chronisch Lungenkranken besteht aus mehreren Bausteinen. Neben medikamentösen und nicht medikamentösen Maßnahmen bildet auch die Patientenschulung einen entscheidenden Schwerpunkt.

Fundiertes Patientenwissen trägt zur Gesundheit oder zum bestmöglichen Umgang mit einer Krankheit bei. Denn eine informierte Patientin ist deutlich besser in der Lage, die Ursachen, Diagnoseverfahren und Therapi-

emöglichkeiten ihrer Erkrankung zu verstehen. So werden die Akzeptanz, die mentale Verarbeitung und der bessere Umgang mit der Erkrankung deutlich erhöht.

FORTSETZUNG AUF DER NÄCHSTEN SEITE >>

Liebe
Leserin,
lieber Leser,

der Sommer verblasst, die Tage werden kürzer, die Farben der Natur werden wärmer und die Luft wird kühler. Der Herbst ist die Zeit des Übergangs und er verströmt eine besondere Stimmung der Melancholie, der Gemütlichkeit und des Innehaltens.

Es gibt ein paar Neuigkeiten, die wir Ihnen gerne nahebringen möchten. Dazu gehören zum Beispiel unsere neu ausgerichteten Patientenschulungen bei Atemwegserkrankungen. Und wir gewähren Ihnen einen Einblick in die Küche der Ostseeklinik Prerow, die Vielfalt und Frische in sich vereint.

Genießen Sie den zauberhaften Herbst und vielleicht ja auch die köstlichen Kürbis-Muffins, die wir Ihnen als Rezept in diesem Prerowbrief zur Verfügung stellen.

Ihr Team der
Ostseeklinik Prerow

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

>> FORTSETZUNG VON SEITE 1



Patientinnen mit chronischen Atemwegserkrankungen, wie z. B. Asthma und COPD, können viel zur Genesung beitragen, wenn sie umfangreich über ihre Erkrankung informiert sind.

Frank Schumacher,
Chefarzt, Abteilung Pneumologie der Ostseeklinik Prerow

Atemwegserkrankungen sind ein besonders komplexes Thema, das ein umfangreiches Fachwissen voraussetzt. Die Ostseeklinik Prerow bietet allen COPD- und Asthma-Patientinnen umfangreiche Patientenschulungen an.

NEUE MEDIZINISCHE ERKENNTNISSE

In der letzten Zeit haben sich das ärztliche Verständnis bei der Klassifikation, die Diagnostik und die Therapie des Asthmas grundlegend geändert. Zum Beispiel wurde die Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) zum Asthma neu definiert.

Das heißt: Aktuell geht es nicht mehr allein um die Kontrolle des Asthmas, sondern auch um die Remission, also das vorübergehende oder dauerhafte Nachlassen von damit verbundenen Krankheitssymptomen. Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse wurden in Prerow die Vorträge für die Patientenschulungen neu konzipiert.

Zudem gab es einige wichtige Veränderungen bei den Patientenschu-

lungen: Der Umgang mit Inhalatoren (Devices) wird heute nicht mehr in Gruppen-, sondern in Einzelsitzungen angeboten. Die Coaches (speziell ausgebildete Pflegekräfte der Klinik) sehen hierin eine besonders hohe Akzeptanz und Effektivität bei den Schulungsmaßnahmen. Der Grund: Auf die einzelnen Patientinnen kann durch die Face-to-Face-Kommunikation deutlich individueller eingegangen werden und eventuell auftretende Fragen können direkt und sofort geklärt werden. Dieses Format der Einzelbetreuung hat sich bewährt und ist mittlerweile fest etabliert.

UMFANGREICHE INFORMATION

Wer gut über seine chronische Lungenerkrankung informiert ist, kann seinen Alltag selbstbestimmter gestalten. Außerdem kann man durch fundiertes Wissen seine Erkrankung besser managen, leichter Entscheidungen treffen und die Kommunikation mit dem medizinischen Fachpersonal optimieren. Professionelle Patientenschulungen sind deshalb eine wesentliche Säule des Therapieplans der Ostseeklinik Prerow.

RANDNOTIZ

Eine gute Partnerschaft zählt

Die Ostseeklinik Prerow und die BARMER sind ein gutes Team, das Hand in Hand miteinander kooperiert. Dies zeigt sich auch dadurch, dass der Hauptbeleger BARMER kleinere Sponsoring-Aktivitäten übernimmt.



Schrittzähler bringen die Patientinnen der Ostseeklinik Prerow auf Trab.

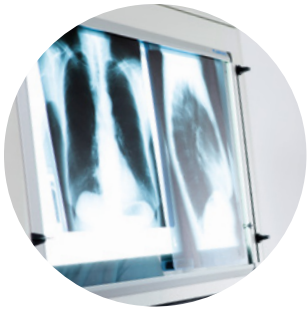
Immer aktiv bleiben – das ist vor allem in der altersspezifischen Rehabilitation ein großes Thema. Bewegung fördert nachweislich die Gesundheit, die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden von Menschen im fortgeschrittenen Alter. Los geht's: Nordic-Walking in der herrlichen Umgebung und an der frischen Ostseeluft ist in der Ostseeklinik Prerow ein wichtiger Therapiebaustein. Mit einem

Schrittzähler wird die Motivation, sein Tagesziel an Schritten zu erreichen, deutlich gesteigert. Denn der Vorher-nachher-Effekt ist auf einen Blick ablesbar. Der Schrittzähler kann während der Nordic-Walking-Kurse ausgeliehen werden. Die Kosten wurden von der BARMER übernommen. Ein kleiner großer Schritt nach vorne, der die regionale Zusammenarbeit weiter stärkt.



Die Lungenfunktionsmessung liefert bei COPD wichtige Erkenntnisse.

Trotz COPD das Leben genießen



Die obstruktive Lungenerkrankung COPD (chronic obstructive pulmonary disease) ist eine chronische Erkrankung der Bronchien und Lunge. Die Krankheit lässt sich nicht heilen, aber die Symptome lassen sich durch gezielte therapeutische Maßnahmen lindern.

Auswurf, Husten, Atemnot, eine Unterversorgung mit Sauerstoff und eine Verringerung der Leistungsfähigkeit. Die Diagnose COPD ist ein wahrlich ein schweres Los, aber durchaus gut behandelbar. In der Ostseeklinik Prerow erhalten COPD-Patientinnen ein umfassendes und maßgeschneidertes Therapiekonzept von mindestens drei Wochen, das die Symptome lindert und den Krankheitsverlauf positiv beeinflusst.

DIE VIER STADIEN VON COPD

Die Klassifikation von COPD erfolgt in den den GOLD-Stadien I bis IV (engl. Akronym für „Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease“). Die Stadien III und IV bringen besonders schwere Symptome

mit sich, wie z. B. starke Luftnot und eine Unterversorgung mit Sauerstoff.

Die Ostseeklinik Prerow empfiehlt, dass Patientinnen mit den Stadien III und IV die Klinik in den wärmeren Monaten ab April aufsuchen sollen. Zum Hintergrund: Bei milden Temperaturen greifen die therapeutischen Maßnahmen am besten. Unter bestimmten Voraussetzungen ist jedoch auch ein Aufenthalt im Winter möglich. Dies muss im Einzelfall geklärt werden.

Die Ostseeklinik Prerow stellt betroffenen Patientinnen ein umfassendes Maßnahmenbündel zur Symptomlinderung und Alltagserleichterung zur Verfügung.

LAND & LEUTE

Magische Wildnis

Eine Mischung aus Wasser und Land: Moore. Der Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft wird zu einem Drittel von ihnen bedeckt.

Moore sind extreme Lebensräume. Tiere und Pflanzen, die hier beheimatet sind, sind wahre Spezialisten im Überleben und haben sich den Bedingungen perfekt angepasst. So beherbergen Moorlandschaften z. B. den insektenfressenden Sonnentau, wurzellose Torfmoose und vielerorts auch den Hochmoorbläuling oder den Moorfrosch. Auch der Baum des Jahres 2023, die Moorbirke, hat hier Wurzeln geschlagen.

Ob das Regenmoor Osterwald, die Sundischen Wiesen mit ihren Küstenüberflutungsmooren, die ausgedehnten Waldmoore im Darßwald oder das Prerower Torfmoor bei Wieck – Moore sind immer ein faszinierendes Ausflugsziel.



Der zur Laichzeit blau gefärbte Moorfrosch ist nur einer der faszinierenden Bewohner der Moore.

Man nehme: Vielfalt, gute Zutaten und ein Top-Team

Ganz nach dem Geschmack der Patientinnen – die vielseitigen und frischen Mahlzeiten der Ostseeklinik Prerow. Werfen Sie mit uns einen kleinen Blick in die Küche der Klinik.



Mit Herz dabei: In der Ostseeklinik Prerow sind neun Mitarbeiterinnen für das leibliche Wohl der Patientinnen zuständig. Koordiniert

wird das Ganze vom Küchenleiter, der ein ausgebildeter Küchenmeister ist. Auch der stellvertretende Küchenleiter ist ein gelernter Koch mit einer Zusatzausbildung im Bereich der Diätetik. In der Ostseeklinik Prerow werden täglich 700–750 Essen produziert, die sich auf Frühstück, Mittag- und Abendessen verteilen. Dazu kommen noch Zwischenmahlzeiten und Sonderkostformen für Allergikerinnen, deren Zahl stetig steigt. Die Zusammenstellung der Mahlzeiten erfolgt in enger Zusammenarbeit mit der Ernährungsberaterin (Ökotrophologin) der Klinik. Der Speiseplan hat einen Vier-Wochen-Rhythmus und bietet Vollkost, leichte Vollkost (kalorienreduziert) sowie vegetarische Speisen an. Viele Lebens-

Bei diesen Profis werden Frische und Regionalität bei der Speisenzubereitung großgeschrieben.

mittel werden von regionalen Lieferanten bezogen, u. a. Fisch, Fleisch, Geflügel, Gemüse und Backwaren. Die Ostseeklinik legt besonderen Wert darauf, dass die Speisen frisch vor Ort zubereitet werden. Werden Produkte zugekauft, dann nur unbehandelte (z. B. geschälte Kartoffeln).

BLICK ÜBER DEN TELLERRAND

In der Ostseeklinik Prerow wurden zahlreiche Investitionen in die Modernisierung der Küchentechnik getätigt, z. B. neue Kombidämpfer und Großbräter. So konnte die Qualität und Produktivität der Speisenzubereitung weiter verbessert werden. Mehr noch: Auch in Zukunft sind weitere Modernisierungsmaßnahmen geplant. Das wird den Patientinnen schmecken!

REZEPT

So schmeckt der Herbst: Kürbis-Muffins

ZUTATEN:

120 g Dinkelvollkornmehl
140 g Mehl Type 405
2 TL Backpulver
1/2 TL Natron
1 P. Bourbon-Vanille
Mark einer Vanilleschote
60 g Rosinen
250 g geraspelt
Kürbisfleisch
1 Ei
140 g brauner Zucker
125 g weiche Butter
250 g saure Sahne

ZUBEREITUNG:

1. Die beiden Mehlsorten in eine Schüssel geben und mit Backpulver und Natron mischen.
2. Gewürze und Rosinen zugeben.
3. Zucker, Butter, Ei und die saure Sahne gut verrühren.
4. Die Mehlmischung unter Rühren zur Eiermasse geben und zum Schluss die Kürbisraspeln vorsichtig unterheben.
5. Papiermuffinförmchen in eine Muffinbackform setzen und den Teig bis zu zwei Drittel Höhe einfüllen. Im Backofen bei 180 °C ca. 30 bis 35 Minuten goldgelb backen. Eventuell mit Puderzucker bestreuen.

