



Das Durchschnittsalter der Patientinnen in der Ostseeklinik Prerow liegt bei über 70 Jahren. Deshalb treten multimorbide Erkrankungen besonders häufig auf.



## Multimorbidität – eine Erkrankung kommt selten allein

Von Multimorbidität spricht man, wenn mehrere Krankheitsbilder gleichzeitig auftreten. Diese Mehrfacherkrankungen betreffen vor allem ältere Menschen. Auch in der Ostseeklinik Prerow nimmt die Zahl multimorbider Patientinnen zu. Um dieser Entwicklung gerecht zu werden, setzen wir auf eine fachabteilungsübergreifende Behandlung.

**Multimorbidität ist ein typisches Alterssyndrom. Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, gleichzeitig an mehreren chronischen Erkrankungen zu leiden.** Zu den häufigsten Krankheitsbildern bei Multimorbidität zählen Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, chronische Atemwegserkrankungen,

Arthrose, psychische Erkrankungen und Demenz. Oft liegt die Ursache in einer Grunderkrankung, die im Laufe der Zeit weitere Beschwerden nach sich zieht.

Da die Menschen immer älter werden, stellt das Auftreten von

FORTSETZUNG AUF DER NÄCHSTEN SEITE >>

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

die Zeit des Rückblicks und der Besinnlichkeit steht vor der Tür. Die Ostseeklinik Prerow blickt mit Freude auf 366 (!) ereignisreiche Tage zurück, in denen viele Weichen für das kommende Jahr gestellt wurden. Hoch motiviert und voller neuer Pläne freuen wir uns darauf, gemeinsam mit Ihnen das neue Jahr zu begrüßen – Seite an Seite.

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit und nehmen Sie sich Zeit für den aktuellen Prerowbrief. In dieser Ausgabe rücken wir das Thema Multimorbidität in den Fokus. Außerdem stellen wir Ihnen zwei neue Therapieangebote vor und geben Einblicke in die Highlights unseres Weihnachtsprogramms.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit sowie einen energiegeladenen und zuversichtlichen Start ins neue Jahr.

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



Hochbetagte Menschen leiden oft unter Mehrfacherkrankungen. Die Schlafapnoe manifestiert sich im Alter besonders häufig und zeigt sich durch verstärkte Atemaussetzer. Die Ostseeklinik Prerow bietet mit ihrem modernen Schlaflabor optimale diagnostische Möglichkeiten.

Multimorbidität ein wachsendes Gesundheitsproblem dar, das auch Rehabilitationseinrichtungen vor neue Herausforderungen stellt. Multimorbide Patientinnen benötigen eine besonders intensive medizinische Betreuung, die individuell auf ihre Beschwerdebilder abgestimmt ist.

### FACHABTEILUNGEN ARBEITEN HAND IN HAND

Die Ostseeklinik Prerow setzt hohe Maßstäbe an die Versorgungsqualität ihrer zahlreichen multimorbiden Patientinnen. Ein Beispiel aus dem Klinikalltag zeigt dies eindrucksvoll:

Orthopädische Patientinnen, die an Schlafapnoe als Begleiterkrankung leiden, durchlaufen zunächst eine präzise Funktionsdiagnostik im klinik-eigenen Schlaflabor. Die ermittelten Daten bilden die Grundlage für eine individuell abgestimmte Therapieplanung. Häufig kommt eine CPAP-Atemtherapie mit Atemmaske zum Einsatz, eine bewährte Maßnahme.

Alternativ erstellt das Fachpersonal eine Therapieplanung für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt. Diese kann beispielsweise den Einsatz einer Unterkieferprotrusionsschiene, HNO-ärztliche Eingriffe oder die



**Das gleichzeitige Auftreten mehrerer Erkrankungen ist eine komplexe Herausforderung, die eine sorgfältige Koordination verschiedener Medikamente und Therapien erfordert.**

Anwendung eines Zungenschrittmachers umfassen.

Dies ist nur ein Beispiel für die komplexen multimodalen Therapiekonzepte der Ostseeklinik Prerow, bei denen verschiedene Therapiebausteine zielgerichtet miteinander kombiniert werden. Durch ein individuell abgestimmtes Therapiekonzept lässt sich die Lebensqualität von Patientinnen mit chronischen Mehrfacherkrankungen erheblich verbessern. Genau das ist das Ziel der Ostseeklinik Prerow.

## RANDNOTIZ

### Mehr Sicherheit bei der Medikation

Je mehr Arzneimittel, desto höher das Risiko von unerwünschten Wechselwirkungen. Das muss nicht sein.

In der Ostseeklinik Prerow nehmen viele multimorbide Patientinnen mehrere Medikamente gleichzeitig ein. Dabei lauern in den Tablettentürmen oft unerkannte Medikationsfehler – mit teils gravierenden Folgen.

Die Ostseeklinik Prerow setzt ein sicheres Zeichen bei der Arzneimitteltherapiesicherheit (AMTS). Ein innovatives Software-Tool, das in die elektronische Patientenakte integriert ist, hilft dabei, Risiken frühzeitig zu erkennen und zu minimieren.

Die Arzneimitteltherapiesicherheit (AMTS) hat in der Ostseeklinik Prerow einen hohen Stellenwert.





Power Plate ist ein Therapie-Gerät zum gezielten Muskelaufbau. Hydrojet hingegen stimuliert wohltuend die Durchblutung der Muskelgruppen und wirkt tiefenentspannend.

## Stärken, aktivieren, entspannen – mit Power Plate und Hydrojet

Die Ostseeklinik Prerow ist immer am Puls der Zeit: Mit Power Plate und Hydrojet hat die Klinik zwei innovative Technologien an Bord, die gleichermaßen wirkungsvoll und schonend sind.

Diese besonderen Therapieangebote erfreuen sich bei den Patientinnen großer Beliebtheit und werden immer häufiger genutzt.

### MUSKELAUFBAU MIT POWER PLATE

Power Plate ist eine Vibrationsplatte, die gezielt die Tiefenmuskulatur stärkt und bestimmte Muskelgruppen aktiviert. Darüber hinaus fördert die Vibrationstechnologie die Durchblutung und den Fettstoffwechsel. Mit diesem innovativen Gerät werden Beweglichkeit und Gleichgewicht der Patientinnen optimiert. Neben dem positiven Therapieeffekt sorgt auch der hohe Spaßfaktor dafür, dass Power Plate zu einem beliebten Therapiegerät wird.

Kontraindikationen wie Migräne, Entzündungen und starke Osteoporose werden selbstverständlich berücksichtigt.

### TIEFE ENTSPANNUNG MIT HYDROJET

Eine wohltuende Wellnessseinheit: Unter Hydrojet versteht man eine Art Massageliege, die den Körper mit temperiertem Wasserdruck pulsierend massiert. Dieses Therapiegerät kann die Muskulatur lockern, für eine bessere Durchblutung bestimmter Muskelgruppen sorgen, das Herz-Kreislauf-System anregen, Schmerzen lindern, Stress abbauen und das seelische Wohlbefinden steigern. Die Patientinnen liegen quasi in einem angenehm warmen Wasserbett und genießen eine kleine Wellness-Einheit. Auch hier gilt: Mögliche Kontraindikationen wie frische Frakturen, neurologische Erkrankungen, Thrombosen und akute Entzündungen werden mit größter Sorgfalt berücksichtigt.

Mit Power Plate und Hydrojet kann der Rehabilitationserfolg bei gleichzeitig geringem Trainingsaufwand gezielt unterstützt werden.

### LAND & LEUTE

## Die XXL-Seebrücke ist fertig

Die 720 Meter lange Seebrücke und der neue Inselhafen wurden im Oktober 2024 feierlich eröffnet und laden jetzt Neugierige zum Staunen ein.

Diese Sehenswürdigkeit muss man gesehen haben: Die längste Seebrücke an der Ostsee und der neue Inselhafen sind atemberaubende Hingucker.

Der Steg, der auf 87 Pfählen ruht und weit in die Ostsee hineinführt, ist ein imposanter Publikumsmagnet. Auch der neue Inselhafen ist einen Besuch wert. Mit seinen 10.000 qm Nutzfläche bietet er 33 Liegeplätze für Sportboote sowie einen Anlegeplatz für den Seenotrettungskreuzer. Das Ensemble ist ein architektonisches Highlight, das Prerow touristisch noch weiter aufwertet.

Im Grundriss weist der Inselhafen eine Tropfenform auf, die aus der Luft gut erkennbar ist.



Foto: TMV/Scholz-Witzel

# Eine glanzvolle Stimmung sorgt für glänzende Augen



Weihnachten mal nicht zu Hause. Wir tun alles, damit sich unsere Patientinnen während der Festtage bei uns rundum geborgen fühlen und die besinnliche Zeit in vollen Zügen genießen.



Patientinnen können gegen eine kleine Spende persönliche „Wunschzettel“ an den Weihnachtsbaum hängen, der so mehr und mehr geschmückt wird.

## Was steht auf dem Programm?

**Viel Stimmungsvolles:** Dazu gehören eine schön geschmückte Klinik, ein festliches Drei-Gänge-Menü und ein gemeinsamer Abendausklang in der Cafeteria. Zwei besondere Highlights sind das musikalische Weihnachtsprogramm „Fred und seine Gitarre“ sowie die Kutschfahrt durch das weihnachtliche Ostseebad Prerow. Die Kutschfahrt ist ein Geschenk des Hauses für alle Besucherinnen.

## ALLE JAHRE WIEDER – DER WEIHNACHTSWUNSCHBAUM

Auch dieses Jahr steht in der Klinik wieder ein Weihnachtsbaum, an dem die persönlichen Wünsche der Patientinnen, Mitarbeiterinnen und Besucherinnen hängen. Die bunten Kärtchen können an der Rezeption

gegen einen Spendenbetrag erworben werden.

Der Erlös der Weihnachtswunschbaum-Aktion geht diesmal an die DGzRS, die Deutsche Gesellschaft zur Rettung Schiffbrüchiger. Diese gemeinnützige Organisation finanziert sich ausschließlich über Spenden. Großartig: Die Ehrenamtlichen sind für die Seenotrettung in deutschen Gewässern verantwortlich. Dieses mutige, selbstlose und lebenswichtige Engagement unterstützt die Ostseeklinik Prerow gerne!

## VERANSTALTUNGEN

### Heiße Tipps für die kalte Jahreszeit

Auch in den ruhigen Wintermonaten ist in der Region richtig viel los. Hier ein kleiner Auszug aus dem vollen Veranstaltungsprogramm.



30.12., 12-17 UHR  
WINTERMARKT  
VOR DER  
SEEMANNSKIRCHE  
Seemannskirche  
Prerow, Kirchenort 2

Buntes Markttreiben mit Musik, Kunsthandwerk und Leckereien.



© Sven Pehn

31.12., AB 17 UHR  
SILVESTER UNTER  
PREROWS  
STERNENHIMMEL  
Strand, Hauptaufgang, Prerow

Großes Silvester-Open-Air-Programm mit Höhenfeuerwerk.



1.2., 19 UHR  
TRADITIONELLER  
BORNER  
MASKENBALL  
Born Aqua,  
Am Wald, Born

Fantasievolle Masken und Kostüme – Ballgäste erwünscht!

