

Kostenlos zum  
Mitnehmen!

Das Gesundheitsmagazin der  
Universitätsmedizin Essen

# Wie is?

2/2019

MEDIZIN

## THERAPIEN TO GO

Was gehört in die Reiseapotheke?

MENSCHEN

## STIEFKINDER DER MEDIZIN

Dr. Corinna Grasmann forscht  
nach seltenen Erkrankungen

METROPOLE

## UMS ECK

Fünf Tipps für Kurztrips in der Nähe



## ALARM IM KOPF

Wie Jil de Stefano  
gegen ihr Schmerz-  
gedächtnis kämpft

## Interview Lob der Currywurst

Sterne Koch Nelson Müller  
über Heimatküche



**Liebe Leserinnen und Leser,**

an allen Standorten, in allen Kliniken, auf allen Stationen arbeiten wir in der Universitätsmedizin Essen daran, Menschen von Schmerzen zu befreien. In spezialisierten Anlaufstellen wie etwa der Schmerzambulanz des Universitätsklinikums finden auch Patienten Hilfe, bei denen bislang keine Therapie gewirkt hat. Denn hier entwickeln Forscherinnen und Forscher neue Behandlungsmethoden, die vielleicht erst in ein paar Jahren deutschlandweit verfügbar sind.

Auch in der Pflege ist die Universitätsmedizin Essen auf das Thema Schmerz eingestellt. Am Standort Ruhrlandklinik zum Beispiel bekommen Patienten, die am Brustkorb operiert wurden, künftig eine digital unterstützte Nachsorge. Per App werden sie auch Monate nach der Operation schmerzmedizinisch beraten, um zu verhindern, dass akute Schmerzen chronisch werden. Nur ein Beispiel von vielen, das zeigt: Wir sind auf dem Weg zum Smart Hospital schon ein ganzes Stück vorangekommen.

Es zeigt auch: Smart und digital zu werden bedeutet für uns nicht, die Nähe zu unseren Patienten aufzugeben. Das genaue Gegenteil ist richtig: Durch die digitalen Möglichkeiten rückt die Universitätsmedizin Essen immer näher an ihre Patienten heran. Nicht nur dadurch, dass wir ihre medizinischen Daten heute schneller als je zuvor zusammenfügen, analysieren und zur Diagnose nutzen können. Sondern auch, weil uns digitalisierte Prozesse erlauben, uns mit mehr Zeit intensiv um unsere Patienten und ihre Sorgen zu kümmern. Davon profitieren übrigens auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, insbesondere in der Pflege.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre!

*Bleiben Sie gesund!*

**Ihr Prof. Dr. Jochen A. Werner**

ÄRZTLICHER DIREKTOR UND VORSTANDSVORSITZENDER

SCHWERPUNKT

# SCHMERZ

200 verschiedene Arten von Kopfschmerzen haben Neurologen identifiziert. „Darunter ist allerdings auch der Schmerz, den Astronauten spüren, wenn sie ins Weltall fliegen“, sagt Prof. Dr. Dagny Holle-Lee vom Westdeutschen Kopfschmerzzentrum der Universitätsmedizin Essen. Nicht ganz so selten ist der Cluster-Kopfschmerz, der Jil De Stefano (Foto) quält.

**Wie die 32-Jährige damit umgeht und auf welche Therapien Schmerzpatienten wie sie heute hoffen dürfen:** Seite 8



Zur besseren Lesbarkeit verzichten wir in unserem Magazin in der Regel auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beiderlei Geschlecht.

**04 Wie is?**

Begegnungen mit Menschen in der Universitätsmedizin Essen

## 07 Medizin

**08 Signalstörung**

Neue Therapien für Schmerzpatienten



## 14 Gesundheit eingepackt

Zehn Dinge, die in keiner Reiseapotheke fehlen dürfen

**16 „Nicht nur ferne Ziele sind riskant“**

Wissenswertes zu Impfungen

**18 Der Mutmacher**

Prof. Dr. Jens Siveke erforscht Bauchspeicheldrüsenkrebs

## 19 Menschen

## 20 Helfer im Hintergrund

Ohne diese Mitarbeiter würde der Krankenhausalltag zusammenbrechen



**23 „Ich bin ein Spiele-Freak“**

Marc Vennemann über seine Arbeit mit sterbenskranken Kindern

**24 Lara rennt**

Eine von 20.000: Lara Satıcı hat eine seltene Erkrankung

**26 Mein Leben mit ...**

... neuem Knie: Barbara Bienek kann endlich wieder laufen

## 27 Metropole

**28 Frühlingsfluchten**

Acht Ausflugsziele in der Region



## 32 „Currywurst haben wir auch“

Sternekoch Nelson Müller über die Küche des Ruhrgebiets

**34 Aus der Stiftung**

Meldungen aus der Stiftung Universitätsmedizin Essen

**35 Mein Ort**

Dr. Stefanie Werther über ihren Lieblingsplatz: die Philharmonie in Essen

**36 Rätsel, Impressum**

**38 Kinderseite**

Ein Tag im Park



FOTOS: BOZICA BABIC (TITEL), FRANK LOTHAR LANGE (L.O.), JAN LADWIG (TITEL, L.U. & R.U.), MARIO ANDREVA (R.O.); ILLUSTRATIONEN: ALICE KOLB (R.O.), NADINE MAGNER (R.U.)



# Wie is?

Menschen aus der Metropolregion Ruhr berichten, was sie aktuell bewegt.

## Dr. Eckart von Hirschhausen

51, ARZT, KOMIKER, AUTOR  
UND GRÜNDER DER STIFTUNG  
„HUMOR HILFT HEILEN“

### VORBEUGEN IST DIE BESTE THERAPIE

„Wie's is? Als Schirmherr des Deutschen Forschungspreises für Kinderheilkunde der Stiftung Universitätsmedizin Essen ausgesprochen gut. Ich war früher selbst in der Kinderheilkunde tätig. Deshalb liegt mir viel daran, Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen vorzubeugen, bevor sie überhaupt entstehen. Genau um solche Ideen zur Prävention geht es bei dem Preis. Ich hoffe, dass viele davon schnell in die Praxis umgesetzt werden.“



FOTOS: STEFFEN JÄNICKE (L.), JAN LADWIG (R.)



## Andrea Schmidt-Rumposch

ANDREA SCHMIDT-RUMPOSCH,  
PFLEGEDIREKTORIN/VORSTAND  
UNIVERSITÄTSMEDIZIN ESSEN

### PFLEGE- FACHPERSONEN GESUCHT!

„Unsere Kampagne zur Gewinnung von Pflegefachpersonen für die Universitätsmedizin Essen ist ein voller Erfolg. Seit Beginn haben sich die Bewerberzahlen gegenüber dem Vorjahr verdoppelt. Es ist mir wichtig, Pflege eine Perspektive zu geben. Dazu zählen attraktive Arbeitsbedingungen vor Ort, aber insbesondere das Vorantreiben der pflegefachlichen Fort- und Weiterbildung. Ich freue mich auf unsere neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Pflege, um gemeinsam Zukunft zu gestalten.“



Andreas Edelhoff

52, SIMULATIONSKOORDINATOR IM LEHR- UND LERNZENTRUM DER MEDIZINISCHEN FAKULTÄT DER UNIVERSITÄT DUISBURG-ESSEN

## SPANNENDE ZEITEN

„Im März ist mein erster Kriminalroman ‚Halbgötterdämmerung‘ erschienen, der im Krankenhausumfeld spielt – einige Mediziner kommen darin auf ungewöhnliche Art und Weise zu Tode. Zu der Geschichte hat mich ein tatsächlicher Todesfall inspiriert, den ich als Rettungsassistent erlebt habe. Irgendwann ist aus der Idee ein Buch geworden. Kürzlich habe ich das Buch bei einer Lesung an der Fakultät vorgestellt. Die kommenden Wochen stehen aber eher im Zeichen der Notfallmedizinischen Sommerakademie für Studierende, die ich als Simulationskoordinator mitorganisiere.“

FOTOS: DESIGNSTUDIO PERTOLLI/HERTEN (L.); MEDIZINISCHE FAKULTÄT DER UDE (R.); ZEICHNUNG: PROCEEDINGS OF THE ZOOLOGICAL SOCIETY OF LONDON/J. JURY

# Medizin



PROF. DR. JÜRGEN C. BECKER

leitet die Abteilung für Translationale Hautkrebsforschung des Deutschen Konsortiums für Translationale Krebsforschung (DKTK) am Westdeutschen Tumorzentrum Essen.

## „Blutprobe statt CT“

Ihre Arbeitsgruppe hat einen Biomarker gefunden, der im Blut anzeigt, ob ein bestimmter Hautkrebstumor vorhanden ist oder wächst. Wie sind Sie ihm auf die Spur gekommen?

Wir untersuchen das seltene Merkelzell-Karzinom seit Jahren und wussten, dass dieser Tumortyp sogenannte Mikro-RNAs nutzt, um die Aktivität seiner Gene zu steuern. Gleichzeitig kommunizieren die Tumorzellen über diese Moleküle auch mit anderen Zellen. Da haben wir eins und eins zusammengezählt und – zusammen mit Forschungseinrichtungen in den USA und in Australien – geschaut, ob die Menge einer bestimmten Mikro-RNA im Blutplasma von Patienten mit deren Tumorbelastung korreliert. Was tatsächlich so ist.

### Kann man diesen Marker jetzt zur Früherkennung nutzen?

Dazu ist die Zahl der Betroffenen zu klein. In NRW erkranken an dieser seltenen Form des Hautkrebses rund 150 Menschen im Jahr. Eine Vorsorgeuntersuchung für alle Deutschen würde daher selbst bei hoher Spezifität viele falsch-positive Ergebnisse liefern. Sinnvoller ist, mit dem Biomarker zu kontrollieren, ob eine Behandlung anschlägt oder ein Rückfall droht.

### Was haben Patienten von Ihrer Entdeckung?

Langfristig womöglich weniger belastende Untersuchungen, um den Verlauf der Erkrankung zu überwachen.



Der Elefantenrüsselfisch orientiert sich im Wasser mithilfe elektrischer Ströme. Die Universitätsmedizin Essen setzt seit Kurzem einen sogenannten Elektrofischkatheter ein, der ganz ähnlich funktioniert: Er spürt defekte Herzmuskelzellen bei Herzrhythmusstörungen mittels Elektrowellen auf und kann sie direkt vor Ort mit Strom veröden.

## UNBEKANNTE ADERN

Ein bisher übersehenes Netzwerk aus feinsten Blutgefäßen, das das Knochenmark direkt mit der Zirkulation der Knochenhaut verbindet: In Knochen von Mäusen stießen Forscher des Instituts für Experimentelle Immunologie und Bildgebung am Universitätsklinikum Essen auf über 1.000 feinste Äderchen, die in keinem Lehrbuch beschrieben werden. Welche Rolle sie etwa bei Osteoporose oder Tumoren spielen, sollen weitere Studien klären.

RUND 200.000

Menschen in Deutschland leiden unter Multipler Sklerose (MS). Bei ihnen überwinden weiße Blutkörperchen die Blut-Hirn-Schranke und lösen im zentralen Nervensystem Entzündungen aus. Forscher um Prof. Dr. Christoph Kleinschnitz, Direktor der Klinik für Neurologie am Universitätsklinikum Essen, konnten nun zeigen, dass unter anderem das Enzym Kallikrein dazu beiträgt. „Wir können die Einwanderung schädlicher Zellen ins zentrale Nervensystem bei MS verringern, wenn wir es schaffen, Kallikrein zu blockieren“, sagt Kleinschnitz. Dies könnte eine neue Therapie gegen MS begründen.

SIG-

Schmerzen warnen. Schmerzen nerven. Und manchmal

NAL-

wollen sie einfach nicht verschwinden.

STÖ-

Die gute Nachricht: Man kann etwas gegen sie tun!

RUNG

TEXT: MICHAEL AUST  
FOTOS: BOZICA BABIC



**Jil De Stefano**  
Die TV-Redakteurin  
bekommt regelmäßig heftige  
Kopfschmerzattacken.

**M**it einem Brennen fängt es an. Erst pocht nur ein Punkt an der rechten Schläfe, dann zieht der Schmerz Richtung Nacken, irgendwann dröhnt die gesamte Kopfhälfte. „Mit jedem Schritt wird es intensiver“, sagt Jil De Stefano. „Irgendwann hast du das Gefühl, dass dir jemand eine Bohrmaschine in den Kopf drückt.“

Brennen, Dröhnen, Bohrmaschine: Für Schmerz gibt es viele Begriffe. Er ist etwas Natürliches, ein Warnsignal, das auf eine Bedrohung hinweist. Verlieren Menschen die Fähigkeit, Schmerz zu empfinden – etwa als Folge eines Diabetes –, können sie nicht mehr auf Verletzungen reagieren. Insofern ist es gut, wenn es wehtut. Manchmal allerdings ist Schmerz kein Signal. Sondern selbst eine Störung. So wie bei Jil De Stefano.

Cluster-Kopfschmerz heißt die Erkrankung, die bei der 32-Jährigen chronisch geworden ist. Die Schübe kommen anfallartig und dauern bis zu drei Stunden an. Oft werden sie so stark, dass es kaum auszuhalten sei, sagt die Rheinländerin, die als TV-Redakteurin in Köln arbeitet. Deshalb habe sie immer eine Spritze dabei, um sich ein Notfallmittel zu injizieren – die gängigen Medikamente wirken gegen Cluster-Kopfschmerz nicht. In Hochphasen brauche sie vier oder mehr solcher Injektionen am Tag.

Deutschlandweit leiden zwölf bis 15 Millionen Menschen an länger andauernden oder wiederkehrenden Schmerzen, so eine Schätzung der Deutschen Schmerzliga. Am weitesten verbreitet sind Rückenbeschwerden: Beinahe jeder dritte Erwachsene hat öfter oder ständig „Rücken“, bei 15 Prozent sind die Beschwerden chro-

nisch. Ebenfalls zehn bis 15 Prozent der Deutschen klagen über Migräne, die häufigste Kopfschmerzart. Cluster-Kopfschmerz dagegen ist sehr selten.

Für Patienten wie De Stefano ist das ein Problem. Zum ersten Mal habe sie eine Attacke mit 13 oder 14 erlebt, erzählt sie. Mit der Zeit kamen die Anfälle immer häufiger. Dass es sich um Cluster-Kopfschmerz handelte, sei ihr und ihren Ärzten lange nicht klar gewesen, sagt die Aachenerin: „Ich war dreimal in der Röhre, beim Augenarzt und bei diversen Fachärzten – ohne Ergebnis.“ Auf die richtige Diagnose sei erst eine Neurologin gestoßen, die zufällig über Cluster-Kopfschmerz gelesen hatte.

„Viele niedergelassene Kollegen kennen diese Art von Kopfschmerzen nicht“, bestätigt Prof. Dr. Dagny Holle-Lee, die das Westdeutsche Kopfschmerzzentrum in der Klinik für Neurologie am Universitätsklinikum Essen leitet. Hier ist De Stefano seit einiger Zeit in Behandlung. Im Schnitt bekämen Patienten erst zehn Jahre nach Ausbruch der Krankheit die richtige Therapie, sagt Holle-Lee. „Viele Patienten leiden dann jahrelang unter eigentlich gut behandelbaren Schmerzen.“

Für Patienten mit chronischen Schmerzen sind Anlaufstellen wie das Westdeutsche Kopfschmerzzentrum oder die Schmerzzambulanz des Universitätsklinikums Essen oft so etwas wie die letzte Rettung. Was auch daran liegt, dass hier geforscht wird – und deshalb Therapien verfügbar sind, die Patienten anderswo nicht bekommen. So ist Essen eines der wenigen Forschungszentren in Deutschland, die Cluster-Kopfschmerz-Patienten mit Ketamin behandeln, wenn die üblichen Therapien gescheitert sind. Das Betäubungsmittel, das ursprünglich aus der Tiermedizin stammt, bekommt aktuell auch De Stefano.

### Trampelpfad ins Gehirn

Neue Therapien zu testen ist das eine. Fast genauso wichtig: Grundlagenforschung. Denn auch wenn inzwischen vielen Patienten geholfen werden kann, bleiben Fragen: Warum verschwinden manche Schmerzen nicht, während andere abklingen? Wie kann man Schmerzverfälschung im Gehirn verfolgen? Und welche Rolle spielt die Psyche?

Wie Erwartungen und Erfahrungen auf die Schmerzwahrnehmung wirken, untersucht Prof. Dr. Ulrike Bingel mit ihrem Team im vierten Stockwerk der Klinik für Neurologie. An einem Vormittag im Februar sitzt hier Andrea Heisler vor einem Computerbildschirm. Um den Kopf trägt sie ein Stirnband, das in regelmäßigen Abständen kleine Stromstöße an ihre Stirn abgibt. Heisler beantwortet dann eine Frage, die auf dem Monitor vor ihr aufleuchtet: „Wie unangenehm war dieser Reiz?“



Jil De Stefano testet in der Universitätsmedizin Essen ein neues Medikament gegen Cluster-Kopfschmerz.

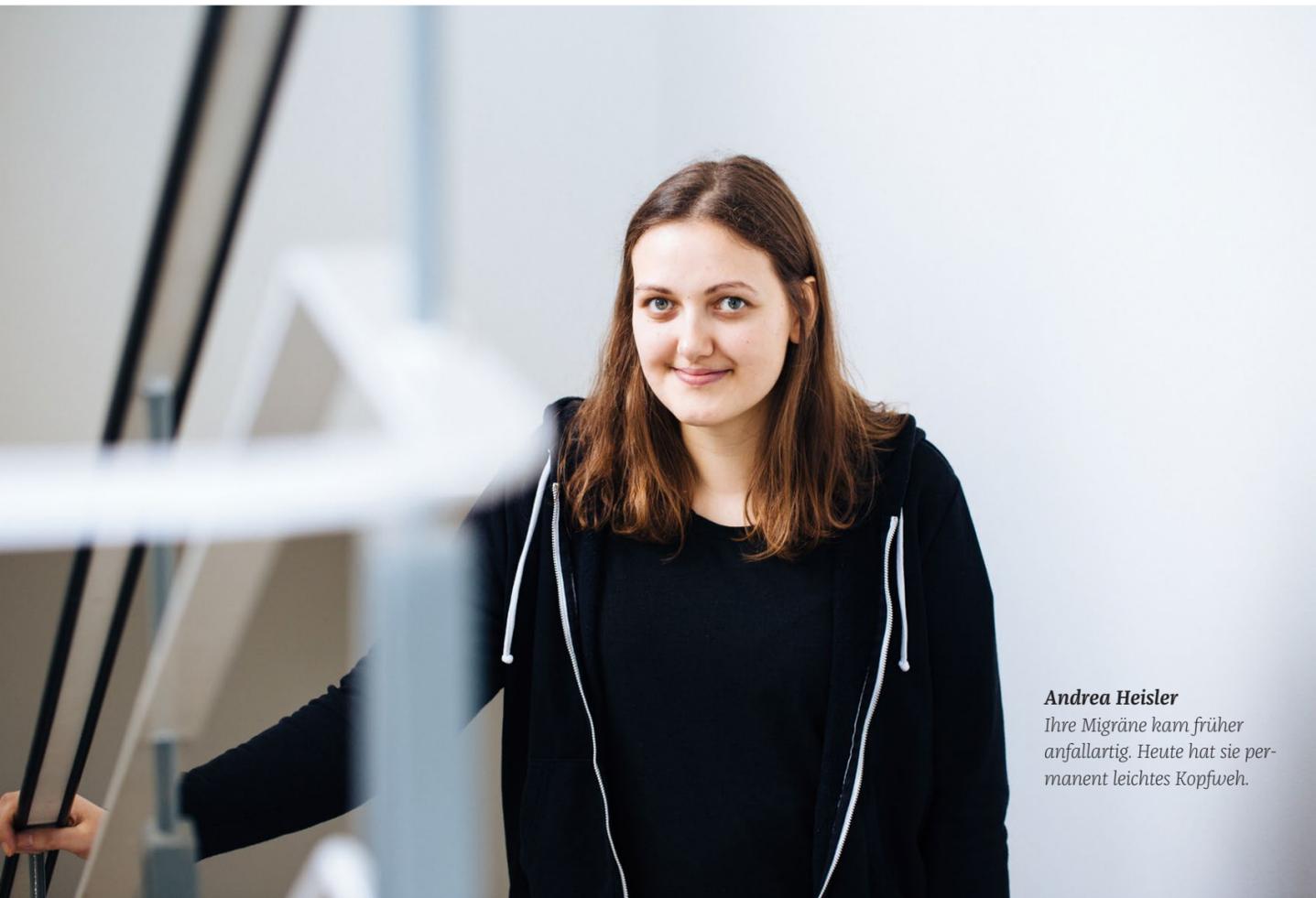
Mit Schmerzreizen im Kopf hat die 25-Jährige Erfahrung. Die Gesundheits- und Krankenpflegerin des Universitätsklinikums Essen leidet seit sieben Jahren unter Migräne. „Früher kamen die Anfälle manchmal alle zwei bis vier Wochen“, sagt die Essenerin. An solchen Tagen kribbelte die gesamte linke Körperseite, helles Licht bereitete ihr Schmerzen, sie wurde von Übelkeit geplagt. In solchen Phasen könne sie sich nur bei geschlossenen Jalousien ins Bett legen, sagt Heisler. Heute seien solch heftige Attacken zum Glück seltener. „Dafür habe ich jetzt jeden Tag leichte Kopfschmerzen. Daran habe ich mich allerdings schon fast gewöhnt.“

Seit Jahren täglich Schmerzen: Heisler ist ein Paradebeispiel für die Patientengruppe, die Neurowissenschaftler wie Prof. Dr. Ulrike Bingel interessieren. Bingel ist eine der bekanntesten Schmerzforscherinnen Deutschlands. Eines ihrer Fachgebiete: die Placeboforschung, also die Frage, wie Scheinmedikamente ohne Wirkstoff Schmerzen lindern. In früheren Untersuchungen konnten Bingel und ihr Team zeigen, dass individuelle Erwartungen und Vorerfahrungen die Wirkung von Schmerzmitteln stark beeinflussen. In einer neuen Studie verfolgen die Forscher nun eine andere Spur: Kann es sein, dass chronischer Schmerz eine Störung des Verlernens ist?

Die Idee liegt nahe. Denn einerseits gibt es zwar durchaus organische Gründe für Dauerschmerz – etwa beschädigte Nervenfasern, die falsche Signale senden. Andererseits kann aber genauso eine Lernerfahrung für den Dauerreiz verantwortlich sein. „Wenn Schmerzsignale sehr oft über dieselben Nervenbahnen gesendet werden, bildet sich über die Zeit eine Art Trampelpfad ins Gehirn“, sagt Bingel. Eine solche Vorbahnung könne empfindlicher für Schmerz machen. Hinzu kommt die klassi-

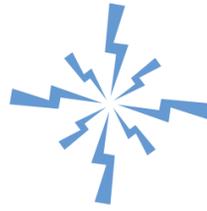
“  
JE LÄNGER  
SCHMERZEN  
ANHALTEN,  
DESTO  
SCHWERER  
SIND SIE ZU  
BEHANDELN.“

Prof. Dr. Dagny  
Holle-Lee



Andrea Heisler  
Ihre Migräne kam früher  
anfallartig. Heute hat sie per-  
manent leichtes Kopfweh.





### Was ist Schmerz?

Schmerz ist eine Sinneswahrnehmung, an der zahlreiche Körperbereiche beteiligt sind. Den Anfang machen Schmerzfühler, die etwa in der Haut oder den Eingeweiden stecken. Diese sogenannten Nozizeptoren sind stumpfe Enden bestimmter Nerven: Wird es zu kalt oder zu heiß, schüttet der Körper bei einer Entzündung chemische Stoffe aus, oder ist der Druck zu groß, reagieren sie mit elektrischen Impulsen. Die Signale laufen über Nervenfasern zum Rückenmark und von dort ins Gehirn. Erst wenn sie dort angekommen sind, wird uns der Schmerz bewusst, wir können ihn lokalisieren und den betroffenen Bereich behandeln. Manchmal senden Nerven Schmerzimpulse aber auch ohne akute Ursache ans Gehirn. Dann spricht man vom chronischen Schmerzsyndrom.

sche Konditionierung, also ein Reiz-Reaktions-Mechanismus: „Patienten lernen zum Beispiel, dass ihnen immer der Rücken wehtut, wenn sie sich bücken.“ Das kann anfangs eine organische Ursache haben. „Aber irgendwann verknüpft das Gehirn das Bücken mit dem Schmerz, auch wenn die Ursache weg ist. Dann geht es darum, den Schmerz wieder zu ‚verlernen‘.“

Um solche Erwartungen und Erfahrungen in die Therapie einzubeziehen, setzt die Schmerzambulanz am Universitätsklinikum schon lange auf den sogenannten multimodalen Ansatz. Dabei werden Patienten mit chronischen Schmerzen außer von Medizinern und Physiotherapeuten auch von Psychologen behandelt. „Ängste, Depressionen und Sorgen, selbst unbearbeitete Konflikte können Schmerzen verschlimmern und deren Linderung verlangsamen“, erklärt Bingel. „Und chronische Schmer-



### Schmerz in Deutschland

**12 bis 15 Millionen**  
Menschen leiden an länger andauernden oder wiederkehrenden Schmerzen.

**4 bis 5 Millionen** sind stark beeinträchtigt.

zen beeinflussen das Denken, Fühlen und Handeln. Daher ist es wichtig, psychologische Aspekte einzubeziehen.“

Außer dem psychologischen Ansatz sieht Bingel auch Potenzial in der medikamentösen Therapie. Womöglich könnten die Ergebnisse ihrer Forschungsgruppe dazu beitragen, dass irgendwann eine neue Klasse von Schmerzmitteln auf den Markt kommt. Wie US-Forscher bereits 2015 im Mauslabor zeigen konnten, ist der Botenstoff Dopamin zentral für Weiterleitung chronischer Schmerzsignale. Weil das Belohnungshormon zugleich Lernprozesse steuert, könnte es sein, dass Schmerzpatienten sich auch in puncto Lernen von Gesunden unterscheiden.

### Hoffnung auf neue Medikamente

Genau hier setzen die Essener Wissenschaftler an. An Probanden wie Andrea Heisler, die zu Versuchszwecken kleine Stromstöße bekommen, während sie auf Bildschirmen Aufgaben lösen, erforschen sie den Zusammenhang zwischen Schmerz und Lernen. „Wir haben Daten erhoben, bei denen visuelle Reize entweder mit einer Schmerzzunahme oder mit einer Schmerzabnahme gekoppelt waren“, erklärt Bingel. Erste noch unveröffentlichte Ergebnisse deuten darauf hin, dass Menschen offenbar leichter lernen, wenn Schmerz zunimmt, als wenn er abnimmt. „Unsere These ist, dass dieses sogenannte präferenzielle Lernen bei chronischen Schmerzpatienten noch stärker ausgeprägt ist“, sagt Bingel. Sollte das stimmen, könnte es einmal Medikamente geben, die die Dopaminzufuhr eindämmen und Patienten so das Verlernen von Schmerzen erleichtern. Aber das ist noch eine Zukunftsvision.

Schneller könnten Therapien Realität werden, an denen ihre Kollegin Holle-Lee mitforscht. „Seit Ende 2018 gibt es zum ersten Mal eine Antikörpertherapie, die vorbeugend gegen Migräne wirkt, wahrscheinlich zukünftig aber auch bei Cluster-Kopfschmerz eingesetzt werden soll“, erklärt



Im Einsatz für die Forschung: In der Klinik für Neurologie nimmt **Andrea Heisler** an einer Versuchsreihe teil.



**Prof. Dr. Ulrike Bingel** untersucht, wie Lernen und Schmerzerfahrung zusammenhängen.

die Neurologin. Aktuell wird der Erfolg dieser neuen Behandlung in Essen im Rahmen von Studien untersucht. Zugleich forscht man hier auch an weiteren neuen Therapieoptionen etwa gegen die Trigeminusneuralgie, einer schmerzhaften Reizung der Gesichtsnerven.

Die Ketamin-Infusionen, für die Jil De Stefano aus ihrem Wohnort Aachen regelmäßig nach Essen fährt, zeigen bereits Wirkung. Zwar habe sie immer noch Attacken, sagt De Stefano: „Aber im Gegensatz zu den 28 im Januar waren es Februar nur neun.“ Und die waren weniger schlimm. Oft gehe es bei der Behandlung von Schmerzpatienten erstmal nicht um Heilung, sondern um Linderung, sagt Holle-Lee. Das Ziel sei, einen Zustand zu schaffen, in dem sich Patienten nur noch wenig beeinträchtigt fühlen und nicht das ganze Leben nur vom Schmerz dominiert sei. „Und das schaffen wir bei sehr vielen.“

### Haben Sie Schmerzen?

Anlaufstellen sind die Schmerzambulanz (für alle Arten von Schmerzen), das Essener Rückenschmerz-zentrum (Tel.: 0202-723 82386) und das Westdeutsche Kopfschmerz-zentrum (Tel.: 0201-723 2464).  
[www.uk-essen.de/rueckenschmerz-zentrum](http://www.uk-essen.de/rueckenschmerz-zentrum)  
[www.uk-essen.de/wkz](http://www.uk-essen.de/wkz)



## „Patienten sollen aktiv Hilfe einfordern“

Prof. Dr. Sandra Kampe über ein neues Schmerzforschungsprojekt an der Ruhrlandklinik

### Gerade ist ein neues Forschungsprojekt an der Ruhrlandklinik gestartet: Patienten, die an der Lunge operiert wurden, werden ein halbes Jahr lang über mögliche Schmerzen befragt. Was steckt dahinter?

Schmerz kann man nicht messen wie einen Blutwert. Deshalb müssen die Patienten ihn selbst benennen – sonst können Pfleger und Ärzte nicht reagieren. In der Klinik bieten wir Patienten nach einer Operation schon jetzt eine tägliche Schmerzvisite. Mit dem neuen Forschungsprojekt wollen wir das ausweiten: Die Patienten werden aufgefordert, über eine internetbasierte App regelmäßig die Stärke ihres Schmerzes zu bewerten. In der Klinik werden die Werte von Schmerzexperten überwacht, die Patienten auch regelmäßig anrufen und ihnen gegebenenfalls raten, einen Arzt aufzusuchen, um die Therapie anzupassen.

### Was ist das Ziel der Studie?

Wir wollen herausfinden, ob diese Art der Nachbetreuung dazu führt, dass weniger Patienten chronische Schmerzen entwickeln. Nach Eingriffen im Brustbereich ist die Zahl der Patienten, die sechs Monate nach der OP noch Schmerzen haben, sehr hoch. Wir vermuten, dass das daran liegt, dass Schmerzen nicht ausreichend behandelt wurden und sich ins Schmerzgedächtnis gegraben haben. Patienten zu ermutigen, aktiv Hilfe einzufordern, könnte das verhindern.

### Gibt es diese Nachbetreuung nur nach Operationen am Brustkorb?

Sie sind der erste Bereich, den wir im Rahmen dieser Studie untersuchen. Meine Hoffnung ist, dass die Ergebnisse so positiv sind, dass es sich lohnt, die Schmerznachsorge auch auf andere Bereiche auszudehnen. Letztlich würde das nicht nur den Patienten helfen, sondern auch Kosten senken, die durch die Therapie chronischer Schmerzen entstehen.

FOTO: SVEN LORENZ





1

**ERSTE HILFE**

Richtig verbunden: **Pflaster** und – bei Reisen in abgelegene Regionen – auch **Desinfektionsspray**, **steriles Verbandsmaterial** und **Einmalhandschuhe** gehören in die Reiseapotheke.



2

**BAUCHSCHMERZEN**

Fremdes Essen oder mangelnde Hygiene – fast jeder Fünfte leidet auf Reisen unter **Magen-Darm-Beschwerden**. Für Abhilfe sorgen Medikamente mit dem Wirkstoff Loperamid. Gegen Übelkeit helfen Mittel mit dem Wirkstoff Dimenhydrinat.



3

**INSEKTENSCHUTZ**

Plagegeister: Surrende Mücken und Moskitos können nicht nur gewaltig nerven, sondern auch Krankheiten übertragen. Packen Sie deshalb ein **Insekten abweisendes Mittel** ein. Als besonders wirksam gilt der Wirkstoff Diethyltoluamid (DEET).



4

**IODHALTIGE SALBE**

Bei **Wunden** und **Kratzern** können iodhaltige Salben gefährliche Entzündungen verhindern. Wund- und Heilsalben fördern den Heilungsprozess.



5

**ANTIHISTAMIN-GEL**

Gegen **Sonnenbrand**, bei **Insektenstichen** oder gegen allergische Reaktionen helfen Antihistamin-Gele. Sie kühlen beziehungsweise lindern den Juckreiz.



6

**ERKÄLTUNG & CO.**

**Kratz der Hals** – zum Beispiel, weil die Klimaanlage im Flugzeug oder im Hotelzimmer zu kühl eingestellt war – helfen schmerzstillende und entzündungshemmende Mittel mit dem Wirkstoff Benzylamin.

# GESUNDHEIT EINGEPACKT

Montezumas Rache hat schon so manchem Reisenden den Urlaub verdorben. Welche medizinischen Helfer gegen Durchfall und Co. gehören in den Koffer?

ILLUSTRATION: ALICE KOLB



7

**SCHMERZMITTEL**

Schmerz, lass nach. Zeitverschiebung oder zu viel Sonne – auch im Urlaub kann der Kopf brummen. **Schmerzmittel** mit den Wirkstoffen Ibuprofen, Acetylsalicylsäure (ASS) oder Paracetamol sind deshalb ein Muss in der Reiseapotheke.



8

**FIEBERSENKER**

Wer mit Kindern unterwegs ist, sollte altersgerechte **Fiebersenker** im Gepäck haben. Mittel für Erwachsene sind häufig zu hoch dosiert.

**NICHT VERGESSEN!**

- Tabletten gegen Reisekrankheit sowie regelmäßig einzunehmende Medikamente gehören ins Handgepäck (falls Ihre Koffer später ankommen). Bei Flugreisen: Klären Sie vorab, ob Sie einen Arztbrief brauchen.
- Impfschutz rechtzeitig überprüfen (s. S. 16).
- Versichertenkarte mitnehmen und Auslandsreisekrankenversicherung (inklusive Rücktransport) abschließen.



9

**SONNENSCHUTZ**

Ist zwar kein „richtiges“ Medikament, aber trotzdem ein Muss: **Sonnenschutz**. Achten Sie auf einen ausreichenden UV-Schutz und gute Hautverträglichkeit. Es gibt mittlerweile Gels und Cremes, die auch Allergiker problemlos verwenden können.



**Prof. Dr. Ulf Dittmer**, Institut für Virologie (rechts), und **Dr. Frank Mosel**, Institut für Medizinische Mikrobiologie, bieten eine Reise-Impfsprechstunde an.

## „NICHT NUR FERNE ZIELE SIND RISKANT“

Impfungen gehören zur Reisevorbereitung wie die Zahnpasta in den Kulturbeutel. Zwei Mediziner erklären, worauf man achten sollte.

**Prof. Dr. Dittmer, Dr. Mosel, Sie bieten im Robert-Koch-Haus der Universitätsmedizin Essen eine Reise-Impfsprechstunde an. Warum ist ein umfassender Impfschutz wichtig?**

**Prof. Dr. Ulf Dittmer:** Durch breit angelegte Impfmaßnahmen konnten Krankheiten wie die Pocken oder Polio ganz oder größtenteils ausgerottet und viele andere lebensbedrohliche Infektionskrankheiten drastisch reduziert werden. Damit dieser Schutz nicht aufweicht, von dem Millionen Menschen profitieren, muss die Impfdichte hoch gehalten werden.

**Dr. Frank Mosel:** Impfschutz ist nicht nur auf Reisen wichtig, sondern auch bei uns in Deutschland, wenn es um hochinfektiöse Erkrankungen wie Masern geht. Nur wenn mindestens 95 Prozent der Bevölkerung geschützt sind, sind auch diejenigen geschützt, die aus gesundheitlichen Gründen nicht geimpft werden können.

FOTO: BOZICA BABIC



### IMPFSERVICE

Das Institut für Virologie bietet gemeinsam mit dem Institut für Medizinische Mikrobiologie an der Gelbfieber-Impfstelle eine Reise-Impfsprechstunde an. Zum Service gehören die Überprüfung des bestehenden Impfschutzes sowie die Beratung zu erforderlichen Impfungen bei Fernreisen.

[www.uni-due.de/virologie/impfen](http://www.uni-due.de/virologie/impfen)

### Sprechstunde

(nach vorheriger telefonischer Anmeldung):

Dienstag: 9 – 12 und 15 – 17 Uhr

Donnerstag: 9 – 12 und 15 – 18 Uhr

### Terminvereinbarung:

Telefon: 0201 723 2711

### Und was muss ich beachten, wenn ich auf Reisen gehe?

**Mosel:** Zum einen sollten Sie nicht glauben, dass nur ferne Ziele riskant sind. Die durch Zeckenbisse übertragene Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) gibt es auch in Europa. Wer zum Beispiel gerne wandert, sollte eine Impfung gegen FSME in Betracht ziehen – denn die infizierten Zecken breiten sich in Deutschland immer weiter aus. Zum anderen sollten Sie genug Zeit fürs Impfen einplanen. Einige Impfungen erfordern mehrere Dosen über einige Wochen, bis ein wirksamer Schutz besteht.

### Gibt es Impfungen, die besonders wichtig sind?

**Dittmer:** Das hängt immer vom Reiseziel ab. Wer ohne Tollwutimpfung abseits der großen Städte in Indien oder China unterwegs ist, geht beispielsweise ein sehr hohes Risiko ein. Denn selbst wenn es Gegenmittel gibt, die direkt nach einem Biss verabreicht werden können – in abgelegenen Regionen sind diese meist nicht schnell genug erhältlich. Für viele Regionen Afrikas wiederum ist eine Gelbfieberimpfung Pflicht – manche Kreuzfahrtveranstalter verlangen sogar vor Antritt der Reise einen entsprechenden Nachweis. Weil das Thema so komplex ist, bieten wir die Impfberatung an. Beim Beratungsgespräch gehen wir individuell auf die Situation ein.

### Kann jeder einen Termin machen – oder nur Patienten der Universitätsmedizin?

**Mosel:** Der Service steht nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung allen offen – aber bitte den Impfausweis nicht vergessen.

### Reisen rund um den Globus wird immer einfacher. Öffnet das gefährlichen Erkrankungen nicht Tür und Tor?

**Mosel:** Pro Stunde sind eine halbe Million Menschen im Flugzeug unterwegs – klar „reisen“ dabei auch Viren und Bakterien mit. Beim Ausbruch des Schweren Akuten Respi-

ratorischen Syndroms (SARS) im Jahr 2002 in China konnte man die Verbreitung entlang der Flugrouten nachverfolgen. Im Ernstfall stellt der Flugverkehr also ein Risiko dar.

**Dittmer:** Umso wichtiger ist es deshalb, dass wir Forscher uns weltweit vernetzen und austauschen. Unser Institut arbeitet zum Beispiel eng mit einigen Kliniken und Instituten in China zusammen. So erfahren wir frühzeitig von Krankheiten und Gegenmaßnahmen, die es bei uns so noch nicht gibt. Das kann bei einer Pandemie einen entscheidenden Wissensvorteil bedeuten.

### Was passiert denn eigentlich bei einer Impfung, dass ich danach immun bin?

**Dittmer:** Bei einer Impfung bekommt man entweder Teile oder eine abgetötete beziehungsweise unschädlich gemachte Version eines bestimmten Erregers verabreicht. Der Körper reagiert darauf, indem er Antikörper bildet. Kommt man später wirklich mit dem Bakterium oder Virus in Kontakt, sind die passenden Antikörper bereits im Körper vorhanden. Man erkrankt also nicht und kann die Erreger in der Regel auch nicht weitergeben.

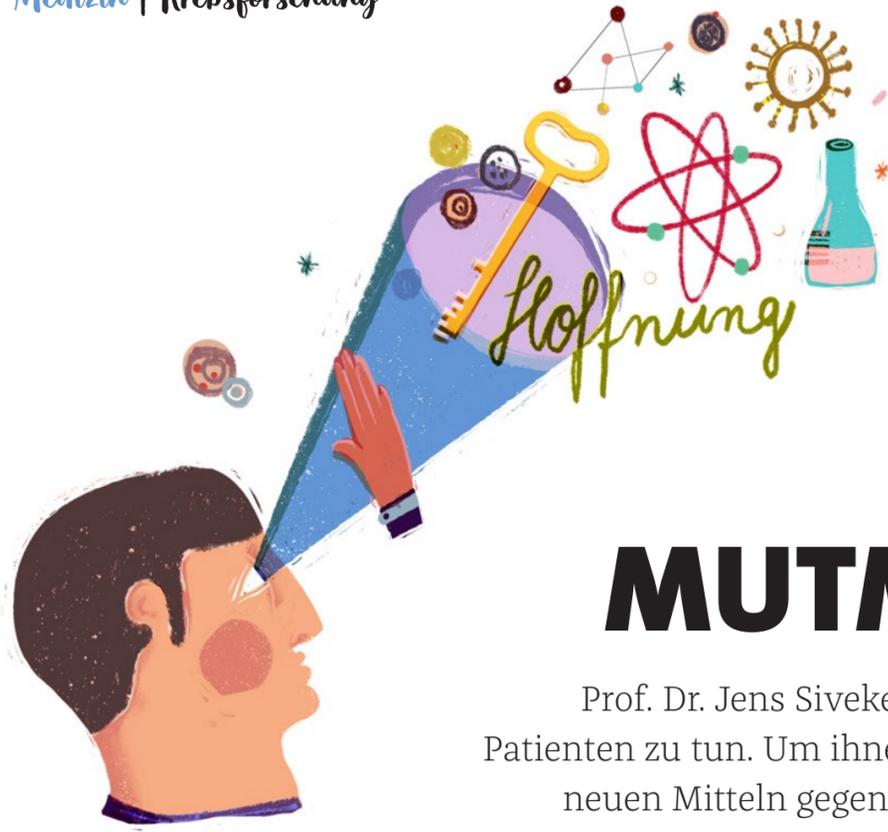
### Und welche Nebenwirkungen gibt es?

**Mosel:** Treten im Anschluss an eine Impfung Reaktionen wie leichtes Fieber, Hautrötungen oder lokale Schmerzen auf, zeigt das nur, dass die Impfung wirkt. Hier von Nebenwirkungen zu sprechen, ist also falsch – das Gegenteil ist der Fall. Und wenn es darum geht, ob man sich ein paar Tage nicht gut fühlt – oder eine mitunter tödliche Krankheit riskiert, ist ein bisschen Unwohlsein das kleinere Übel. Und schaut man sich an, wie viele Millionen Menschen täglich weltweit geimpft werden, treten schwerwiegende Nebenwirkungen nur sehr selten auf. Es gibt sie – aber wirklich nur in Einzelfällen.

**„Wir arbeiten eng mit internationalen Forschern zusammen, um frühzeitig von Krankheiten und Gegenmaßnahmen zu erfahren, die es bei uns noch nicht gibt.“**

*Prof. Dr. Ulf Dittmer*





MEINE  
ENTDECKUNG

# DER MUTMACHER

Prof. Dr. Jens Siveke hat täglich mit todkranken Patienten zu tun. Um ihnen zu helfen, forscht er nach neuen Mitteln gegen Bauchspeicheldrüsenkrebs.

**D**er Gegner, mit dem es Jens Siveke täglich aufnimmt, ist für viele Menschen zu stark. Nur zehn Prozent der Patienten, die einen Bauchspeicheldrüsenkrebs entwickeln, leben fünf Jahre nach der Diagnose noch. „Ein Markenzeichen ist, dass dieser Tumor erschreckend flexibel auf alle unsere verschiedenen Therapiestrategien reagiert“, sagt der Professor für Translationale Onkologie am Westdeutschen Tumorzentrum Essen (WTZ) und am Partnerstandort des Deutschen Konsortiums für Translationale Krebsforschung.

Was macht diese Krebszellen so therapieresistent? Und wie könnte man sie überlisten? Zumindest auf die erste Frage hat der mehrfach preisgekrönte Krebsforscher, der vor drei Jahren vom Klinikum rechts der Isar in München ans WTZ gewechselt ist, eine Antwort: „Schuld daran ist ihre enorme Wandlungsfähigkeit.“



**Prof. Dr. Jens Siveke** ist Leiter der Translationalen Onkologie am Westdeutschen Tumorzentrum Essen.

Und diese Plastizität rühre vermutlich nicht nur – wie bei manch anderen Krebsarten – von mutierten Genen her, sagt der 45-Jährige. „Wir glauben, dass die Feinjustierung der Genaktivität über veränderbare Modifikationen des Erbguts eine wesentliche Rolle spielt.“

## Fehler beim Ablesen

Die Regulation dieser Modifikationen regelt das Ablesen des Erbguts. „Ablesefehler“ haben damit zu tun, dass die DNA – wie eine Zipdatei im Computer – erst „entpackt“ werden muss, bevor eine Erbinformation abgerufen werden kann. Dieses „Paket“ ist so eng geschnürt, dass ein Ablesen erst möglich wird, wenn bestimmte Proteine das DNA-Knäuel an der richtigen Stelle lockern. Arbeiten die Helfer fehlerhaft, legen sie die falschen Gene frei oder regulieren sie in fälschlicher Weise. Und setzen damit schlimmstenfalls Abläufe in Gang, die zur aggressiven Erkrankung und Therapieresistenz führen. An dieser sogenannten epigenetischen Regulation setzen Siveke und seine Essener Mitarbeiter an. Ihre Therapieideen untersuchen sie zunehmend an menschlichen Tumorzellen, die direkt bei der Resektion oder Biopsie von Tumoren isoliert und als sogenannte Organoide vervielfältigt werden. Vorstellbar sei, dass zahlreiche

Wirkstoffe in Zukunft „live“ und individuell an patienteneigenen Zellen getestet werden, sagt Siveke.

Schon heute nutzen die Forscher Bildgebungsdaten aus CT oder MRT, um möglichst früh Patienten mit hochresistenten Tumoren zu identifizieren, die nicht von einer Therapie profitieren. „Hier besteht ein enormes Entwicklungspotenzial über innovative Bildgebungsmodalitäten und neue Analysemethoden.“

Auch wenn jeder Tumor anders ist: Die Hoffnung, einen „Schlüssel“ gegen den Krebs zu finden, der bei einer möglichst großen Patientengruppe passt, hat Jens Siveke nicht aufgegeben. „Ich bin davon überzeugt, dass wir auch bei der Bauchspeicheldrüse effektiver Therapien finden werden, die zum Beispiel zusammen mit einer epigenetischen Therapie wirksam sind.“ Eine entsprechende klinische Studie soll noch dieses Jahr starten.

**i Aktuelle Forschungsergebnisse** veröffentlichen wir hier:

[www.uni-due.de/med/news](http://www.uni-due.de/med/news)

**Das Westdeutsche Magen-Darm-Zentrum** finden Sie hier:

[wmdz.wtz-essen.de](http://wmdz.wtz-essen.de)

FOTOS: MARTIN KAISER/MEDIENZENTRUM (L.&R.), NRZ (R.U.); ILLUSTRATION: MARIA MARTIN

# Menschen



**MONJA GERIGK**

leitet das Institut für PatientenErleben der Universitätsmedizin Essen

## „Eine Stimme geben“

### Frau Gerigk, was macht das Institut für PatientenErleben?

Auf der einen Seite sensibilisieren wir unsere Beschäftigten auf die Bedürfnisse von Patienten und Angehörigen. Auf der anderen Seite beziehen wir Patienten, Angehörige und Vertreter von Selbsthilfegruppen gezielt in die Entwicklung von neuen Dienstleistungen ein und geben ihnen so eine Stimme. So wie zum Beispiel beim Service- und Informationscenter oder bei der Gestaltung unserer Wartebereiche.

### Woraus setzt sich ein gutes Patientenerlebnis im Krankenhaus zusammen?

Für uns fasst der Begriff PatientenErleben alle Eindrücke und Erlebnisse zusammen, die ein Patient während seines Aufenthaltes an der Universitätsmedizin Essen sammelt. Also alles, was er während seines Aufenthaltes sieht, hört, berührt, denkt und erlebt. Dieses Erleben macht letztendlich seine Zufriedenheit und seine Bewertung der Klinik aus.

### Welche Rolle spielt dabei die Kommunikation?

Das Patientenerleben setzt sich aus vielen Aspekten zusammen: der Orientierung in den Kliniken, den Räumlichkeiten, akzeptablen Wartezeiten und, und, und. Die Lenkungsgruppe prüft deswegen gerade, wie man Patientenerleben auch wissenschaftlich abbilden kann.

[www.patientenerleben.de](http://www.patientenerleben.de)

# 8,7 Millionen Euro

Mit dieser Summe fördert das Land NRW den Bau eines neuen Zentrums für seltene Lungenerkrankungen an der Ruhrlandklinik. Nach der feierlichen Übergabe des Förderbescheids durch NRW-Gesundheitsminister Karl-Josef Laumann müssen vor Baubeginn nun erst mal zahlreiche Genehmigungen eingeholt werden. „So etwas kann schon mal zehn bis zwölf Monate dauern“, sagt Olaf Kayser, Technischer Leiter an der Ruhrlandklinik.



## 50 JAHRE KLINIKKAPELLE

„Von der Südseite sieht sie durch das Faltdach wie eine Fabrikhalle aus. Von der Nordseite hat man eher den Eindruck eines Bungalows“, so beschrieb ein Journalist der NRZ am 1. Februar 1969 die Campus-Kapelle anlässlich ihrer feierlichen Eröffnung. Auch bei der Feier zum 50-jährigen Jubiläum im Februar dieses Jahres gab es wieder einen kleinen Medienrummel. Schön, dass nun wieder Ruhe eingekehrt ist. Denn dafür ist die Kapelle schließlich da: als Ruheort für Beschäftigte und Patienten in Grenzsituationen.



**Naziha Chehbar** ist häufig die erste Ansprechpartnerin für Patienten und Besucher des Universitätsklinikums.

## HELFER IM HINTERGRUND

Ärzte und Pflegekräfte sind im Krankenhausalltag unersetzlich. Aber auch Menschen wie Naziha Chehbar, Christian Pillich und Marc Bleck sind wichtig, damit die Patientenversorgung der Universitätsmedizin Essen gewährleistet werden kann.

TEXT: JULIA JANSEN  
FOTOS: JAN LADWIG

**D**ie Schiebetüren in der Eingangshalle öffnen sich im Sekundentakt. Ärzte mit fliegenden Kitteln eilen durch die Halle am Haupteingang des Universitätsklinikums und passieren Patienten, die gemeinsam mit ihren Angehörigen auf die nächste Behandlung warten. Naziha Chehbar beobachtet das Treiben aus dem unscheinbaren Glaskasten heraus, in dem die Information der Hauptpforte untergebracht ist. Nichts entgeht ihr. Weder das ältere Paar, das mit unsicheren Schritten die Treppe Richtung Ausgang hinaufsteigt, noch das hitzige Gespräch einer Patientin mit ihrem Freund in einer der Sitzcken. „Die meisten Leute denken, dass wir an der Information nur damit beschäftigt sind, Patienten und Angehörigen Auskunft zu geben, aber natürlich achten wir auch auf die Sicherheit“, erklärt Chehbar, die ursprünglich als Mitarbeiterin eines externen Wachdiensts an den Campus kam.

Naziha Chehbar ist eine von mehr als 1.100 Mitarbeitern am Universitätsklinikum Essen, die nicht im medizinischen Bereich arbeiten und für den Alltag in den

Kliniken doch unersetzlich sind. Denn damit die rund 4.700 Ärzte, Ärztinnen und anderen medizinisch Tätigen am Campus ihren Job machen können, muss vorher viel passieren. Patienten müssen an die richtigen Kliniken verwiesen werden, das OP-Besteck muss gereinigt und die Kittel gewaschen werden, die Stromversorgung gesichert sein und die Parkhäuser gemanagt.

Und natürlich muss ein Krankenhaus sicher sein. Die Maßnahmen zur Deeskalation, die Chehbar als Fachfrau für Sicherheit und Bewachung einst gelernt hat, helfen ihr heute als Mitarbeiterin am Empfang der Hauptpforte immer wieder. Denn viele Menschen, die mit einer Frage an das kleine Fenster vor Chehbars Arbeitsplatz treten, befinden sich im Ausnahmezustand. „Wenn Ihr Ehemann gerade mit Herzinfarkt eingeliefert wurde und Sie zu ihm wollen, sind Sie mit dem Kopf natürlich ganz woanders. Da kann es vorkommen, dass man sich in der Aufregung im Ton vergreift“, sagt Chehbar. Diesen Menschen geduldig und ruhig entgegenzutreten, ist für die gebürtige Marokkanerin selbstverständlich.

### Starker Kontrast

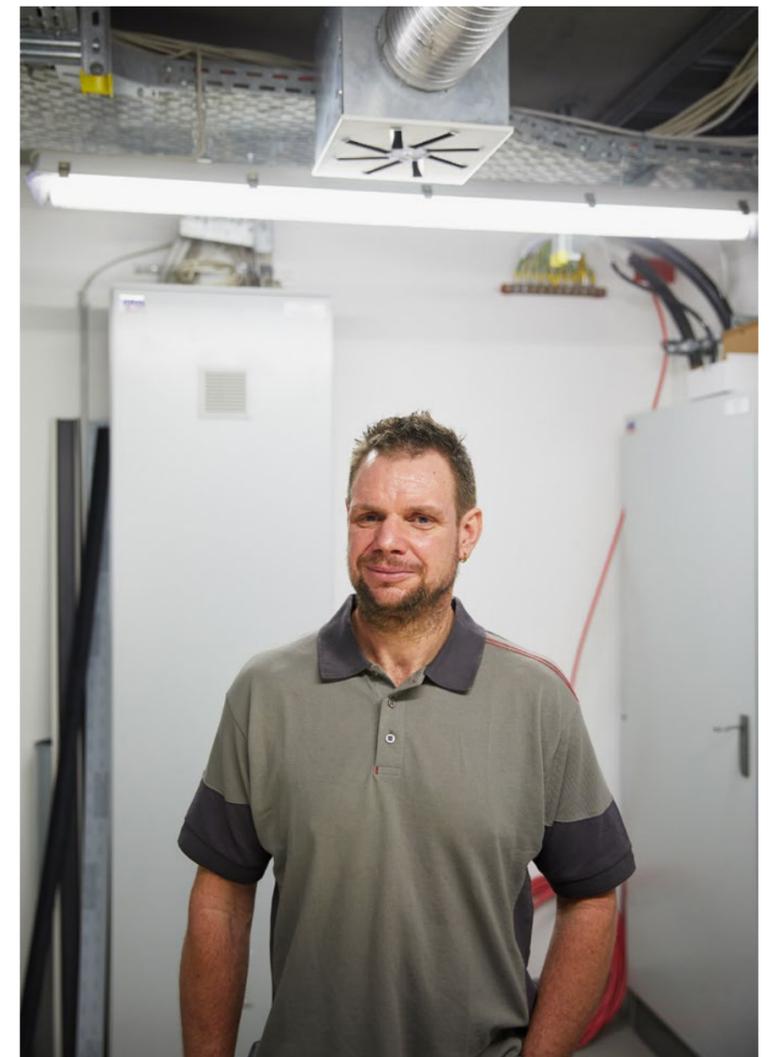
Knapp sieben Kilometer Luftlinie südlich vom Campus an der Hufelandstraße ist Christian Pillich im Einsatz für die Universitätsmedizin. Der Elektroinstallateur sorgt zusammen mit seinen Kollegen am Standort St. Josef Krankenhaus Werden dafür, dass Ärzte auch dann weiteroperieren können, wenn im OP Teile des Stromnetzes ausfallen. „Zum Glück passiert das eher selten“, sagt Pillich. „Die meiste Zeit müssen wir eher kleinere Reparaturen vornehmen und uns um die Störungsbehebung und Instandhaltung der technischen Anlagen kümmern.“ Pillich ist in Haan geboren, seit 2008 arbeitet er in Werden. Seine kleine Werkstatt, gleich links neben dem Haupteingang, steht im starken Kontrast zur klinischen Umgebung der Krankenhausflure. Allerlei Werkzeug hängt an den grob verputzten Wänden, auf einer langen Werkbank steht ein defekter Wasserkocher. Der muss aber warten: Denn nach einer kurzen Besprechung mit seinen Teamkollegen startet Pillich erst mal seine tägliche Inspektion des Technikstützpunkts. Der unscheinbare Flachbau hinter der Klinik

**„Viele Patienten schildern uns ihre Symptome, um zu erfragen, in welche Klinik sie am besten gehen sollen.“**

Naziha Chehbar

ist einer der elektrischen Mittelpunkte des St. Josef Krankenhauses Werden. Hier, gut versteckt hinter zwei schweren Eisentüren, verbirgt sich die Schaltzentrale, die die OP-Säle mit Strom, Lüftung und Heizung versorgt. Pillich wirft einen prüfenden Blick über die blinkenden Armaturen. Tritt eine Störung auf, müssen er und seine Kollegen schnell handeln. „Als Elektroinstallateur im Krankenhaus sollte man definitiv kein Problem damit haben, unter Druck zu arbeiten“, sagt der 47-Jährige. Im Zweifel gehe es auch in seinem Job um Leben und Tod.

Eine Erfahrung, die auch Naziha Chehbar bereits gemacht hat. „Einmal ist mir ein Mann in der Eingangshalle aufgefal-



Christian Pillich war auch schon mal selber Patient am St. Josef Krankenhaus.



len, aus dessen Tasche ein Messer hervorschaute.“ Darnach habe sie direkt die Polizei gerufen. Als die Beamten und der Wachdienst eintrafen, stellte sich heraus, dass der Mann sogar noch mehr Waffen dabei hatte. Aber das sind Extremfälle. Die meiste Zeit verbringe sie mit ganz harmlosen Patienten, meint Chehbar und wendet sich einem Mann zu, der mit Kind auf dem Arm auf die Information zueilt. „Hallo, eine Frage. Meine Tochter hat sich die Fingerkuppe abgeschnitten. Wo müssen wir hin?“ Schnell und routiniert zeichnet Chehbar ihm den Weg zur Zentralen Notaufnahme Süd auf. Anschließend kündigt sie den Mann und seine Tochter dort telefonisch an. „So etwas kommt sehr häufig vor. Viele Patienten schildern uns ihre Symptome, um zu erfragen, in welche Klinik sie am besten gehen sollen.“ Vor Kurzem habe sie etwa eine Patientin mit einer hoch ansteckenden Krankheit angesprochen. „Ich habe die Patientin umgehend mit Mundschutz ausgestattet und die Ambulanz verständigt“, sagt Chehbar, die sich in ihrer Zeit am Universitätsklinikum viel medizinisches Know-how angeeignet hat.

### Kein Vergnügungspark

Ein paar Meter entfernt von ihr sitzt Marc Bleck in seinem Pförtnerhäuschen und ist damit beschäftigt, den täglichen Wahnsinn auf den Parkflächen des Universitätsklinikums zu managen. Während der operative Leiter Parkhausservice einer Mitarbeiterin ein neues Monatsticket fürs Parkhaus ausstellt, beobachtet er aus dem Augenwinkel den Stau auf der Zufahrtsstraße. „Das Parkhaus an der Hufelandstraße ist noch ganz neu und schon zu 100 Prozent ausgelastet“,



1.500

**Marc Bleck verantwortet rund 1.500 Stellplätze** am Campus des Universitätsklinikums Essen. Von seinem Arbeitsplatz an der Hauptpforte lassen sich jeden Tag rund 2.000 Ein- und Ausfahrten beobachten.



**Vergünstigte Parktickets** An der Autopforte des Universitätsklinikums können Patienten und Besucher verbilligte Tickets, z. B. ein Wochenticket, erwerben. Das kostengünstige Monatsticket muss telefonisch unter **0201 723 2617** vorbestellt werden.

erzählt Bleck, der dafür zuständig ist, Krankenwagen auf den Campus zu lassen und dafür zu sorgen, dass alle Schranken im Notfall funktionieren. Außerdem ist er oft Helfer in der Not: Weil Patienten und Angehörige im Kopf mit anderen Dingen als Parken beschäftigt sind, finden viele später ihr Auto nicht mehr. „Da beim Suchen zu unterstützen, versteht sich für uns von selbst“, meint Bleck, der auch mal fünf gerade sein lässt. „Wenn eine Frau, deren Ehemann gerade im Krankenhaus verstorben ist, ihr Auto aus dem Parkhaus holen möchte und nicht genug Geld dabei hat, helfen wir natürlich.“ Manchmal bestellt er für Patienten auch ein Taxi oder wechselt Geld fürs Parkhaus. „Viele wollen aber auch einfach nur ein bisschen quatschen.“

Eine Tatsache, die auch Christian Pillich im St. Josef Krankenhaus Werden nur zu gut kennt. „Ohne die Patienten würde ich meine Arbeit in den Krankenzimmern wesentlich schneller erledigt bekommen“, meint der Elektroinstallateur mit einem Schmunzeln. Trotzdem: Für den langjährigen Mitarbeiter der Universitätsmedizin Essen gehört es einfach dazu, sich nicht nur um funktionierende Raum- und Sicherheitsbeleuchtung zu kümmern – sondern auch darum, dass die Patienten das Krankenhaus mit einem guten Gefühl verlassen. „Egal, ob Mediziner, Pfleger oder eben Haustechniker“, meint Pillich, „wir alle spielen für die Patientenzufriedenheit eine wichtige Rolle.“



**Marc Bleck** hilft Patienten auch schon mal bei der Suche nach dem Auto.

# „ICH BIN EIN SPIELE-FREAK“

Der onkologische Fachpfleger Marc Vennemann arbeitet mit sterbenskranken Kindern und Jugendlichen. Wie geht er mit dem täglichen Kampf ums Überleben um?



**MARC VENNEMANN**

ist onkologischer Fachpfleger an der KTM III und spielt mit seinen Patienten gerne auch mal eine Runde Play Station oder Mühle.

### Herr Vennemann, Sie betreuen in der Klinik für Knochenmarktransplantation auf der Station KMT III am Westdeutschen Tumorzentrum Essen ausschließlich Kinder und Jugendliche. Wie kommen Sie mit dieser Herausforderung zurecht?

Die pflegerische Herausforderung unterscheidet sich schon sehr von der auf anderen Stationen. Fast alle Patienten haben schon viele Behandlungen hinter sich, bevor sie zu uns auf die KMT III kommen. Viele haben verschiedene Leukämien. Ein Teil leidet an angeborenen genetischen Defekten. Sie sind hier meistens sechs bis acht Wochen auf der Station und dürfen wegen der Ansteckungsgefahr nicht mal ihre Zimmer verlassen. Schwierig ist es, mit den ganz kleinen Knirpsen zu arbeiten, denen man noch nicht viel erklären kann. Wichtig ist es aber immer, diesen sterbenskranken jungen Menschen mit Respekt und Würde zu begegnen. Dazu bedarf es viel Fingerspitzengefühls.

### Kann man das lernen?

In erster Linie ist es die Erfahrung. Ich habe schon fast 20 Jahre mit onkologisch erkrankten Patienten zu tun. Zudem bin ich selbst Vater zweier Kinder. Das hilft enorm. Aber auch eine große fachliche Expertise ist sehr wichtig. Als ich 2015 eine zweijährige Fachweiterbildung zum onkologischen Fachpfleger gemacht hatte, war das auch für mich als alter Hase noch sehr interessant zu erfahren, was sich alles getan hat in Sachen Krankheitsbildern, neuen Medikamenten etc.

### Wie läuft Ihr Arbeitstag auf der Station ab?

Ich pflege jeden Tag im Frühdienst jeweils zwei Patienten im Alter von ungefähr anderthalb bis 18 Jahren. Mein Credo lautet: Jedes Kind bringe ich zum Lachen – wenigstens einmal pro Tag. Wir Gesundheits- und Krankenpfleger arbeiten eng und gut mit dem Ärzteteam um die Leitende Oberärztin Dr. Rita Beier zusammen. Aber auch mit Physiotherapeuten, Kunsttherapeuten, Sozialarbeitern und Lehrern stehen wir regelmäßig in engem Kontakt und arbeiten gemeinsam an der Therapie, zu der ja nicht nur das Medizinische gehört. Die Zusammenarbeit funktioniert hervorragend.

### Wie gehen Sie in schwierigen Situationen mit den Kindern um?

Manchmal sind auch untypische Zugangswege gefragt. Mit Spielen kann ich auch zu Patienten, die schon eine lange Leidensgeschichte hinter sich haben, Zugang finden. Ich bin ein echter Spiele-Freak und probiere alles aus. Neben Brettspielen habe ich alle gängigen Spielekonsolen zu Hause. Wenn die Kinder merken, dass man auf dem Gebiet mitreden kann und man sich auch mal die Zeit nimmt, mit ihnen eine Runde auf der Play Station zu zocken, schafft das unheimlich viel Vertrauen.

### Zu Ihrem Arbeitsalltag gehört häufig auch das Sterben...

Das stimmt. Trotz guter Erfolge schlägt die Therapie nicht bei jedem Kind an. Es tut weh, sie gehen lassen zu müssen und zu sehen, wie die Eltern trauern, obwohl wir alles Menschenmögliche unternommen haben. Damit muss man in dem Beruf aber generell zurechtkommen. Wir sprechen im Team offen darüber und pflegen einen engen Austausch untereinander. Und ich bleibe trotzdem Optimist, denn viele verlassen unsere Klinik auch geheilt. Eine eiserne Regel habe ich mir allerdings als Selbstschutz auferlegt: nicht zu viel Nähe zuzulassen. So gehe ich nie zu Beerdigungen von Patienten. Diese Distanz muss ich mir wahren.

FOTO: PRIVAT (R)



# LARA RENNT

Patienten mit ungewöhnlichen Leiden rutschen häufig durch das ärztliche Versorgungsraster. Das Essener Zentrum für Seltene Erkrankungen will Abhilfe schaffen.

**W**enn Müjgan Satici in Holsterhausen aus dem Fenster in ihren Garten hinausblickt, sieht sie ihre Tochter Lara mit dem Zwergspitz Pamuk ausgelassen spielen. Eigentlich nicht ungewöhnlich für eine Zwölfjährige und einen Hund von sieben Monaten, bis vor einigen Monaten jedoch kaum vorstellbar. Denn Lara leidet an X-chromosomaler Hypophosphatämischer Rachitis (XLH), eine von Tausenden seltener Erkrankungen, die es laut Expertenschätzung auf der Welt gibt. Die Erbkrankheit, die zum Beispiel Symptome wie Müdigkeit und Knochenschmerzen hervorruft, bekommt nur einer von 20.000 Menschen. „Laras XLH war schon so etwas wie ein Sechser im Lotto“, seufzt Satici, „nur eben in negativer Hinsicht.“ Dass sich trotzdem alles zum Guten gewendet hat, verdanken die Saticis PD Dr. Corinna Grasemann und ihrem Team.

„Diese schlechten Jackpots sind gar nicht so selten“, erzählt die Leiterin der Abteilung für Pädiatrische Endokrinologie in der Kinderklinik II des Universitätsklinikums Essen. Grasemann leitet zugleich das Essener Zentrum für Seltene Erkrankungen (EZSE), das sich um Patienten wie Lara kümmert. Seit



Zuhören ist das A und O: **Lara Satici** berichtet der behandelnden Ärztin **Dr. Corinna Grasemann** von ihren Fortschritten.

2013 agiert das EZSE-Team für Patienten mit seltenen Erkrankungen als Lotse und Experte zwischen den Fachärzten und koordiniert die komplexen Behandlungen.

Als selten gilt in der EU eine Krankheit, wenn weniger als fünf von 10.000 Einwohnern von ihr betroffen sind. „Da es zwischen 5.000 und 8.000 seltene Krankheiten gibt, sind gerade in einem Ballungsraum wie dem Ruhrgebiet schon rein statistisch viele Menschen betroffen“, sagt Grasemann, die mit dem EZSE ab Herbst 2019 auch feste Sprechstunden anbieten will. Fast immer bedürfe es einer regelrechten Detektivarbeit, um die Ursache eines ungewöhnlichen Leidens zu finden. Wichtig sei der interdisziplinäre Ansatz des Zentrums. Die richtigen Experten aus dem großen Netzwerk des EZSE herauszufiltern und zusammenzubringen, um eine Diagnose zu finden, ist die große Herausforderung – und sie erfordert Geduld

und Ausdauer. „Für uns ist entscheidend, dass der Patient und sein Leiden im Mittelpunkt stehen“, meint Grasemann. „Wir pressen ihn nicht in ein Raster hinein, sondern forschen ergebnisoffen nach den Ursachen seiner Beschwerden.“ Wie im Fall von Lara.

## Neue Hoffnung

Lara wurde vor etwa sechs Jahren zum ersten Mal in der Essener Kinderklinik vorgestellt. Bis dahin hatte sie schon eine lange Ärzte-Odyssee hinter sich. Ihre Beine waren auffällig krumm und wuchsen nicht richtig. Zudem hatte das Mädchen große Schmerzen in

Knochen und Gelenken und war in seiner Beweglichkeit eingeschränkt. Nach intensiven Untersuchungen stand die Diagnose rasch fest. Bei der XLH wird der mit der Nahrung aufgenommene Phosphor sofort über die Nieren aus dem Körper ausgeschwemmt. Besonders für Kinder im Wachstum eine große körperliche Belastung. Sie benötigen das Spurenelement für den Aufbau von Knochen und Zähnen. „Laras Organismus befand sich in einem permanenten Mangelzustand“, erklärt Grasemann. Um an den wichtigen Phosphor zu kommen, musste das Mädchen fünf- bis sechsmal täglich ein hochkonzentriertes Präparat in Wasser aufgelöst trinken – eine große Belastung für die Nieren – bis Anfang des Jahres ein neues Mittel auf den Markt kam.

„Erst hatte ich Angst vor der neuen Spritze. Aber im Nachhinein bin ich froh, dass ich es gemacht habe. Es ging mir sofort viel besser“, erzählt die Gymnasiastin, die auch psychisch stark an der Krankheit mit dem unaussprechlichen Namen litt. Früher war sie schnell müde und abgeschlagen, konnte sich nicht lange anstrengen. „Warum ausgerechnet ich, dachte ich mir. Alle anderen Kinder konnten auch laufen. Ich aber hatte immer Schmerzen.“ Das neue Präparat entfaltete schnell seine Wirkung und ist praktisch in



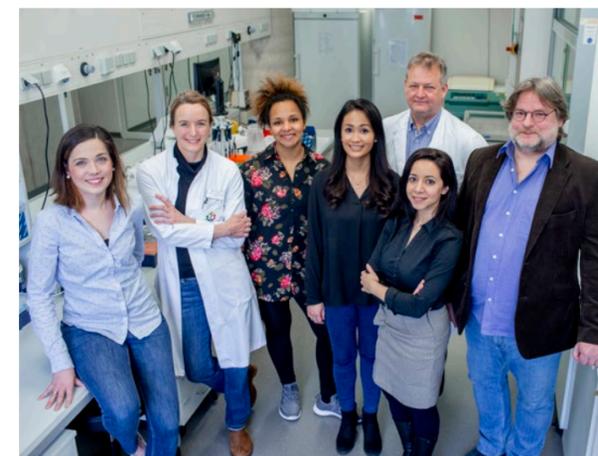
## Projekt TRANSLATE-NAMSE

TRANSLATE-NAMSE ist ein überregionales Kompetenznetzwerk. Das Projekt richtet sich an Kinder und Erwachsene mit unklarer Diagnose oder Verdacht auf eine bisher nicht erkannte seltene Krankheit. Das Ziel sind die Erstellung einer gesicherten Diagnose und die Verbesserung der Versorgungsstrukturen der Betroffenen. Informationen für Patienten und Ärzte unter [www.uk-eszse.de](http://www.uk-eszse.de)



Lara macht routiniert bei den Untersuchungen mit.

der Anwendung: Es deckt Laras Phosphatbedarf für zwei Wochen. Ein Glücksfall, denn Grasemann und das Team wussten aufgrund der guten Vernetzung um die bevorstehende Zulassung des Medikaments. „Ich bin froh, dass wir ihr mit diesem neuen Mittel so gut helfen können“, sagt Grasemann. Und auch Familie Satici ist erleichtert. „Es scheint so, als hätten wir schon wieder im Lotto gewonnen. Diesmal aber einen richtigen Hauptgewinn“, betont Vater Satici und wirft eine Frisbee durch den Garten. Pamuk hechelt hinterher und hat keine Chance. Lara rennt einen Schritt schneller und schnappt sich die Wurfscheibe.



Das Essener Zentrum für Seltene Erkrankungen auf einen Blick: Ab Herbst 2019 möchte das siebenköpfige Team Sprechstunden für Patienten auf dem Gelände des Universitätsklinikums anbieten.

FOTOS: THILO SCHMÜLGEN (3), FRANK PREUSS (R.O)



PROF. DR. HANS-ULRICH SCHILDHAUS

verstärkt seit Anfang des Jahres als Pathologe das Westdeutsche Tumorzentrum. Als Spezialist für die Diagnostik von Sarkomen liegt sein Fokus auf genetischen Aspekten von Tumoren.

## „Schwer zu erkennen“

Sarkome machen nur ein Prozent der bösartigen Krebserkrankungen aus.

**Was ist das Besondere an ihnen?**

Sarkome sind bösartige Tumoren, die in jedem Alter auftreten können.

Sie bestehen aus Strukturen der Muskeln, des Weichgewebes und des Knochens. Weil sie selten und schwer zu diagnostizieren sind, haben Patienten meistens zahlreiche Ärzte aufgesucht, bevor sie endlich eine sichere Diagnose erhalten.

**Was macht die Diagnose schwierig?**

Für Prostata- oder Bauchspeicheldrüsenkrebs beispielsweise gibt es jeweils Fachärzte. Sarkome passen aber oft nicht in eine Schublade. Da braucht es zeitig die Experten eines Sarkomzentrums, die über die Grenzen eines Organs hinaus arbeiten können. Denn die Behandlungschancen verschlechtern sich, je später die Diagnose gestellt wird.

**Wie werden Patienten im Essener Sarkomzentrum behandelt?**

Wir betrachten jeden Patienten ganzheitlich in seiner Erkrankung. Dafür bündeln wir bei uns die gesamte interdisziplinäre Expertise, die man für die Behandlung benötigt. Das reicht von den Radiologen über die Pathologen, die die feingeweblichen Diagnosen erstellen, über spezialisierte Chirurgen bis hin zu Onkologen und Strahlentherapeuten.



MEIN  
LEBEN MIT ...

## ... NEUEM KNIE

Dank eines Implantats, das ihr am St. Josef Krankenhaus Werden eingesetzt wurde, kann Barbara Bienek wieder Treppen steigen.

Am Ende wurde es wirklich Zeit. Die Schmerzen waren einfach zu groß geworden, als es letztes Jahr auf Weihnachten zuing. „Ich hatte es nur noch mit Mühe geschafft, in meine Wohnung im zweiten Stock zu gelangen. Vollbepackt mit Einkäufen war es noch viel schlimmer, sich bis zur Haustür hochzukämpfen“, erzählt Barbara Bienek von ihrer monatelangen Leidenszeit. Das rechte Knie der 58-jährigen Verwaltungsbeamtin der Stadt Essen wollte einfach nicht mehr mitspielen. Es gab bei jeder Bewegung einen beängstigend knackenden Laut von sich. Da konnte auch die idyllische Wohnumgebung in Kettwig nicht mehr drüber hinwegtrösten. „Was nützen mir die Ruhr-Auen oder der Kettwiger See direkt in der Nähe, wenn ich da nicht mehr hingehen kann?“, fragte sich Bienek.

Ein gutes halbes Jahr beißt sie die Zähne zusammen. Schließlich geht sie zu ihrem Orthopäden. Der eröffnet ihr, dass er ihr nicht helfen kann. „Ich könnte jetzt jede Menge Geld mit sinnlosen Behandlungen an Ihnen verdienen, aber die Röntgenaufnahmen sprechen eine eindeutige Sprache: Sie brauchen ein neues Kniegelenk!“

### Unfall mit Spätfolgen

Auf seine Empfehlung wird Bienek Anfang Januar in der Universitätsmedizin Essen vorgestellt. Bei der Aufnahme im St. Josef Krankenhaus durch Klinikdirektor Prof. Dr. Marcus Jäger kommt ein längst verblasstes Ereignis wieder zutage: ein Motorradunfall im Sommer 1983, bei dem sich Bienek Unter- und Oberschenkel brach. „Ich dachte mir gleich, dass es mit



Tschüss Gehhilfen! **Barbara Bienek** konnte schnell wieder auf eigenen Beinen stehen.

dieser alten Geschichte etwas zu tun haben könnte“, erklärt der Direktor der Universitätsklinik für Orthopädie und Unfallchirurgie. In den Jahren nach dem Unfall hatte sich Bienek eine X-Bein-Fehlstellung angewöhnt, die für ihr Kniegelenk immer mehr zur Belastung wurde. Das Bein schlackerte regelrecht beim Gehen, sodass ein künstliches Kniegelenk notwendig geworden war. Der Facharzt diagnostiziert eine posttraumatische Arthrose.

„Angst vor der OP hatte ich keine. Ich wusste ja, dass es nichts Lebensbedrohliches war. Und zudem wollte ich endlich wieder richtig gehen können“, so Bienek. Die Beamtin, die beruflich Anträge auf Schwerbehindertenausweise bearbeitet, hat vollstes Vertrauen in das Behandlungsteam von Jäger. Innerhalb weniger Tage ist ein Termin für den Eingriff vereinbart. „Schließlich wollte ich mir nicht selbst so einen Wisch ausstellen müssen“, sagt sie rückblickend mit einem Lachen. 90 Minuten dauern ein Fußballspiel oder eine „Tatort“-Folge. Ebenso viel Zeit benötigt Jäger, um Barbara Bienek ein künstliches Kniegelenk einzusetzen. Der Eingriff verläuft ohne

Komplikationen. „Bei Frau Bienek haben wir uns für den Oberflächenersatz entschieden. Das ist die am wenigsten aufwendige Variante bei der Knie-Endoprothetik“, erläutert der Orthopäde. Schon am zweiten Tag nach der Operation wird sie mobilisiert und unternimmt erste Schritte über den Flur der Station 3B. Nur wenige Tage später wird sie entlassen und beginnt mit ihrer Reha-Maßnahme. Schnell macht die Beamtin große Fortschritte, die Leidenszeit geht ihrem Ende entgegen. „Ich freue mich so darauf, bald wieder Sport zu machen, auf die Bewegung – Joggen im Frühling an der Ruhr, Nordic Walking, Zumba, Pilates, das alles steht mir jetzt wieder offen. Und das Wichtigste: einfach wieder die Treppen zu meiner Wohnungstür hochzukommen.“

### Neues Kniegelenk gefällig?

Die Kontaktdaten der Orthopädie am Standort St. Josef Krankenhaus Werden finden Sie unter:

[www.sankt-josef-werden.de](http://www.sankt-josef-werden.de)

FOTOS: BOZICA BABIC (L.), PRIVAT (R.), JOCHEN TACK/STIFTUNG ZOLLVEREIN (R.)

Über Stadtmenschen  
und Heimatfreunde

# Metropole



Der Verein Die Urbanisten e. V. bringt Gemeinschaftsgärten in die Stadt. Neustes Projekt ist der Urban Garden am Tremoniapark in Dortmund. Gartenbauingenieur Christoph Richard sucht noch Mitstreiter.

## „Im Sommer das erste Gemüse“

Sie haben vor Kurzem am Tremoniapark ein Urban-Gardening Projekt gestartet. Was haben Sie dort vor? Genau, das Grundstück, das wir bebauen, war lange verwildert. Nachdem wir die 200 Quadratmeter große Fläche am Tremoniapark gerodet haben, sind wir inzwischen dabei, Hochbeete für den Gemüseanbau zu zimmern und eine Terrasse mit Sitzmöbeln zu gestalten, auf der die Nachbarschaft zusammentreffen und grillen kann. Ich denke, spätestens im Sommer können wir das erste Gemüse ernten.

### An wen richtet sich das Projekt?

Der Gemeinschaftsgarten ist für alle Anwohner geöffnet, die Lust haben, Gemüse anzubauen und gemeinsam zu gärtnern, ohne sich direkt beim Kleingartenverein anmelden zu wollen.

### Welche anderen Urban-Gardening-Projekte gibt es im Ruhrgebiet?

Die Möglichkeiten, in der Stadt zu gärtnern, sind vielfältig. Einen guten Überblick über die verschiedenen Projekte im Ruhrgebiet gibt es zum Beispiel unter [anstiftung.de](http://anstiftung.de) und [dieurbanisten.de](http://dieurbanisten.de)

## Zu Fuß durch den Pott

Loswandern und abschalten – das ist das erklärte Ziel von Sabine Haukes Buch „Wanderungen für die Seele“. Auf 20 Routen führt die Gesundheitswanderführerin über Halden und Burgen, durch unberührte Landschaften an Ruhr und Lippe und in gemütliche Städtchen mit Kurortflair (Droste-Verlag, 16,99 Euro).



## BÜHNE & BAUHAUS

Das Bauhaus wird 100 Jahre alt. Die Weimarer Kunstschule unter Leitung von Walter Gropius führte 1919 erstmals Kunst und Handwerk zusammen und gilt international als eine der wichtigsten Designschmieden des 20. Jahrhunderts. Das Museum Folkwang gibt im Jubiläumsjahr Einblicke in seine vielfältigen Bauhaus-Bestände und stellt unter anderem die Bühnenwelten am Bauhaus, ihre Kostümentwürfe und Spielgänge vor.

### Bühnenwelten

28. April – 8. September 2019  
[www.museum-folkwang.de](http://www.museum-folkwang.de)



## SPAZIEREN IN OBERHAUSEN

Ein Naherholungsgebiet mit Streichelzoo – das ist der Kaisergarten in Oberhausen. Der Park liegt in unmittelbarer Nähe des Oberhausener Gasometers. Erholungsuchende können die großen Wald- und Wiesenflächen entlang des Rhein-Herne-Kanals für Spaziergänge oder Picknicks nutzen. Eine Attraktion für Kinder ist das Tiergehege. Fast 500 einheimische Arten wie Rehe, Schweine, Esel, Ponys oder Hühner leben hier, aber auch Pfauen und Waschbären finden auf dem 5,5 Hektar großen Areal ein Zuhause. Viele Tiere dürfen gestreichelt oder gefüttert werden.

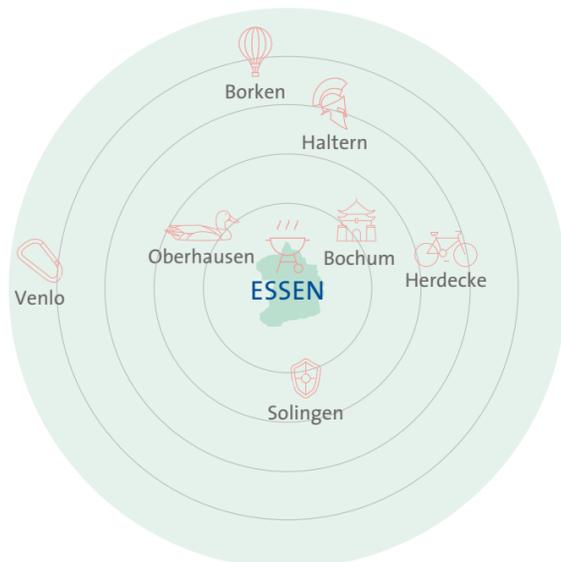
51°29'32"N 6°51'30"E

Tiergehege Kaisergarten, Am Kaisergarten 30,  
46049 Oberhausen  
[www.tiergehege-kaisergarten.de](http://www.tiergehege-kaisergarten.de)

# FRÜHLINGS FLUC HT E

# N

Wer gesund bleiben will, muss regelmäßig ausspannen. Zum Beispiel an diesen Orten, die man von Essen aus in maximal einer Stunde erreicht.



## RADWANDERN NACH HERDECKE



Herdecke liegt idyllisch an der Ruhr zwischen den beiden Ruhrtauseen Hengstey- und Harkortsee. Ganze 74 Prozent des Stadtgebietes bestehen aus Wasser- und Waldflächen. Viele Ausflugsreisende wählen das Städtchen als Start- und Zielpunkt für Rad-, Wander- und Kanutouren durch die Landschaft des nördlichen Ennepe-Ruhr-Kreises. Auch ein Abstecher in die historische Altstadt mit vielen Fachwerkhäusern lohnt. Ein Besucherleitsystem weist den Weg durch das malerische Bachviertel sowie rund um den 1.000 Jahre alten Stiftshügel.

51°24'00"N 7°25'56"E

Stadt Herdecke, Kirchplatz 3, 58313 Herdecke  
[www.metropole.ruhr/herdecke](http://www.metropole.ruhr/herdecke)



## CHINA IN BOCHUM

Lust auf einen Kurztrip ins Reich der Mitte? Im Chinesischen Garten der Ruhr-Universität Bochum fühlt man sich fast wie in China. Teich, Felsenlandschaft und Pavillons wurden unter Anleitung chinesischer Spezialisten angelegt, Materialien wie Ziegel und Fliesen eigens aus China importiert. Die Anlage mitten im Botanischen Garten der Universität ist rund 1.000 Quadratmeter groß und ein Geschenk der chinesischen Partner-Universität Tongji in Schanghai. Pagoden-Architektur, eine Teichlandschaft und kleine Wandelgänge laden zum Flanieren ein. Der Eintritt ist frei.

51°26'32"N 7°15'53"E

Botanischer Garten der Ruhr-Universität,  
Universitätsstraße 150, 44780 Bochum  
[www.boga.ruhr-uni-bochum.de](http://www.boga.ruhr-uni-bochum.de)



## RITTER IN SOLINGEN

Schloss Burg steht bereits seit dem 12. Jahrhundert hoch über der Wupper bei Solingen. Im 19. Jahrhundert rekonstruiert, ist der ehemalige Herrsitz der Grafen von Berg heute eine der größten Burganlagen Deutschlands. Besucher können hier heute nahezu jeden Raum besichtigen und sich in Rittersaal, Kemenate, Kapelle und Wehrgang einen Eindruck vom Leben im Mittelalter verschaffen. Seit Kurzem kann man sich zudem von einer App mittels Augmented Reality durch die Gemäuer führen lassen. Im Rittersaal „wartet“ Graf Adolf auf seinem Pferd, um einen durch eine Schlacht zu führen ...

51°08'18"N 7°09'10"E

Schloss Burg a/d Wupper, Schlossplatz 2, 42659 Solingen  
[www.schlossburg.de](http://www.schlossburg.de)





## ENTDECKEN IN HALTERN

Hochmodern und historisch – so lassen sich das LWL-Römermuseum und die Römerbaustelle Aliso im westfälischen Haltern beschreiben. Römer-Fans erleben virtuell und anhand antiker Exponate, wie der Alltag an diesem Ort vor 2.000 Jahren aussah. Damals stand hier eines der wichtigsten und größten Militärlager des Römischen Reichs. Es diente als Ausgangsbasis für 5.000 Legionäre, die das rechtsrheinische Germanien erobern sollten. Das Museum bietet ein umfangreiches pädagogisches Programm mit ganzjährigen Einführungen und Erlebnistagen an.

51°44'23"N 7°10'13"E

LWL-Römermuseum, Weseler Straße 100,  
45721 Haltern am See  
[www.lwl-roermuseum-haltern.de](http://www.lwl-roermuseum-haltern.de)



## CAMPING IN ESSEN



Im Bauwagen zu übernachten kann romantisch sein. Vor allem, wenn das Gefährt direkt an der Ruhr steht und nur Bäume und Wiesen zu sehen sind, so weit das Auge reicht. Der kleine Campingplatz Ruhramping in Essen-Horst ist eine ländliche Ruhezone inmitten der Stadt. In beheizbaren Bauwagen wie „Steele“ oder „Rütenscheid“, die alle nach Essener Stadtteilen benannt sind, kann man hier komfortabel und unkonventionell ausspannen. Natürlich gibt es auch ein paar Plätze für Wohnwagen, Wohnmobile oder Zelte.

51°25'45"N 7°6'15"E

Ruhramping, In der Lake 76, 45279 Essen  
[www.ruhramping.com](http://www.ruhramping.com)



## KLETTERN IN VENLO

Die Niederlande sind nicht gerade als Eldorado für Kletterer bekannt. Aber auch wenn die Berge fehlen: Kletterwälder und Hochseilgärten gibt es überall im Land. Einer der schönsten liegt direkt hinter der deutschen Grenze: Der Fun Forest in Tegelen bei Venlo lädt zum Klettern in einer Höhe von vier bis 15 Metern ein. Der Kletterpark bietet neun unterschiedliche Parcours mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Für Kinder zwischen fünf und sieben Jahren gibt es einen eigenen Kids-Parcours. Ausgerüstet mit Helm, Komplettgurt und einer Sicherheitseinweisung, hangelt man sich über Seile, Strickleitern, Wackelbrücken und Tarzan-Lianen von Baum zu Baum.

51°20'16"N 6°9'51"E

Fun Forest Venlo, Verlengde Trappistenweg 35,  
5932 Tegelen, Niederlande  
[www.funforest.nl](http://www.funforest.nl)



## BALLONFAHREN IN BORKEN

775 Jahre Stadtgeschichte, fünf mittelalterliche Türme, eingebettet in die westmünsterländische Parklandschaft mit ihren Wasserschlössern: Borken hat viel zu bieten. Seit Jahren schmückt sich die Stadt auch mit dem Beinamen „Stadt der Segelflieger“. Die Tradition des Luftsportes reicht bis in die frühen Tage der Fliegerei zurück. Auch heute kann man von hier aus gut in die Luft gehen: Eine Fahrt im Heißluftballon zum Beispiel kann man über die örtliche Ballonsportgruppe anfragen. Zudem gibt es beim Luftsportverein Borken die Gelegenheit, im Segelflugzeug mitzufliegen.

51°51'18"N 6°48'51"E

Ballonsportgruppe Borken e.V., Zum Flugplatz 19, 46325 Borken  
[www.ballonsportgruppe-borken.de](http://www.ballonsportgruppe-borken.de)  
[www.lsvborken.de](http://www.lsvborken.de)



FOTOS: FUN FOREST VENLO (O.), RUHR CAMPING (L. U.), TOURISTEN INFORMATION BORKEN (R.)



Müde und abgeschlagen – oder wach und vital? Auch unser Körper stellt sich im Frühling um.

### Frühlingsgefühle – gibt es das wirklich?

Blumenduft liegt in der Luft, es kribbelt im Bauch und man strotzt vor Energie: Die sprichwörtlichen Frühlingsgefühle gibt es wirklich. Doch entgegen landläufiger Meinung sind nicht die Sexualhormone Testosteron und Östrogen für den Gefühlsrausch verantwortlich. Entscheidend ist die stärkere Lichteinwirkung im Frühjahr.

Das Sonnenlicht sorgt dafür, dass die Zirbeldrüse im Gehirn die Konzentration des Schlafhormons Melatonin reduziert. Gleichzeitig steigt die Konzentration von Noradrenalin, Serotonin und Dopamin. Die Folge: Man fühlt sich wacher und vitaler. Außerdem befindet sich die gesamte Natur im Aufbruch – das beflügelt auch die Psyche.

### Warum macht der Frühling müde?

Andauernde Müdigkeit, Kreislaufprobleme, Kopfschmerzen – typische Symptome einer Frühjahrs Müdigkeit. Forschern zufolge kann es dafür mehrere Ursachen geben: Durch die steigenden Temperaturen weiten sich die Blutgefäße, der Blutdruck sinkt und der Kreislauf fährt runter – das macht müde. Auch das Schlafhormon Melatonin gilt als potenzieller Auslöser. In den dunklen Wintermonaten steigt dessen Konzentration im Körper kontinuierlich an und muss erst wieder reduziert werden.

Um wieder fit zu werden, gehen Sie raus in die Natur und tanken Sonne! So gewöhnt sich der Körper schneller an den Temperaturwechsel. Das UV-Licht bremst zusätzlich die Produktion von Melatonin. Wer sich allerdings über einen längeren Zeitraum ungewöhnlich erschöpft fühlt, sollte seinen Arzt konsultieren.



Mit vier Jahren kam Nelson Müller aus Ghana nach Deutschland. Er wuchs bei Pflegeeltern in Stuttgart auf und wurde später adoptiert. Zum Koch ließ er sich in Spitzenrestaurants in Schwaben, auf Sylt, an der Ostsee und in Essen ausbilden. Heute betreibt der 40-Jährige, der auch im ZDF und auf Sky kocht und Reportagen dreht, in Essen zwei Restaurants, von denen eines einen Michelin-Stern trägt. Gerade erschienen ist sein Kochbuch „Heimatliebe. Meine Deutsche Küche“ (Dorling Kindersley, 24,95 Euro).



# „CURRYWURST HABEN WIR AUCH“

Nelson Müller ist einer der bekanntesten Köche im Ruhrgebiet. Jetzt hat er ein Buch über Heimatküche geschrieben.

**Herr Müller, mögen Sie Teddybären?**  
Aber sicher, wer mag die nicht? Warum?

**Weil Sie Schirmherr der Deutschen Teddystiftung sind und schon mal 500 Teddybären an Patienten der Kinderklinik des Universitätsklinikums Essen verteilen durften. Muss eine tolle Erfahrung gewesen sein.**  
Wenn Kinderaugen leuchten, ist das ein unbeschreibliches Gefühl. Die Kleinen haben sich sehr gefreut. Für ein Kind, das in einer Krisensituation ist, wirkt so ein Teddybär oft wie Medizin.

**Man könnte auch sagen: wie ein Stück Heimat in der Klinik. Was bedeutet Heimat für Sie?**  
Heimat muss kein Ort sein. Heimat ist da, wo ich glücklich bin. Aber auch natürlich, wo die Familie ist oder die Freunde sind.

**Essen ist Ihr Zuhause seit 2001. Davor sind Sie in Sachen Kochen viel herumgekommen. Warum sind Sie im Ruhrgebiet geblieben?**  
Ich mochte das Ruhrgebiet sofort. Der Menschenschlag ist ehrlich und geradeheraus. Ich mag auch die kurzen Wege. Man hat alles, was der Mensch zum Leben braucht, inklusive Grünflächen.

**Ihr Restaurant „Müllers auf der Rü“ serviert Spezialitäten aus dem Ruhrgebiet. Was macht die Ruhrpott-Küche aus?**  
Die meisten denken hier natürlich in erster Linie an die Currywurst – und die gibt es bei uns auf jeden Fall auch. Ich habe aber auch schwäbische Gerichte auf der Karte. Es gibt gute, veredelte Hausmannskost und das Wiener Schnitzel genauso wie den guten Eintopf.

**In Ihrem neuen Buch „Heimatliebe“ gehen Sie auf eine Deutschlandreise der Hausmannskost – von Handkäs bis Käsespätzle. Gibt es überhaupt eine einheitliche, deutsche Küche?**  
Auf jeden Fall hat jede Region ihre eigenen Spezialitäten, und die sind tatsächlich sehr speziell für die unterschiedlichen deutschen Gebiete. Ich würde sagen, gerade diese verschiedenen Regionen Deutschlands machen unsere

deutsche Küche aus. Das wollte ich zeigen und auch Erinnerungen an Gerichte wecken, die schon fast vergessen sind. Und eigentlich viel zu gut, um sie zu vergessen.

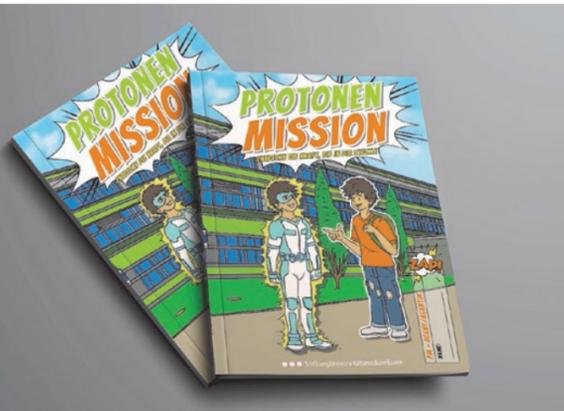
**Zum Beispiel?**  
Rührei mit Nordseekrabben aus dem hohen Norden zum Beispiel, Omas Bratheringe oder Kohlroulade mit glasierten Möhrchen. Das sind Gerichte, die viele mit einem persönlichen Heimatgefühl verbinden und gleichzeitig alles andere als langweilig oder altbacken sind.

**Apropos alte Liebe: Als Jugendlicher standen Sie kurz davor, Handballprofi zu werden. Warum haben Sie sich dann doch für die Küche entschieden?**  
Ich habe aktiv Handball gespielt, bin fünfmal die Woche zum Training gegangen und war sogar in der süddeutschen Auswahl. Trotzdem stand Profisport nicht wirklich im Vordergrund. Ich wollte schon einen soliden Beruf lernen. Und in der Küche hab ich schon als Kind liebend gern mitgewerkelt.

**Eine andere Leidenschaft ist die Musik. Letztes Jahr haben Sie sogar in der Arena „Auf Schalke“ beim Mitsingkonzert vor Tausenden Menschen gesungen. Was haben Kochen und Singen für Sie gemeinsam?**  
Oh, was haben die gemeinsam? Von Musik wird man nicht satt, zumindest nicht im Bauch, aber beides macht glücklich.

**Sie sind gerade 40 geworden. Was bringt die Zukunft?**  
Na, ich denke, es bleibt spannend. Ich bin ganz guter Dinge. Positiv in die Zukunft zu gehen, ist eh das beste Rezept.

**i Gewinnspiel**  
Die „Wie is?“ verlost dieses Mal einen Gutschein im Wert von **500 Euro** für einen Besuch im Essener Sternerrestaurant Schote. **Mehr dazu auf Seite 36.**



## Kinder auf Protonen-Mission

„Entdecke die Kraft, die in dir steckt!“ – Im neuen Kinderbuch der Stiftung Universitätsmedizin Essen und des Westdeutschen Protonentherapiecenters Essen (WPE) werden junge Patienten zu Superhelden. Gerade für Kinder bietet die Protonentherapie große Vorteile – stellt aber auch eine besondere Herausforderung dar. „Die Abläufe und Geräte, die zur Behandlung gehören, können Kinder schnell einschüchtern. Hier setzt das Buch an: Die Bestrahlung wird zur Protonen-Mission und jeder Schritt altersgerecht erklärt“, sagt Prof. Dr. Beate Timmermann, Direktorin der Klinik für Partikeltherapie und Ärztliche Leiterin des WPE. Das Buch beantwortet mögliche Fragen: Wer behandelt mich? Welche Technik steckt dahinter? Und am wichtigsten: Wie aktiviere ich die geheime Superkraft in mir, die mich stark macht? „Die Stiftung Universitätsmedizin fördert Projekte, die den Patienten dabei helfen können, besser mit ihrer Krankheit umzugehen – so wie dieses in seiner Form bisher einzigartige Buch. Wir danken allen Unterstützern, die durch ihre Spende die Umsetzung dieser Idee ermöglicht haben“, betont Prof. Dr. Karl-Heinz Jöckel, Vorstandsvorsitzender der Stiftung. Die ersten 1.000 Exemplare sind ab Mitte Mai im WPE für Patienten und ehemalige Patienten erhältlich.

## TEELICHTER FÜR STERNENKINDER

Unendlicher Schmerz und Unglauben: Wenn das eigene Kind stirbt, bevor es am Leben teilgenommen hat, ist dies nur sehr schwer zu begreifen. Die neu entwickelte Erinnerungsbox „Sternenkind“ der Stiftung Universitätsmedizin hilft dabei, den Eltern von Kindern, die vor, während oder kurz nach der Geburt verstorben sind, in ihrer Trauer zur Seite zu stehen. Als behutsame Ergänzung der Arbeit auf den Stationen beinhaltet die Box neben einer Orientierung gebenden Broschüre weitere unterstützende Materialien: So kann ein zweiteiliger Holzstern zur Hälfte bei den Eltern verbleiben und zur Hälfte mit in das Grab gegeben werden, ein Teelicht spendet Wärme und ein Briefblock bietet Raum für die eigenen Gedanken.



### 7. ESSENER VORSORGEVERANSTALTUNG

15. Juli 2019, 14 und 17 Uhr im Lehr- und Lernzentrum der Medizinischen Fakultät

Anmeldung telefonisch unter 0201-723-3630 (Mo.-Fr., 10 bis 12 Uhr) oder per E-Mail an [anmeldung@universitaetsmedizin.de](mailto:anmeldung@universitaetsmedizin.de) (Bitte Name, Anschrift und Wunschtermin angeben). Für Kaffee, Kuchen und die ausgehändigten Informationsmaterialien bitten wir um einen Beitrag von 5 €.

## SPENDER WERDEN!

Helfen auch Sie mit und fördern Sie Projekte, die über die medizinische Grundversorgung hinausgehen. Ob groß oder klein – jeder Spendenbeitrag ist wichtig und hilft, für kranke und schwerstkranke Patienten wichtige Projekte zu ermöglichen.

### Spendenkonto:

IBAN: DE 0937 0205 0005 0005 0005 BIC: BFSWDE33 Bank für Sozialwirtschaft

●●● Stiftung Universitätsmedizin Essen

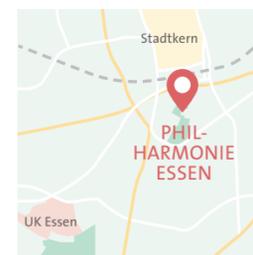
Alle Infos über die Stiftung finden Sie unter: [www.universitaetsmedizin.de](http://www.universitaetsmedizin.de)  
Oder kontaktieren Sie uns – wir informieren Sie gerne in einem Gespräch:  
Telefon: 0201 7234699  
E-Mail: [info@universitaetsmedizin.de](mailto:info@universitaetsmedizin.de)

# MEIN ORT

PHILHARMONIE ESSEN

Beschäftigte der Universitätsmedizin verraten, wo sie sich wohlfühlen. Diesmal: **Dr. Stefanie Werther**, 45, Oberärztin an der Klinik für Pneumologie der Ruhrlandklinik.

„Klassische Musik hilft mir extrem gut, meine Gedanken abzustellen. Sie gibt mir positive Energie nach einem langen und anstrengenden Arbeitstag. Ich finde, dass hier im Saalbau Essen, der Heimat der Philharmonie, die Akustik besonders herausragend ist. Für mich ein außergewöhnlicher Ort der musischen Inspiration. Ich spiele seit über 20 Jahren im Universitätsorchester Duisburg-Essen bei den Violinen und inzwischen schon seit Längerem bei den ersten Geigen. Im großen Konzertsaal treten wir jährlich im Rahmen der Festkonzertreihe der Universität auf. Für mich eine großartige Erfahrung. Vor dem Konzert bin ich ein wenig nervös. Währenddessen spiele ich hoch konzentriert. Anschließend fühle ich mich beseelt.“



Philharmonie Essen  
Huysenallee 53  
45128 Essen

Informationsheft	Vorname Adorfs	Schienenweg	schottischer Volkstanz	kegelartige Indianerzelte	verwendender Tierkörper	Fruchthüllen	Obstpflücken	Name Noahs in der Vulgata	Feierlichkeit	französischer unbest. Artikel	Hauptstadt von Liechtenstein	höchstes Wesen								
Nagetier				Wassersportart					Start											
Angriffsziel beim Fußball	unentschieden beim Schach	7			venez. Herrschertitel	ausgewählte Strecke				ein Gauner	körperliche Bestform									
grobe Pflanzenfaser			Heiligenbild der Ostkirche	Bundesland von Österreich	Vormundschaft	Flaumfeder	5		Zeugnisnote	angenehmer Geruch										
Autor von 'Der Name der Rose'	bloße Theorie				sehr gebildet	2				äthiop. Herrschertitel	Wortwiederholung	italienisch: zwei								
Froschlurch	8		seitliche Körperpartie	Gründer der Sowjetunion				äußerer Teil eines Buchs	10											
Nachkomme	literarische Abhandlung	männlicher franz. Artikel								ungebraucht										
16								Spitzname Eisenhewers	angegraut (Haar)	germanische Gottheit	14									
			Körperfunktion	unbestimmter Artikel (3. Fall)				Ziegenpeter				italienisch: drei								
Drahtschlinge	Warenverzeichnis	Abschiedswort	1					sächliches Fürwort		Wohngebäude	behördliche Verfügungen									
Organisationshilfe	17							Tabakprodukt		Landstreitmacht										
		höher engl. Adelstitel	sinnverwandtes Wort																	
Autor von 'Winnetou'	Traubenerte							Gralsritter	Held der Argonautensage	Kalkanstrich	arge Lage									
ohne Namensangabe	11																			
ein Erdachsenpunkt	positiv, optimistisch	großes Blasinstrument	Flughafen von Tel Aviv							Handelsbrauch										
					lateinisch: sei begrüßt	Planetenlaufbahn	Ausstellungsgebäude	ganz, sehr	griechischer Buchstabe	artikulieren	französisch: Osten									
		Lebensgefährtin Lennons (Yoko)	12		Zeitrückstand Schulzensur				Zentralstern			Grundfarbe								
lateinisch: ich	viel zahlen (ugs.)	Vorname d. Schauspielerin Rome	18			med.: v. innen	der Teufel			altchin. Erfinder des Papiers	ausgesucht, exquisit									
Pelzart				Raumtonverfahren	Wundsekret	4		griechische Nymphe	Rufname d. Schauspielers Lingen											
		Mandant	gedoubelte Filmszene				Vorname von Müller-Stahl	Nachspeise		3										
abhandeln	Lederpeitsche		9		Erdkern (Kurzwort)		Hauptstadt von Jordanien		US-Film-Schauspieler (James)	Ureinwohner Japans	wertloses Zeug									
			Weltraum	Roulettefarbe			spanischer Artikel	Schwur	Reduktionskost											
Hinterhalt	Märchengestalt	brav, folgsam					ein Brettspiel			muslimischer Name für 'Jesus'	13									
Hinweiszeichen (Mz.)	15				fraulich	6			undeutliches Vorgefühl haben											
niederländisch: eins		offen anerkennen				kleine Nähwerkzeuge				Bindewort										
engl. f. Netz			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18



**WISSEN SIE DIE LÖSUNG?**  
 Dann schicken Sie eine E-Mail mit dem Lösungswort, Ihrer Adresse und Ihrer Telefonnummer an [wie-is@uk-essen.de](mailto:wie-is@uk-essen.de) (Betreff: *Wie is? Rätsel*). Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir einen Gutschein im Wert von 500 Euro für das Restaurant Schote in Essen. Einsendeschluss ist der 28. Juni 2019. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FOTO: RESTAURANT SCHOTE

**ESSENER BUCHSTABENSALAT**

Finden Sie die versteckten Wörter in diesem Durcheinander? Tipp: Die Leserichtung ist diagonal, von oben nach unten, von links nach rechts – und umgekehrt. Gesucht werden zehn medizinische Begriffe aus diesem Heft.

U O D L I B S T I E H K N A R K C Q R V R S F N X A P S E H Z X S S R Z U B G Y  
 Z N L P N C M Z X Z T S V F P D I M O U C H E K Y S H I S S U M K M S V B F H L  
 P J E T C Z H L E V J U M C M I X B C K A F V Z F D G E X O M Z L B M O N X K V  
 Q O G W E P Y J P P W A P E R P E J W Z H A I C D O D I O I K V O M O E I E S T  
 C J Q R W A F E Z Q B L L R K R M C B Y U W R G L S F W T J P R G Q G Q X N V P  
 P Q P M H T K D U Y H H Y A A D Z W G V L A C O Z N B J B G H S F S E G Z M X G  
 E S Z E W I G F A P K L J E G G F O Y H I B K D C F K K U O O K W D U N O O A U  
 R G E I Y E D L U D A D R F J Y Q Z B A W N F C U W I Q H U A M N Y E F V E G C  
 X M I H D N W I T B M Z C X R P A O S N O S S I S A H D S G H E H V C B H H A V  
 L E G I I T S K U F T H V S S Z F Q H D I V R T X S N F I B P W C L G K Y Z V Z  
 Y W P H Z E T N G I W A C P A N K R E A S K A R Z I N O M S Y I R G N N I Q N X  
 W T K I X N J G N N S R S L R E H O Z V S G B V F X P V T Q K A H S A M N M X I  
 E R C Z C E F R Y K W O U F O L C A M L C V Q Z Z I R U O X C B O E J V X A O S  
 T B A X O R V F G N F W T W K N E L E G E I N K Q P L U V H U D B U R F K V V A  
 L D J Y Z L K J I F C A U P B E X F H F H Y T O B B L A X L L G R F J T G M F Q  
 P J S U J E G H X A V Z C Q Q T B U O T U W W H K A D H N G Z E I K M W H B D Z  
 S H B V U B S P V J X N T D J J A W E G I X Q E S W Q U M I Y U B S J E U J F V  
 A L P M M E A T R U Y X Z E V X G I W C A I N R I A S U I A Q A R N Y L N T T L  
 X X T U Z N U E W K B W O P D V B S T F I P C A N R R N C F T Q X K K O F K K B  
 Q S L O Q F A I U G A K S N H U F Y U W Y K K T S T O M J V O F E W F U O H O I  
 X Z J B G O E U N G N U L D N A H E B T I Z H N N N G I G T S O F E L D S B Y E  
 E M W J F M I E V A O C N U K X H O D M W E Y E Y A B F L Y X T X Y G H T K E C  
 C Z U V O R U F M K E H O T H Y Q A E B L H Z V O R S O I C B Y L I F B X T W E  
 X E J W F C R M H U N W Y C T K O F O K O R X K H G J P E E X R O K L Z V P L Z  
 N K S C H M E R Z T H E R A P I E S G Q O Y T G G A A K M S B T R V N T F G I A  
 Q D N I R Y N S Q H F H C T V O I T Y M H C D N X M F P S M L U B Q M L M C G Z  
 Z N Z F J R S E H Q N C V W Q D W H U X C U Y B M Q W D K N E L T U K J I D V O  
 Q Z V B V C O J J Z P H B B P L B T N L N Z S H S Z Z N R J F R Y S T V A S L M

**Impressum**

**Herausgeber:** Universitätsmedizin Essen, Konzernmarketing und -kommunikation, Hufelandstraße 55, 45147 Essen  
**Verantwortlich:** Achim Struchholz, achim.struchholz@uk-essen.de  
**Redaktionsbeirat:** Kristina Gronwald (Universitätsklinikum), Christine Harrell (Fakultät), Silke Langer (Universitätsklinikum), Maren Middeldorf (Ruhlandklinik), Janine Pratte (WTZ), Thorsten Schabelon (Universitätsklinikum), Kathinka Siebke (St. Josef Krankenhaus Werden)  
**Konzeption, Redaktion und Grafik:** Zimmermann Editorial GmbH, Köln  
 Creative Direction: Julian Schneider  
 Grafik: Annika Brentrup, Mirjam Sieger  
**Titelfoto:** Bozica Babic  
**Schriften:** Franziska Pro, Organika, TheSans  
**Bildbearbeitung & Reinzeichnung:** purpur GmbH, Köln  
**Druck:** WOESTE DRUCK + VERLAG GmbH & Co. KG, Essen  
**Umweltschutz:** Das Mitarbeitermagazin wird auf Recycling-Papier gedruckt, das zu

100 Prozent aus Altpapier hergestellt wird. Das Papier ist FSC®-zertifiziert und ausgezeichnet mit dem Blauen Engel und dem EU-Ecolabel.  
**Papier:** Circle Offset Premium White

**Wie is? IM ABO**

Wollen Sie das Patientenmagazin der Universitätsmedizin Essen zweimal jährlich nach Hause geschickt bekommen? Dann abonnieren Sie die „Wie is?“ unter [wie-is@uk-essen.de](mailto:wie-is@uk-essen.de) als kostenloses Abo!

[www.ume.de](https://www.ume.de)  
[wie-is@uk-essen.de](mailto:wie-is@uk-essen.de)

[@universitaetsmedizinessen](https://www.instagram.com/universitaetsmedizinessen)  
[@UniklinikEssen](https://www.facebook.com/UniklinikEssen)  
[UniklinikEssen](https://www.youtube.com/UniklinikEssen)

**SUDOKU**

Füllen Sie jedes der neun Gitter mit den Ziffern 1 bis 9 so aus, dass jede Ziffer in jeder Einheit genau einmal vorkommt.

1	3		6	8		5	9
5				1			8
			3	5			
3	1				4		6
	9					1	
6	7				5		2
			1	7			
7			6				4
4	5		9	2		7	1



# KLICK.

*Wussten Sie schon, dass es die Universitätsmedizin Essen auch online gibt? Über Instagram, Facebook und Co. bleiben Sie immer auf dem Laufenden und erfahren frühzeitig von anstehenden Veranstaltungen, neuen Aktionen und spannenden Forschungsthemen. Schauen Sie doch mal rein!*

 **TWITTER**  
@UniklinikEssen

 **YOUTUBE**  
Universitätsklinikum Essen



 **INSTAGRAM**  
@universitätsmedizinessen

 **FACEBOOK**  
@ukessen

*Wie is?*

**IM ABO**

Möchten Sie das Patientenmagazin der Universitätsmedizin Essen zweimal jährlich nach Hause geschickt bekommen? Dann abonnieren Sie die „Wie is?“ unter [wie-is@uk-essen.de](mailto:wie-is@uk-essen.de) als kostenloses Abo!



**Universitätsmedizin Essen**

[www.ume.de](http://www.ume.de)