



Life

Das Magazin aus dem UKE
Sommer 2021



„Es geht
immer weiter“

Dirk Rüpke, 48 Jahre, Krebspatient

Schlaganfall

**Schnelle Therapie
rettet Leben**

Geburten

**Geborgen im
ersten Zuhause**

NETZWERKEN



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf | UKE

Folgt uns auch auf



Weitere Infos unter uke.de/socialmedia

Herzlich willkommen,
liebe Leserinnen und Leser,



Marya Verdel,
Kaufmännische Direktorin
und UKE-Vorstandsmitglied

nach den vergangenen langen Monaten in der Corona-Pandemie freuen wir uns jetzt über einen Sommer mit ersten Lockerungen und fortschreitenden Impfungen – das stimmt uns hoffnungsvoll. Dennoch werden im UKE noch immer Patient:innen mit einer schweren Corona-Infektion versorgt, das Virus beeinflusst nach wie vor unser Handeln ganz maßgeblich.

Über Corona hinaus dürfen die weiteren Patient:innenschicksale nicht in Vergessenheit geraten, wir berichten in dieser Ausgabe über drei Menschen mit schweren Erkrankungen. Über Dirk Rüpke, bei dem zunächst eine Corona-Infektion vermutet wurde, die sich später als lebensbedrohlicher Lymphdrüsenkrebs herausstellte. Und über Inge Martens und Hans-Wolfram Böttcher, die beide einen schweren Schlaganfall erlitten haben und dank schneller Hilfe heute wieder gesund sind. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der spannenden Lektüre.

Trotz der noch immer notwendigen Schutzmaßnahmen: Genießen Sie den Sommer!
Ihre

Marya Verdel

Reisen gehört zu den Leidenschaften von Dirk Rüpke, 48. Mit seiner Familie hat er unter anderem „The Wave“, ein Felswunder in Arizona, besucht. Im Pandemiejahr 2020 erkrankte Rüpke an einem bösartigen Lymphom, seine Geschichte hat er Autorin Katja Strube erzählt.



Inhalt

Neues aus dem UKE

- 4 Baufortschritte beim Herzzentrum, Online-Benefizlauf, Blutspendende gesucht, Corona-Forschung.

Titelgeschichte

- 6 **„Wenn es drauf ankommt, habe ich Glück im Leben“**
Dirk Rüpke über seine Krebserkrankung und die Folgen.
- 11 **Lebensbedrohliches Lymphom**
Die Symptome sind eher diffus, deshalb fällt die Diagnose Lymphdrüsenkrebs oft schwer.

Patient:innen berichten

- 12 **Ein Schlag ins Kontor**
Von einer Sekunde auf die andere ist nichts mehr, wie es war.
- 17 **Warnsignale beachten, 112 rufen**
Wird bei einem Schlaganfall umgehend der Notruf gewählt, sind die Behandlungschancen sehr gut.

Gesundheitsakademie

- 18 **Für eine gesunde Haut**
Expertentipps: Sonne meiden, schützende Kleidung tragen, jeden Tag viel trinken.

Stadtpiraten

- 20 **Lieblingsplätze**
Mit Hund Bruno ist Prof. Dr. Karl-Heinz Frosch jedes Wochenende im Alstertal unterwegs.
- 22 **Finkenwerder**
In dem Bauern- und Fischerdorf südlich der Elbe verbinden sich Tradition und Moderne.



06



20



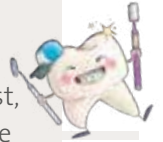


12

Was macht eigentlich...?

26 Kinderreporter

Warum eine Zahnsperre hipp ist, erklärt Prof. Dr. Bärbel Kahl-Nieke unserem Kinderreporter Aaron.



28 Das erste Zuhause

Geborgenheit – das vor allem wollen die Geburtshelfer:innen den Eltern und Neugeborenen bieten.

32 jukebox

Nicht immer auf derselben Station zu arbeiten – das gefällt den Pflegenden im Pflegepool.

34 „Moin“ – „Tschüss“

Baumanager Victor Gozens kommt, Pflegerin Inka Tews geht.

Lieblingsrezept

36 Polenta-Quark-Pancakes

UKE-Chefkoch Gilbert Köcher mit einer ganz besonderen Kreation.

Denksport

38 Sudoku, Schwedenrätsel, Buchstabensalat

Dies und das

40 Service

Musik, Besuchsregelungen

41 Wichtige Kontakte

So erreichen Sie Notaufnahme, Kinder-UKE und Blutspende.

Impressum

UKE Life im Internet:

www.uke.de/life

Schreiben Sie uns:

redaktion@uke.de



28

22



36





Corona-Forschung

Krankheitsverlauf besser einschätzen

UKE-Wissenschaftler:innen haben zwei Biomarker im Blut identifiziert, mit denen sich bereits bei der Einlieferung ins Krankenhaus feststellen lässt, ob die COVID-19-Erkrankung voraussichtlich einen schweren oder einen nicht so schweren Verlauf haben wird. Geprüft wurden die Biomarker zunächst bei 31 Corona-Patient:innen, jetzt soll eine große Studie mit vielen beteiligten Kliniken und Patient:innen folgen.



UKE Life mit Corona-Spezial

Ein virtuelles Magazin, das während der Pandemie gewachsen ist. Lesen Sie online Berichte und Reportagen aus dem UKE über den Kampf gegen das Virus: www.uke.de/life-corona.



Erste Patient:innen kommen 2023

Neues Herzzentrum wächst



Appell von Intensivmediziner Prof. Dr. Stefan Kluge

„Bitte spenden Sie Blut!“

Blut spenden rettet Leben! Kaum einer weiß das besser als Prof. Dr. Stefan Kluge, Direktor der Klinik für Intensivmedizin, sind doch die meisten Patient:innen in der Intensivversorgung auf Blutspenden angewiesen. In der Urlaubszeit sind die Spendenzahlen rückläufig, deshalb sein Appell. Blutspenden im UKE ist während der Öffnungszeiten jederzeit möglich, es gibt einen Imbiss und eine Aufwandsentschädigung. Alle Infos: www.blutgeschwister.net.



Das vierte von sechs Obergeschossen ist in Arbeit, der Bau des neuen Universitären Herz- und Gefäßzentrums auf dem UKE-Gelände geht zügig voran. Mit bis zu 388 Betten, neun Operationssälen und neun Herzkatheterlaboren entsteht ein zukunftsweisender Klinikneubau, in dem 2023 die ersten Patient:innen behandelt werden können. Die Klinik

verfügt außerdem über eine Tiefgarage mit fast 500 Stellplätzen. Dies ist nicht die einzige Großbaustelle auf dem UKE-Campus: Derzeit entsteht auch ein neues Forschungsgebäude und eine neue Klinik für die Behandlung von Prostatakrebs (Martini-Klinik). Diese ist bereits so weit fortgeschritten, dass noch im Sommer 2021 das Richtfest stattfindet.

UKE-Benefizlauf noch bis 29. August

Mehr als 34 000 Kilometer haben die Teilnehmenden des 6. UKE-Benefizlaufs bis Mitte Juli absolviert – grandios! Wer noch mitmachen will, hat bis zum 29. August Gelegenheit dazu. Anmeldungen und weitere Infos unter www.uke.de/benefizlauf. Der Erlös kommt Kindern zugute, die bei Verdacht auf Misshandlung, Vernachlässigung und sexuellen Missbrauch im Kinderkompetenzzentrum im UKE behandelt werden.

tausend

„WENN ES DRAU
ANK



HABE



F
OMMT,

ICH GLÜCK IM LEBEN“

Der 48-jährige Dirk Rüpke mag Fahrten ins Ungewisse. Während der Reisen mit seiner Familie in den USA, auf schnurgeraden Landstraßen durch flirrende Wüsten, genießt er das schwerelose Gefühl, unterwegs zu sein. Als er plötzlich an einem bösartigen Lymphom erkrankt, legt sein Leben eine Vollbremsung ein.



Es geht immer weiter: Dirk Rüpke auf einer seiner Reisen beim Corona Arch im US-Bundesstaat Utah

März 2020: Die erste Welle des neuartigen Corona-Virus schwappt nach Europa. Dirk Rüpke, Sport- und Englischlehrer an einer Stadtteilschule in Harburg, fährt gemeinsam mit seiner Frau Almut sowie den beiden 13- und 14-jährigen Kindern Ski im österreichischen Vorarlberg – ein Corona-Hotspot, wie sich später herausstellt. Doch niemand von ihnen steckt sich mit dem Virus an. „Ich hatte immer schon Glück im Leben – gerade wenn es drauf ankommt“, sagt Dirk Rüpke.

Einige Wochen später treten schwere Krankheits-symptome bei ihm auf – Fieber, starke Schmerzen, Gewebeerkrankungen. „Die Ärzte vermuteten zunächst eine Corona-Infektion“, erzählt Dirk Rüpke. In den drei Wochen, die er während der Erkrankung in einer Klinik nahe seines Wohnorts verbringt, bleibt die Diagnose unklar. Nach Gabe eines Reserve-Antibiotikums klingen die Symptome ab und die Entzündungswerte normalisieren sich. Die geplante Reise nach Florida muss dennoch ausfallen, wegen der Corona-Reisebeschränkungen. Dirk Rüpke erholt sich auf Föhr, genießt die Weite des Meeres, den Wind. Wieder gesund. Denkt er.

Im August nimmt er motiviert den Unterricht wieder auf. Endlich geht es weiter! Bis zu einem Freitag im September. Allgemeines Unwohlsein befällt ihn, starke Bauchschmerzen, wieder Fieber und extremes Schwitzen. Wieder wird ein Corona-Test durchgeführt, wieder ist das Ergebnis negativ. Die Klinik, in der er bereits zuvor war, nimmt ihn ein weiteres Mal auf, checkt ihn zwei Wochen lang durch. Als die Symptome sich verschlimmern, wird Dirk Rüpke ins UKE verlegt. Umfangreiche Untersuchungen bestätigen den Verdacht auf eine Autoimmunerkrankung nicht. Trotz starker Medikamente geht es ihm immer schlechter. Schließlich bringt eine Gewebeprobe die Ursache seiner Symptome ans Licht: Er ist an einem bösartigen Lymphom erkrankt. Dirk und Almut Rüpke sind über die Diagnose zutiefst erschüttert, denn diese kann den nahen, sehr nahen Tod bedeuten.

„Es ist Krebs. Und es ist behandelbar.“ Die Sätze der Ärztin haben die beiden noch deutlich im Gedächtnis. Die Erkrankung ist sehr weit fortgeschritten, „auf einer Skala von I bis IV war ich eine IVb“, erklärt Dirk Rüpke, „schlechter geht’s nicht.“ An viel mehr danach erinnert er sich nicht. Die Chemotherapie sei in letzter, in allerletzter Sekunde gekommen, sagt Almut Rüpke.

„Dann sagen Sie jetzt mal Tschüss zu Ihrem Mann.“ Diese Worte einer Pflegerin haben sich in ihr Gedächtnis eingebrannt, es ging um die



Den Blick nach vorn: Almut und Dirk Rüpke

Besuchsbeschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie. „Es war das letzte Mal für lange Zeit, dass ich meinen Mann gesehen habe.“ Almut Rüpke treten Tränen in die Augen, wenn sie an die langen Wochen und Monate denkt, in denen unklar war, ob die Chemotherapie anschlägt, ob sie ihren Mann bei Bewusstsein wiedersieht, ob er überleben wird. Neben der Angst um ihren Mann kümmert sie sich um die beiden Kinder, die coronabedingt fast durchgängig im Homeschooling sind, um den Haushalt und den eigenen Beruf. Irgendwie funktioniert sie wie auf Autopilot. „Es ist mir ein Rätsel, wie meine Frau das alles bewältigt hat“, sagt Dirk Rüpke.

Nach einigen Wochen geht es ihrem Mann besser. „Ich weiß noch genau, wie ich das erste Mal wieder eine Handynachricht von ihm bekam“, erzählt Almut Rüpke. „Eigentlich etwas ganz Banales. Aber so, wie es ihm zuvor ging, war eine Handynachricht ganz und gar nicht normal.“ Trotz der Erleichterung – die Nebenwirkungen der Chemotherapie (Haarausfall, Wassereinlagerungen, Hautentzündungen) machen dem Patienten zu schaffen. Gemeinsam mit einer Psychoonkologin entwickelt Dirk Rüpke während seines Klinikaufenthaltes einen Leitspruch, der ihm durch die schwere Zeit hilft: „Ich mache es gut, so wie ich es mache“, steht darauf. „Das bedeutet, dass es mein Weg ist, den ich gehe, und er wird zum Erfolg führen“, erklärt er. Während der kurzen Phasen zwischen den Chemotherapiezyklen, die er zu Hause verbringt, nimmt er den Zettel mit. „Es bleibt mein Wahlspruch, er gibt mir Mut.“

Vor einigen Wochen hat Dirk Rüpke seine Krebstherapie mit einer Transplantation seiner eigenen Stammzellen abgeschlossen. Am Tag des Interviews für diesen Bericht, das aufgrund der Infektionsgefahr per Videokonferenz geführt wird, hat er seine erste Nachuntersuchung gerade hinter sich: Keine einzige Krebszelle war mehr auszumachen auf dem hochsensiblen Röntgenbild. Langsam erholt er sich, das Haus verlässt er nun wieder für Spaziergänge in die nahe gelegene Fischbeker Heide. „Die Dankbarkeit, die wir gegenüber den Ärzt:innen und dem Pflegepersonal des UKE empfinden, lässt sich nicht mit Worten ausdrücken“, sagt das Paar.

Dirk Rüpke wünscht sich, zu seinem normalen Leben zurückkehren zu können, Zeit mit der Familie zu verbringen, wieder zu unterrichten, zu reisen. Pläne hat er bereits geschmiedet. Er möchte durch die Wüste Nevadas fahren und durch den urwaldähnlichen Olympic Nationalpark. Am besten daran gefällt ihm das Unterwegssein: „Auch wenn es an einem Ort schön ist, verweilt man nicht lange.“ Was vor ihm liegt? Ungewiss. Aber er weiß: Es geht immer weiter.

Keine Angst vor dem Vulkan: Dirk Rüpke am Mount Rainier, Washington State





DIAGNOSE ALS HERAUSFORDERUNG

Starkes Unwohlsein, hohes Fieber und diffuse Schmerzen deuten auf viele Erkrankungen hin. Selten ist ein Lymphom, ein bösartiger Blutkrebs, Ursache dafür. Bei der Diagnostizierung im UKE kommt den Patient:innen die interdisziplinäre Zusammenarbeit zugute.



„Nicht alle Lymphome äußern sich durch direkte Krankheitszeichen wie extreme Schwellungen der Lymphknoten“, sagt **Prof. Dr. Katja Weisel, Stellvertretende Direktorin der II. Medizinischen Klinik für Hämatologie und Onkologie**, „mitunter lassen sich bösartige Bluterkrankungen erst durch Auswertung verschiedener

Gewebeprobe eindeutig identifizieren.“ Im Zentrum für Onkologie arbeiten die Krebspezialist:innen eng mit Fachärzt:innen der Radiologie, Pathologie und Intensivmedizin sowie Expert:innen der Krankenhausapotheke zusammen.



Nach der genauen Diagnose ist meist eine Chemotherapie die Behandlung der Wahl. „Vor oder nach den Chemotherapieblöcken, die im Abstand einiger Wochen erfolgen, kann etwa eine Bestrahlung der Lymphknoten folgen“, erläutert **Prof. Dr. Carsten Bokemeyer, Direktor der II. Medizinischen Klinik für Hämatologie**

und Onkologie. „In bestimmten Fällen kommt auch eine autologe Stammzelltransplantation in Betracht.“ Dabei werden den Patient:innen eigene Stammzellen aus dem Knochenmark entnommen und später wieder zugeführt, nachdem die Chemotherapie nicht nur das Wachstum der Krebszellen, sondern auch das Immunsystem des Körpers geschwächt hat.

Im frühen Stadium kann die Krankheit durch die Chemo- und gegebenenfalls aufbauende Therapien bei der stark überwiegenen Anzahl der Patient:innen überwunden werden, bei weiter fortgeschrittenen Erkrankungsstadien gelingt dies bei 50 bis 60 Prozent der Betroffenen.

Fotos: Axel Kirchhof

➤ Mehr erfahren in unserer Mediathek: www.uke.de/life



EIN SCHL

Inge Martens (79) telefoniert gerade mit ihrer Freundin,
als sie unvermittelt nicht mehr sprechen kann



AG INS KONTO

Ohne Vorwarnung und mit voller Wucht trifft sie der Schlaganfall. Zwei Betroffene berichten, wie sie das Ereignis erlebten, dank reibungsloser Rettungskette und erfolgreicher Therapie im UKE überstanden – und wie es ihnen heute geht.

Text: Ingrid Kupczik Fotos: Ronald Frommann und Axel Kirchhof

Mach bitte die Tür zu, es zieht so kalt rein!“ Hans-Wolfram Böttcher hat den Zuruf seiner Frau noch genau im Ohr. Gerade war er aus der Altbauwohnung im 5. Stock in die Bodenkammer gegangen, um den Kuchen für das Kaffeetrinken zu holen, als er plötzlich zusammensackte. „Mein rechtes Bein steckte merkwürdig unter dem Körper. Ich konnte mich nicht rühren und auch nicht sprechen“, erinnert sich der 78-Jährige. Als seine Frau nach ihm schaut, ruft sie sofort den Notarzt. Die Sanitäter transportieren ihn mit Mühe durch das enge Treppenhaus. Bis zum UKE ist es nur eine kurze Strecke, mit Verdacht auf Schlaganfall wird Hans-Wolfram Böttcher in den Schockraum der Notaufnahme geschoben.

„Im UKE bin ich kein Unbekannter“, erklärt er. Mit 50 hatte er dort den ersten Herzinfarkt überstanden, mit 69 den zweiten und in der Folge drei Bypässe erhalten. Außerdem leidet er seit 30 Jahren an Diabetes und spritzt Insulin. „Mit all dem habe ich bis zum 19. Dezember 2020 sehr gut gelebt.“ Vom behandelnden Arzt erfährt er tags darauf, dass man ihm einen Katheter von der Leiste bis ins Gehirn geführt und dort ein großes Blutgerinnsel mit einem Draht herausgezogen habe. Thrombektomie

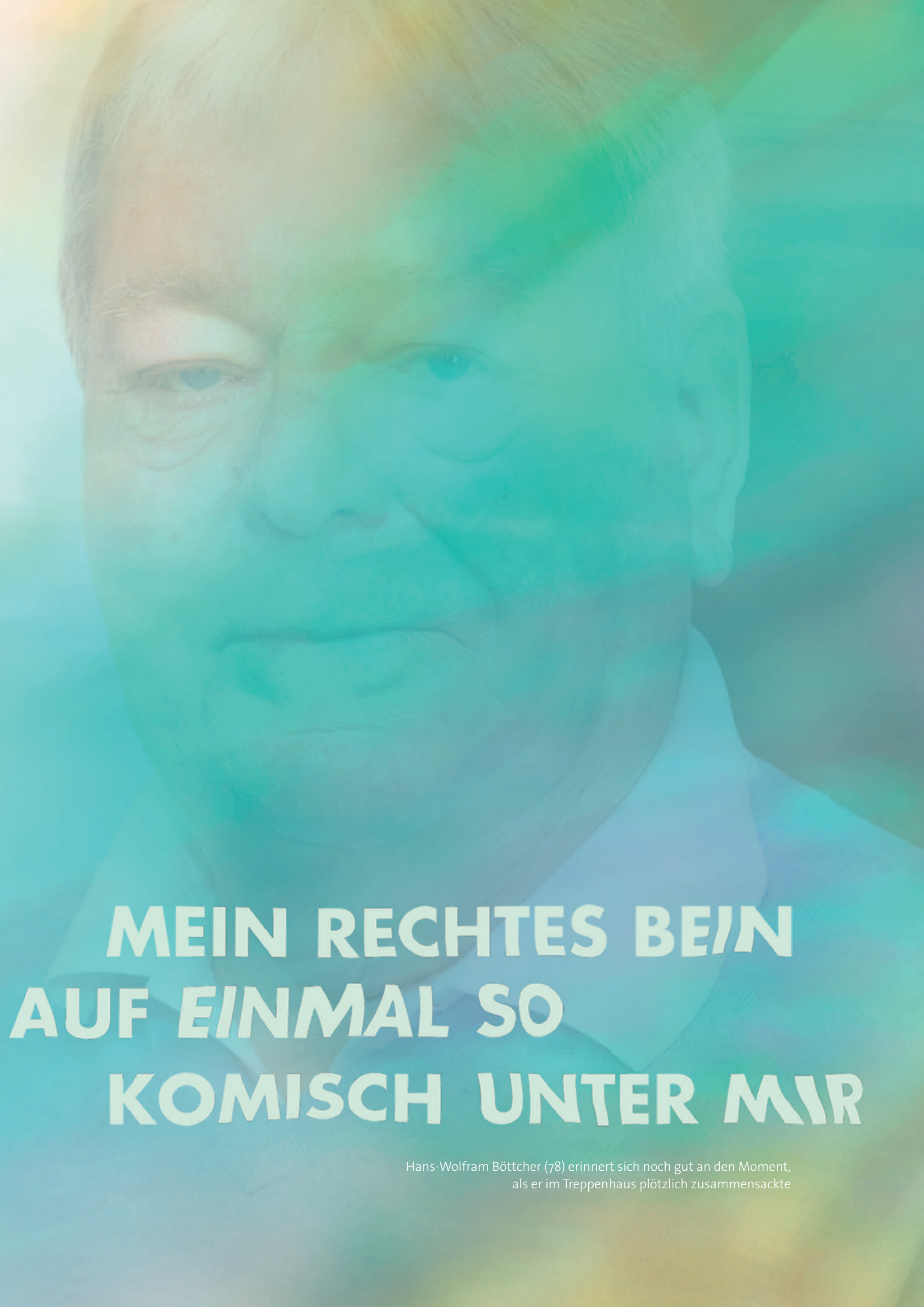
heißt das Verfahren. Ehefrau Beate erinnert sich an die Zeit der Unsicherheit mit Schrecken – und voller Dankbarkeit über die „großartige Kommunikation des UKE“: „Bereits zwei Stunden nach der Einlieferung meines Mannes und auch an den Folgetagen wurde ich telefonisch über den Stand der Dinge informiert. Das hat mir sehr geholfen.“

Mit einem fröhlichen „Moin“ begrüßt Hans-Wolfram Böttcher morgens die Pflegekraft. „Alle haben sich aufrichtig gefreut, dass es mir so gut ging. Und ich war froh, wieder da zu sein.“ Drei Tage verbringt er im UKE. Seine Motorik wird untersucht, keine besonderen Auffälligkeiten. Aber es gibt sprachliche Einbußen: Vergleiche, Synonyme, Gegensätze bereiten ihm Schwierigkeiten, Worte fallen ihm nicht ein. Die anschließende Reha auf dem UKE-Gelände empfindet er als sehr hilfreich. Die Sprache habe sich deutlich verbessert, die gesunde Kost ihn zehn Kilo leichter gemacht: „Seitdem muss ich kein Insulin mehr spritzen.“

Auch Inge Martens aus Geesthacht hat sich vom „Schlag ins Kontor“, wie sie den dramatischen Einschnitt in ihr Leben nennt, gut erholt. „Wenn mir vorher jemand gesagt hätte, dass ich einen Schlaganfall bekomme, hätte ich ihm einen Vogel gezeigt“, sagt sie. Die 79-Jährige

hat nie geraucht oder getrunken, ist zeitlebens in Bewegung gewesen, hat noch im Alter große Wanderungen unternommen und Tennis gespielt – und war nie krank. Das ändert sich schlagartig an jenem sonnigen Samstag im Sommer 2019, den sie noch genau vor Augen hat. Am Nachmittag telefoniert sie mit einer guten Freundin. „Wir haben erzählt und erzählt, aber mit einmal konnte ich nicht mehr sprechen.“ Sie stammelt nur und versteht nicht, was mit ihr vorgeht. Die Freundin reagiert geistesgegenwärtig: Sie wählt den Notruf 112 und ruft dann Inge Martens Tochter an, die gleich nebenan wohnt. „Das war mein Glück. Ich mag mir nicht ausmalen, wie es hätte ausgehen können.“

Als die Rettungssanitäter sie bitten, den rechten Arm zu heben, tut sich nichts. Beim rechten Bein ist es genauso. An die Fahrt ins Krankenhaus in Geesthacht erinnert sie sich noch. Was dann folgt, weiß sie von ihrer Tochter: Es sehe nicht gut aus, sagt die Notärztin. Die Mutter habe ein großes Blutgerinnsel im Gehirn, das man vor Ort nicht behandeln könne, sie werde daher ins UKE verlegt. Dort wird der gefährliche Verschluss wie bei Hans-Wolfram Böttcher mit Hilfe eines Katheters entfernt. Am nächsten Morgen, als die Pflegekräfte ins Zimmer

A close-up portrait of an elderly man with short, light-colored hair, looking directly at the camera with a neutral expression. The image is overlaid with a semi-transparent teal and blue gradient. The text is positioned in the lower half of the frame.

**MEIN RECHTES BEIN
AUF EINMAL SO
KOMISCH UNTER MIR**

Hans-Wolfram Böttcher (78) erinnert sich noch gut an den Moment,
als er im Treppenhaus plötzlich zusammensackte

DAS GROSSE GLÜCK, WIEDER VOLL IM LEBEN ZU STEHEN



Glücklich über den guten Ausgang:
Beate und Hans-Wolfram Böttcher aus Hamburg



Schnell genesen vom lebensbedrohlichen Schlaganfall:
Inge Martens aus Geesthacht

kommen, hebt sie beide Arme und winkt. „Ich konnte auch sofort sprechen. Das war für mich das kleine Wunder.“ Inge Martens sitzt mit baumelnden Beinen auf der Bettkante, als sich am Vormittag die Tür des Krankenzimmers einen Spalt breit öffnet. Sie sieht die Köpfe ihrer Töchter und ruft: „Na, dann kommt mal rein!“ Die Jüngere muss sich erst mal setzen: „Mama, das kann nicht wahr sein.“ Beide hatten das Schlimmste befürchtet. Was, wenn die sonst so aktive Mutter nichts mehr tun kann? Eine Katastrophe! Doch stattdessen: Welch ein Glück!

Als Inge Martens entlassen wird, hat sie keine Einschränkungen, eine Reha ist nicht erforderlich. Ihr geht es gut, berichtet sie, „mal abgesehen von altersbedingten Wehwehchen.“ Sie unternimmt täglich lange Spaziergänge und freut sich auf Theater und Konzerte. „Bis heute habe ich nicht richtig begriffen, dass ich einen Schlaganfall hatte“, sagt sie. Offenbar hatte sie schon seit längerem einen erhöhten Blutdruck und Vorhofflimmern, doch bei den regelmäßigen Vorsorge-Checks war das kein Thema. Seit dem Schlaganfall nimmt sie Medikamente,

zum ersten Mal im Leben. „Glücklich bin ich darüber nicht.“ Als großes Glück empfindet sie indes, „dass die Rettungskette bestens funktionierte und meine Therapie im UKE so erfolgreich war“.

Hans-Wolfram Böttcher spürt ein halbes Jahr nach dem Schlaganfall kaum Einschränkungen, lediglich die rechte Hand zittert leicht. Schreiben fällt ihm schwer, Tischlern hat er aufgegeben; er konzentriert sich auf sein zweites Steckenpferd, die Reparatur von Großuhren. „Mir fehlt nichts“, sagt er.

ERSTER SCHRITT ZUR HEILUNG: DER NOTRUF

Ein Schlaganfall kann verheerende Folgen haben. Wer ihn überlebt, wird nicht selten zum Pflegefall. Doch die Chancen, ihn ohne bleibende Schäden zu überstehen, stehen besser als je zuvor, wie unsere Beispiele gezeigt haben.

Rettungskette, Schlaganfallstation (Stroke Unit), effektive Behandlungsmethoden, Reha: „Beim Schlaganfall ist nicht die eine Therapie entscheidend, sondern das Ineinandergreifen verschiedener Faktoren. In der Summe sorgen sie dafür, dass sich viele Patientinnen und Patienten gut erholen können“, erklärt **Prof. Dr. Götz Thomalla, Leiter der Stroke Unit des UKE**, an der jährlich 1300 Patient:innen behandelt werden.

Die Mehrzahl der 270 000 Schlaganfälle pro Jahr in Deutschland wird durch ein Blutgerinnsel im Gehirn ausgelöst, bei zehn Prozent ist eine Blutung die Ursache. „Je früher die Behandlung einsetzt, desto größer sind die Heilungschancen“, so Prof. Thomalla.

Der erste Schritt zur Heilung: Die 112 wählen, das Stichwort Schlaganfall nennen – und noch bevor der Rettungswagen da ist, sind die Betroffenen im nächstgelegenen Krankenhaus mit einer Stroke Unit angemeldet. Prof. Thomalla: „Leider rufen aber immer noch viele Menschen erstmal den Hausarzt an oder fahren selbst zum Krankenhaus – das ist alles Zeitverzögerung.“

Stroke Units gibt es inzwischen nahezu flächendeckend in Deutschland. Da nicht alle das komplette Therapieprogramm anbieten, haben sie sich in Netzwerken zusammengeschlossen. Das UKE bildet das Zentrum eines neurovaskulären Netzwerks, zu dem derzeit acht Partnerkliniken aus der Region gehören.

Foto: Axel Kirchhof, Illustration: Ulrike Hemme

➔ Mehr erfahren in unserer Mediathek: www.uke.de/life



Optimale Diagnostik und Versorgung im Team

SCHLAGANFALLSYMPTOME DARAUF MÜSSEN SIE ACHTEN



Unvermittelte Lähmungen,
oft halbseitig



Koordinationsstörungen,
Taubheitsgefühle



Plötzlich einsetzende
Sprachstörungen



Bei Verdacht sofort die 112
rufen. Zögern Sie nicht!



Für eine gesunde

Haut



Prof. Dr. Stefan W. Schneider,
Direktor der Klinik für Dermatologie und Venerologie



Prof. Dr. Christoffer Gebhardt,
Leiter des Hauttumorzentrums
des UKE

Fotos: Eva Hecht, Axel Kirchhof, Grafik: taim - stock.adobe.com

1 Wunderwerk Haut: Sie reguliert Körperwärme und Flüssigkeitshaushalt, schützt mit ihren zwei Milliarden Pigmentzellen vor der Sonne und aktiviert unsere körpereigene Abwehr. Sie registriert, ob es warm oder kalt, windig oder trocken ist. Sie hält unser Inneres zusammen und Gefahren aus der Außenwelt fern. Gleichwohl benötigt sie viel Schutz und Pflege, denn die Haut kann auch krank werden (Juckreiz, Neurodermitis oder Hautkrebs).

2 So schützen Sie sich vor Hautkrebs: Menschen, die leicht zu Sonnenbrand neigen, viele Leberflecken haben, draußen arbeiten oder Sport treiben, sollten die Mittagssonne (12 bis 15 Uhr) meiden, schützende Kleidung tragen, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (30 und mehr) nutzen und die regelmäßige Hautkrebsvorsorge in Anspruch nehmen.

3 Flüssigkeitsmangel geht unter die Haut. Der Spannungszustand der Haut hängt vom Wassergehalt in den Zellen ab. Ausreichendes Trinken, mindestens 1,5 bis 2 Liter am Tag, trägt dazu bei, die Haut straff zu halten und verbessert zugleich die Durchblutung. Ideal sind Leitungs- oder Mineralwasser, ungesüßte Früchte- und Kräutertees. In Maßen konsumiert, können auch stark verdünnte Saftschorlen die Flüssigkeitsbilanz verbessern.

Die nächsten Termine finden Sie unter: www.gesundheitsakademie-uke.de.





Lieblingsplätze



Jedes Wochenende steuert Prof. Dr. Karl-Heinz Frosch mit seinem Australian Shepherd Bruno das Alstertal an. „Bei Wind und Wetter“, wie der Direktor der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie beteuert. Denn der vierjährige Bruno liebt den Dauerlauf durchs Alstertal genauso wie sein Herrchen. „Die Natur ist fantastisch, bietet immer wieder neue Bilder. Beim Laufen kann man hier wunderbar seine Gedanken schweifen lassen.“ Frühes Aufstehen ist allerdings ratsam, denn sonntagmorgens begegnen den beiden spätestens ab 10 Uhr zahllose Laufbegeisterte. Die gerade im Sommer an eine verwunschene Märchenwelt erinnernde Landschaft, die zum Alsterwanderweg gehört, ist längst kein Geheimtipp mehr.

Bewegung das beste Mittel gegen Arthrose

Dass so viele Menschen zu Fuß oder mit dem Rad im Alstertal unterwegs sind, freut den ehemaligen Leistungssportler – Prof. Frosch gehörte der Skinationalmannschaft an und bestritt Weltcup-Rennen in der Nordischen Kombination – auch aus beruflichen Gründen. „Arthrose nimmt bei einer älter werdenden Gesellschaft stetig zu. Regelmäßige Bewegung ist das beste Mittel dagegen.“ Arthrosepatient:innen sieht Frosch im Klinikalltag meist nach schweren Knieverletzungen. Als leitender Unfallchirurg, der seit verganginem Jahr zusätzlich noch an der Spitze des BG Klinikums Hamburg steht, versorgt er vor allem komplexe Erkrankungen oder Verletzungen. Insbesondere hintere Kreuzbandverletzungen und Schienbeinkopfbrüche sind Spezialgebiete des begeisterten Hobbyläufers und Klinikdirektors.

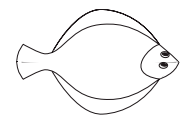
Stadturlaub
statt Urlaub

Wo sich Tradition und Moderne verbinden.
Finkenwerder, südlich der Elbe gelegen,
hat seinen dörflichen Charakter bewahrt und
pflegt das Erbe vergangener Zeiten.
Aber das ist längst nicht alles.

to

In mien leevst hUUS

Typische Rot- und
Gelbklinkerhäuser sind im
ehemaligen Fischerdorf an
vielen Stellen zu finden



Gleichzeitig hat sich das Fischer- und Bauerndorf als moderner Industriestandort über die Stadtgrenzen hinaus einen Namen gemacht, unterhält hier doch Airbus seinen Standort Hamburg. Wer sich für Flugzeugbau interessiert, dem seien die Werksführungen empfohlen, bei denen man den großen Vögeln viel näherkommt als normalerweise – vielleicht fliegt dann auch gerade ein Beluga dicht über die Köpfe hinweg und beeindruckt mit seinen Ausmaßen.

Einige Kilometer elbabwärts liegt das Alte Land, das größte Obstanbaugebiet Nordeuropas, das häufig in einem Atemzug mit Finkenwerder genannt wird. Apfel- und Kirschblüte sowie die Ernte ziehen stets viele Besucher:innen an – knackige Äpfel und saftige Kirschen, immer wieder ein Genuss!

Im historischen Stadtkern wird Finkenwerders Tradition sichtbar. Hamburgs Oberbaudirektor Fritz Schumacher hat hier seine Handschrift hinterlassen, wie an der 1929/30 errichteten Gorch-Fock-Halle erkennbar ist. Traditionell und norddeutsch ist es auch im Trachten- und Heimatmuseum, wohingegen ein anderes Kapitel der Geschichte am Rüschkanal aufgeschlagen wird: Auf dem Gelände der Deutschen Werft wurde von 1940 bis 1944 der U-Boot-

Zu einem Spaziergang durch Finkenwerder gehören kleine, enge Gassen dazu

Im historischen
Mini durch
die Straßen fahren –
auch hier
verbinden sich
Vergangenheit und
Gegenwart



Bunker „Fink II“ erbaut, in dem Zwangs-
arbeiter und KZ-Häftlinge unter grau-
samen Bedingungen arbeiten mussten.
Seit 2006 steht er als wichtiges Mahn-
mal Besucher:innen offen.

Blick durchs
Fenster eines
alten,
unbewohnten
Fachwerkhauses



Wer unterwegs hungrig geworden ist,
sollte in einem der dörflichen Lokale
klassische Finkenwerder Scholle – gefüllt
mit Speckstippe, Zwiebeln und Krabben-
fleisch – probieren. Guten Appetit!



Fischfang und Schiffbau sind untrennbar mit
Finkenwerders Historie verbunden. Heute liegen im
Hafen alte Kutter neben modernen Sportbooten



Hipp, hipper, hippster

Dass Zahnsparren in sind, hätte Aaron nicht gedacht. Diesmal hat unser Kinderreporter Prof. Dr. Bärbel Kahl-Nieke, Direktorin der Poliklinik für Kieferorthopädie, buchstäblich auf den Zahn gefühlt.

Das ist Aaron (10).
Er besucht die 4. Klasse der
Grundschule Rothestraße.

Mutter und Onkel trugen
Zahnsparren, er selbst
braucht noch keine.
In seiner Freizeit spielt
Aaron Fußball und
Gitarre, singt im
Chor. Zudem liest
er viel und gern, am
liebsten Detektiv-
geschichten.



**Aaron: Wann sollten Kinder und Erwachsene eine
Kieferorthopäd:in aufsuchen?**

Prof. Kahl-Nieke: Am besten wäre es, wenn Kinder-
ärzt:innen auf die Zähne der Kinder schauen, sobald
der erste Zahn da ist, damit man keine Auffälligkeit
verpasst. Spätestens aber im Alter von zehn Jahren,
wenn sich erste Milchzähne erneuert haben, wei-
tere folgen, sollten Kinder zur Kieferorthopäd:in
kommen. Selbst im hohen Alter können wir
noch etwas kieferorthopädisch verbessern,
wenn Erwachsene etwa nicht richtig beißen,
sprechen oder kauen können.



Warum ist es wichtig, dass Zähne gerade stehen?

Jeder sollte sich mit seinen Zähnen wohlfühlen, sie sollten gut funktionieren, auch gerade aussehen. Heutzutage sprechen wir von Mundgesundheit: Wenn im Mund etwas nicht stimmt, kann sich dies auf vieles andere auswirken. Nicht nur auf die Aussprache, sondern zum Beispiel auch auf die Verdauung. Wer nicht gut kauen kann, nur größere Brocken schluckt, bekommt Probleme mit dem Magen.

Was können Kinder und Erwachsene dafür tun, dass Zähne gar nicht erst schief werden und nach einer Korrektur gerade bleiben?

Vor allem sollten Kinder wie Erwachsene ihre Zähne und ihren Kiefer selbst beobachten und gründlich putzen. Und natürlich regelmäßig zu Kontrollen zu uns Kieferorthopäd:innen kommen – Vorbeugen nennen wir das.

Welche Möglichkeiten gibt es generell, Zähne zu richten?

Es gibt eine Vielzahl an Zahnklammern, die unterschiedlich wirken. Einige nutzen, das kennt man vielleicht aus dem Physikunterricht, das so genannte Drehmoment: Dann wirken sie nicht nur auf die Stellung der Zähne ein, sondern auch auf ihre Wurzeln und damit auf deren Position im Kiefer.

Welche Arten von Zahnspangen gibt es?

Es gibt lose Zahnklammern, die man herausnehmen und wiedereinsetzen kann. Sie können Zähne lediglich kippen. Erst feste Zahnklammern sorgen für eine genauere Korrektur und das Drehmoment. Soll auch der Kiefer selbst verschoben werden, können wir dies durch Klammern erzielen, die zusätzlich über einen Bügel oder eine Maske außen am Kiefer verfügen. Neuerdings gibt es überdies durchsichtige lose Schienen für die Zähne – aber diese sind wesentlich ungenauer als feste Klammern.

Seit wann gibt es Zahnspangen, und inwiefern hat sich die Technik verändert?

Erste Zahnspangen, etwa aus Kautschuk, gehen auf das Ende des 18. Jahrhunderts zurück. 1920 folgten so genannte Doppeldecker, die auch schon Ober- und Unterkiefer korrigierten. Inzwischen können wir feste Klammern, Lingualspangen, auch innen an den Zähnen befestigen. Diese sind zum Beispiel für Erwachsene geeignet, deren Beruf von außen unsichtbare Klammern erfordert. Diese Modelle sind sehr aufwendig – und werden nicht von der Krankenkasse bezahlt. Bei vielen sind sie jedoch sehr in Mode gekommen.

➔ Antworten auf weitere Fragen finden Interessierte auf uke.de/life



Prof. Dr. Bärbel Kahl-Nieke hat ein Buch über Zahnklammern in der Kieferorthopädie geschrieben. Es ist inzwischen in dritter Auflage erschienen.

Werde Kinderreporter:in!

Wenn auch Du Lust hast, als Kinderreporter:in Deine Fragen zu stellen, dann bewirb Dich unter redaktion@uke.de. Du solltest zwischen 9 und 14 Jahre alt sein und Spaß daran haben, spannende Dinge herauszufinden. Du benötigst das schriftliche Einverständnis Deiner Eltern. Deine vollständige Bewerbung enthält: > Name > Geburtsdatum > Adresse > Telefonnummer und E-Mail-Adresse Deiner Eltern > Ein paar Zeilen über Dich: Was sind Deine Interessen? > Begründung: Warum möchtest Du Kinderreporter:in werden?

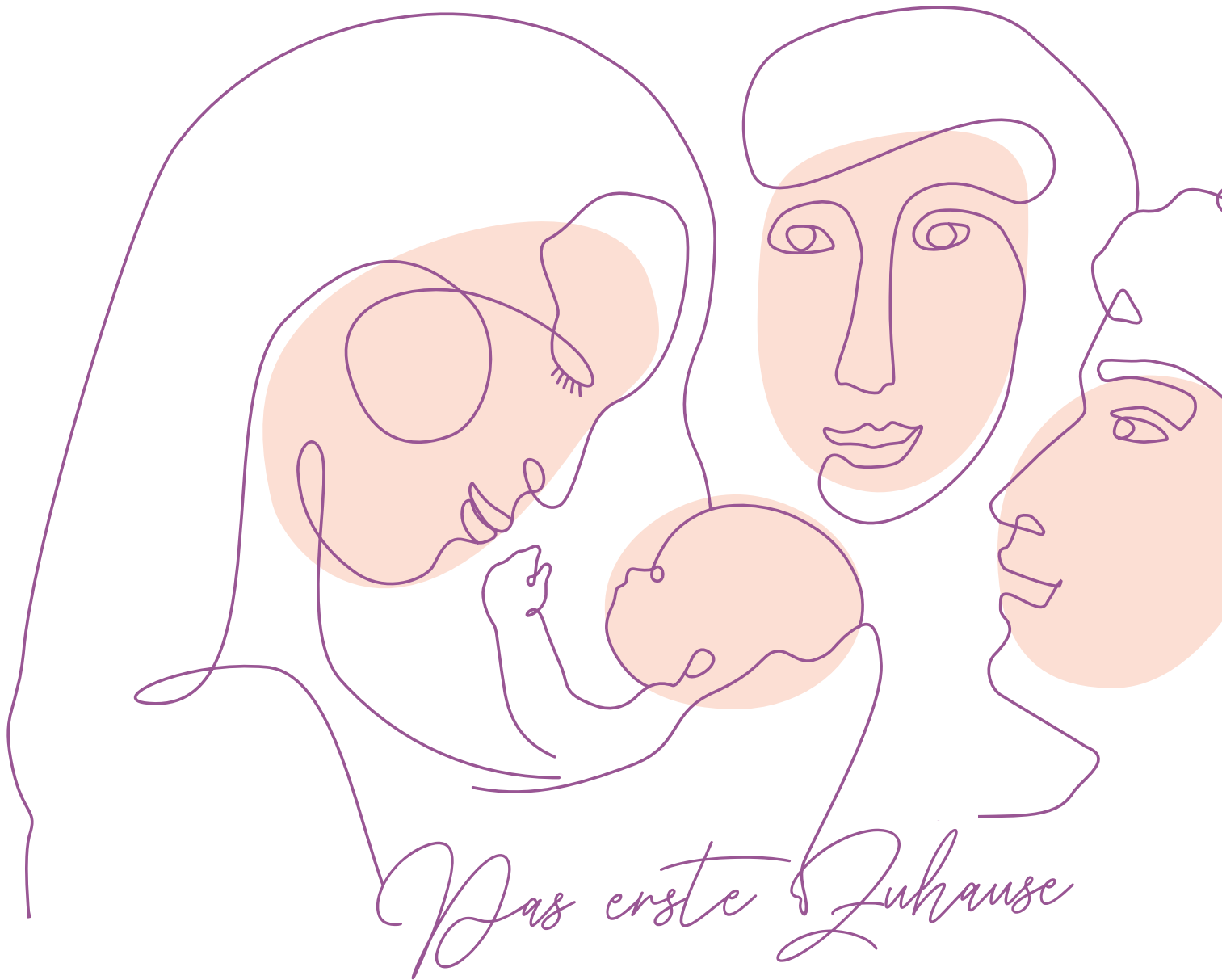


Willkommen

Entspannte Geburtserlebnisse wie das
von Familie Puck sind immer auch das Verdienst
der Teams im Universitären Perinatalzentrum Hamburg des UKE.
Ein Einblick.



M



Das erste Zuhause

Drei abstrakt in einer Linie
gezeichnete Figuren wenden
sich einem Baby zu und
lassen vielfältige Deutungen zu:

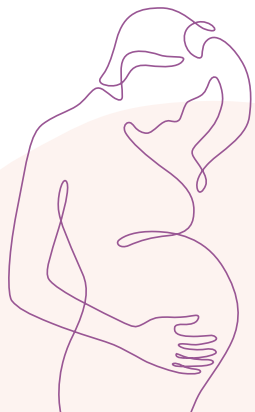
Wer ist wer?

Das neue Erscheinungsbild
des Perinatalzentrums
nimmt bewusst keine
Rollenzuschreibungen vor.

Denn: Hier sind alle
gleichermaßen willkommen.

Fünf Kreißsäle, sechs Vorwehen- und Untersuchungsräume, 32 Betten für Wöchnerinnen, sechs Familienzimmer, 27 Betten für Frühgeborene und 15 Beatmungsplätze: Das Universitäre Perinatalzentrum Hamburg des UKE zählt mit seiner Ausstattung zu den wenigen Zentren der höchsten Versorgungsstufe in der Region. Hebammen und Ärzt:innen wie Lisa Hanke und Katrin Menéndez stehen den Familien bei der Geburt zur Seite.

„Das ist das Schöne an meiner Arbeit“, findet Lisa Hanke, „wenngleich nicht jede Geburt komplikationslos ist, so haben wir es doch immer mit einem schönen Ereignis zu tun. Wir dürfen dabei unterstützen, wie Familien zusammenwachsen.“ Seit vier Jahren ist die 26-Jährige gelernte Hebamme, seit einem Jahr im UKE. Im Dreischicht-System arbeitet sie sowohl im Kreißsaal als auch auf der Station 4F. Auf Station





„Obwohl ich selbst Respekt vor Corona habe, habe ich mir immer wieder vor Augen geführt, dass jedes Geburtserleben dennoch einzigartig bleibt.“

Lisa Hanke, Hebamme



„Ob Hebammen, Pflege, Ärzt:innen, Anästhesie oder OP-Pflege – alle sollten an einem Strang ziehen.“

Katrin Menéndez, Fachärztin

betreut sie Frauen mit Risikoschwangerschaften und Familien, die nach der Geburt die erste Zeit zurückgezogen mit dem Nachwuchs in Familienzimmern verbringen können.

So wie zum Beispiel Familie Puck mit Téa. „Trotz kleinerer Komplikationen wurde mein Wunsch nach einer spontanen Geburt berücksichtigt“, berichtet Nadja Puck. „Nach der Geburt hatten wir viel Zeit, uns allein zu beschnuppern. Und wegen der freundlichen Menschen, dem Familienzimmer und dem leckeren Essen fühlte sich unser Aufenthalt gar nicht wie in einem Klinikum an.“

In der Regel betreut eine Hebamme in einer Schicht eine Frau unter der Geburt und eine Frau, bei der die Geburt gerade eingeleitet wird. Corona habe ihren Beruf komplizierter gemacht: Nicht infizierte Frauen dürfen erst unter der Geburt eine:n



Angehörige:n dazuholen. Sind Frauen in Quarantäne oder positiv auf das Virus getestet worden, muss Hanke die Betreuung der Frau ohne Partner:in im Vollschutz durchführen. Es finden weniger Berührungen statt, die Mimik ist den Gesichtern schwieriger abzulesen. „Obwohl ich selbst Respekt vor Corona habe, habe ich mir immer wieder vor Augen geführt, dass jedes Geburtserleben dennoch einzigartig bleibt und sich in die jeweilige Biografie der Frau einschreibt.“

Bei allem Bemühen kann der Faktor Zeit bei der Geburtshilfe trotzdem zum Engpass werden. „Ob Hebammen, Pflege, Ärzt:innen, Anästhesie oder OP-Pflege – alle sollten an einem Strang ziehen“, betont Katrin Menéndez, seit Mai 2020 Fachärztin in der Geburtshilfe des UKE. Auch das ist typisch für ein Zuhause: zusammenzustehen, sich gut abzusprechen, füreinander einzuspringen.

➤ Mehr erfahren in unserer Mediathek: www.uke.de/life

mit **DEM** POOL gehst du niemals



„Für mich ist der Pflege-Pool perfekt, ich arbeite am liebsten überall.“

„Bevor ich Anfang Februar in den Pflege-Pool gewechselt bin, habe ich auf einer festen Station als Praxisanleiter gearbeitet. Mir hat es schon immer großen Spaß gebracht, sowohl Wissen zu vermitteln als auch mir selbst neue Themengebiete zu erschließen. Nun lerne ich alle paar Wochen einen neuen Bereich kennen. Zurzeit werde ich etwa auf acht verschiedenen Stationen eingesetzt. Jeden Tag treffe ich andere Kolleg:innen und Patient:innen. Da ich ein kommunikativer Typ bin, komme ich mit allen schnell ins Gespräch. Toll ist, dass ich jetzt schon auf mehreren Stationen Schüler:innen von mir getroffen habe, die ich damals als Praxisanleiter eingearbeitet habe. Jetzt zeigen die ehemaligen Schüler:innen mir, wie alles auf ihrer Station funktioniert. Auf diese Weise können wir gegenseitig voneinander lernen, das gefällt mir sehr. In den vergangenen Jahren habe ich gemeinsam mit meiner Freundin ein Holzhaus im Süden Hamburgs ausgebaut. Da ich meinen Dienstplan im Pflege-Pool selbst bestimmen darf, kann ich unter der Woche Spätschicht arbeiten und habe Zeit, um morgens unsere Kinder in die Kita zu bringen und mit dem Hund spazieren zu gehen.“

NIKOLAS DEGENHARDT

Gesundheits- und Krankenpfleger

Über 100 Stationen bieten Pflegenden im UKE eine immense Auswahl. Und jede Station tickt anders. Im UKE können Jobsuchende in der Pflege online rauskriegen, welcher Beat im Herzkatheterlabor, auf einer psychiatrischen Jugend-Sucht-Station oder in der Kinderonkologie schlägt und welcher davon zu ihnen passt. Die Arbeitswelt im UKE ist bunt und vielseitig. Hier erzählen Mitarbeiter:innen aus ihrem Berufsleben. Heute zwei Pfleger:innen, die für den zentralen Pflege-Pool des UKE arbeiten und auf verschiedenen Stationen eingesetzt werden.

www. **jukebox**-pflege.de

„Mein Entschluss, Krankenpflegerin zu werden, beruht auf einem traurigen Anlass. Meine Schwester, die schon vor mir aus Mosambik nach Deutschland gekommen war, wurde lebensbedrohlich krank und ich half bis zu ihrem Tod dabei, sie zu pflegen. Während sie längere Zeit bettlägerig war, wurde sie jedoch nicht ausreichend mobilisiert, bekam ein Druckgeschwür und hatte dadurch starke Schmerzen. Ich entschied: Das kann man besser machen – und lernte, wie man es besser macht. In meinem Berufsleben habe ich bei vielen, vielen Patient:innen dafür gesorgt, dass ihre Durchblutung ausreichend angeregt wird und sie sich nicht wundliegen. Nachdem ich Kinder bekommen hatte, ließen sich die wechselnden Schichtdienste jedoch nicht mehr gut mit den Anforderungen des Familienalltags vereinbaren. Seit ich im Pflege-Pool des UKE arbeite, habe ich überhaupt kein Problem mit den Einsatzzeiten mehr. Nun arbeite ich so, wie es für mich passt. Unter der Woche habe ich nur Frühdienste und kann die Nachmittage mit meinen Kindern verbringen. Wir machen gemeinsam Sportübungen und ich koche gern, zum Beispiel Matapa, ein Gericht mit Kohl und Erdnüssen aus Mosambik.“



„Mein Dienstplan im Pflege-Pool kommt meinem sonstigen Alltag entgegen.“

ENEIDA MABOTE

Gesundheits- und Krankenpflegerin



Victor Gozens

Moin

Seit Februar leitet Victor Gozens stellvertretend die Neubauprojekte im UKE. Die drei zurzeit entstehenden neuen Gebäude auf dem Gelände machen den gebürtigen Niederländer nicht nervös.



Ich freue mich, wenn ich unsere Neubauten wachsen sehe.“

Eine Überraschung gibt es gleich zu Beginn des Gesprächs – die Aussprache von Victor Gozens' Namen: „Chossens“, so klingt der Name im Niederländischen, mit Betonung auf der ersten Silbe. Überraschungen sind ansonsten Victor Gozens'

Sache nicht. Der 41-Jährige liebt gute Ablaufplanungen, um plötzlich auftauchende Unwägbarkeiten möglichst auszuschließen. Dass es zurzeit mit dem neuen Herz- und Gefäßzentrum, dem Neubau der Martini-Klinik sowie dem Forschungsgebäude gleich drei Großbaustellen im UKE gibt, sei allerdings teilweise schon eine logistische Herausforderung, denn alle Materialien müssten ja auch zum richtigen Projekt geliefert werden, so der Bauingenieur. „Unser gutes Online-Anmeldeverfahren für Rohstoffe kann eine solche Komplexität aber meistern.“

Trotz der aktuell sehr angespannten Lage in der Baubranche blickt der neue Mitarbeiter der 100-prozentigen UKE-Tochter KFE Klinik Facility-Management Eppendorf positiv in die Zukunft. „Bei der KFE haben wir ein sehr erfahrenes und motiviertes Team, unsere Neubauten sind solide geplant und wir haben nicht vor, während des Baus noch Änderungen aufzunehmen.“ Keine Änderungen – das sei das Geheimnis pünktlicher Eröffnungen.

Der gebürtige Niederländer lebt seit mehreren Jahren in Hamburg. Mit seiner Ehefrau, die aus Greifswald kommt, entschied er sich bewusst für die zentrale geografische Lage zwischen ihren Heimatorten. Für Gozens bedeutet der Zukunftsplan 2050 des UKE, dass seine Aufgaben nach Fertigstellen der jetzigen Bauprojekte nicht abgeschlossen sind, denn „nach Phase I folgen ja noch Phase II und III“, freut er sich. Für Phase II laufen die Vorbereitungen bereits – gute Planung braucht schließlich Vorlauf.

Inka Tews

Tschüss

1977 begann die damals 18-Jährige Inka Tews ihre Pflegeausbildung im UKE und arbeitete über 40 Jahre als Pflegerin in der Kinderkardiologie. Nun ist sie in den Ruhestand gegangen.

„Als Teenie hatte ich die naive Idee, Kinderkrankenschwester zu werden“, erzählt Inka Tews, „während meines Aufwachsens in einer Kleinstadt ohne Krankenhaus hatte ich aber noch gar keine schwerkranken Kinder kennengelernt“. Die Patient:innen mit angeborenen Herzfehlern, die sie in ihrem weiteren Berufsleben betreute, waren häufig schwer erkrankt, oftmals lebensbedrohlich. Die Pflegerin gewann die kleinen Herzpatient:innen schnell lieb. „Ich war immer mit viel Herzblut dabei, habe mich um die Kinder gekümmert – und auch um ihre Eltern, denn die brauchen zuverlässige Ansprechpartner:innen“, sagt sie.

Besonders gern arbeitete Inka Tews im Herzkatheterlabor. „Den Ärzt:innen dort bei den Untersuchungen zu assistieren, war eine äußerst spannende Tätigkeit“, sagt sie. Am Herzkatheterlabor faszinierte sie, dass man vielen Kindern auf diese Weise eine Operation ersparen konnte. Über die Jahrzehnte verfeinerten sich die Behandlungsmethoden. „Heute ist so viel mehr möglich als in den 1980er Jahren“, sagt sie, „die Herzkatheter sind immer filigraner geworden“. Manche der Neugeborenen, die sie im Herzkatheterlabor betreute, sind inzwischen über 30 Jahre alt. Sie freute sich immer sehr, erwachsen gewordene Patient:innen bei der Nachsorge zu treffen – manche davon arbeiten inzwischen selbst im UKE.

„Die Patient:innen werden mir fehlen, die Gemeinschaft im Team auch“, sagt sie. Doch die 62-Jährige weiß, wie sie die freie Zeit, die nun vor ihr liegt, füllen möchte. Sie liebt es, in einem kleinen Beet unter ihrem Fenster Blumen zu säen und Gemüse zu pflanzen. „Unkraut zu zupfen, holt mich von allen Sorgen runter“, sagt sie. Auch reisen möchte sie wieder, vielleicht mit Freunden im Wohnmobil – aber erst im nächsten Jahr.



Über 40 Jahre Pflegerin im UKE – das ist nicht einfach nur ein Job.“





Mein Lieblingsgericht im Sommer: Polenta-Quark-Pancakes,
bunter Spargel, braisierter Rossa di Treviso precoce Radicchio,
Sommertrüffel Emulsion

Polenta





Gilbert Kocher leitet die Küche im UKE. Er ist auch Hamburgs Bio-Botschafter

Zubereitung

Zubereitung Pancakes:

1. Maismehl in der noch warmen Gemüsebrühe für 10 Minuten quellen und anschließend abkühlen lassen
2. Backpulver, Natron, Butter und Gewürze hinzufügen
3. Mit einem Schneebesen Quark und Eier unter das Püree rühren
4. Kalt stellen
5. Kurz vor dem Servieren kleine Pancakes in einer beschichteten Pfanne mit etwas Rapsöl goldgelb braten und warm stellen

Zubereitung Spargel und Radicchio

1. Den weißen, geschälten Spargel aufsetzen und kurz aufkochen, vom Herd nehmen und den grünen, geputzten Spargel hinzufügen. Etwa 10 Minuten ziehen lassen. Kurz vor dem Anrichten den Spargel in Butter mit den Schalotten kurz andünsten. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken, warm stellen
2. Radicchio säubern und mit Olivenöl, Essig und Gewürzen marinieren
3. Im vorgeheizten Ofen bei 180° C 10-15 Minuten in einem geschlossenen Gefäß braisieren

Fertig in ca. 50 Minuten

Pro 100g: 125,4 kcal, 8,6 g Kohlenhydrate, 7,8 g Fett, 4,2 g Eiweiß

Tipp: Mit gehobeltem Sommertrüffel und Kräutern dekorieren

Meine Weinempfehlung

2019 Le Volpare Soave Classico

Zutaten für 4 Personen

250 g Maismehl, italienische Polenta	je 200 g grüner und weißer Spargel	Sommertrüffel Emulsion
10 g Backpulver	50 g Schalotten, gewürfelt	100 ml Gemüsebrühe
5 g Natron	400 g Treviso Radicchio	150 ml Sahne, 33 Prozent Fettstufe
500 ml Gemüsebrühe	30 g natives Olivenöl	50 ml Weißwein (Soave)
250 g Quark, 40 Prozent Fettstufe	30 g Balsamico	50 g Sommertrüffel
50 g Butter	Steinsalz, schwarzer Pfeffer	50 g Butter
3 Bio-Eier	aus der Mühle, 1 kleine Prise Zucker	
Steinsalz, Pfeffer, Muskat		

Kautschukmilch	Baumfrucht	niederl. Brantwein	Zwerg	Rasenstücke	altöm. Göttin der Ernte	Getränke (Kw.)	Haube aus dem 14. Jh.	Fluss in Peru	Rundgesang		
			großes Vorratslager		1						
Süßwasserfisch	aufwärts	griech. Verwaltungsbezirk			Hausvorderansicht	span., italienisch: eins		6			
einst, vormals			russischer Frauenname	junges Pferd							
		florentinische Bankiersfamilie	US-Bundesstaat			Überziehungskredit (Kw.)	Stechpalmengevächse				
Auslandsbleibe (Flucht)	geschnittenes Holz	Kurort in Südtirol	5		Staat im Orient	Fremdwortteil: Volk					
Barbier im MA.	2		portug. Name des Tajo	biblische Figur (Jesse)			Stadt im Hennegau	italienisch: drei			
		Erfinder der Einwegware	Teil der Karpaten	7		nicht mehr hungrig					
süd-deutsch: Hausflur	Nagetier				Steckeranpassungsutensil		3				
		4				abzüglich					
Oberbekleidung	ital. Abschiedsgruß				1	2	3	4	5	6	7

Anzeige

KIELBRUST

... optimal versorgen.

! EXAKTE, BERÜHRUNGSLOSE VERMESSUNG MIT DEM DIGITALEN SCAN-VERFAHREN.



Mit maßgefertigten Orthesen richtig behandeln!

Kielbrust (pectus carinatum) – landläufig auch als „Hühnerbrust“ bezeichnet – entsteht durch ein hervorgewölbtes Brustbein. In Kooperation mit Dr. med. Stefan Klohs, Oberarzt und Facharzt für Kinderchirurgie im Kinder UKE, unterstützt die Firma Carepoint Patienten bei der Behandlung vor allem durch eine **individuelle Versorgung mit Orthesen**. Nach einem **digitalen 3D-Scan-Verfahren** und einer exakten Vermessung per Hand gefertigt – für eine optimale Wirkung.

Denn Care heißt bei uns helfen.

 **Hamburg-Eppendorf Carepoint Zentrale** im Spectrum am UKE
Martinstraße 64 • 20251 Hamburg • Telefon: 040 4116109-0 • www.carepoint.eu

SEIT ÜBER
60 JAHREN
VERSORGER DES UKE


Sanitätshaus
Orthopädietechnik

Sudoku

So funktioniert's:
Die Ziffern 1 bis 9 stehen in jeder Spalte, jeder Zeile und in jedem 3x3-Feld genau einmal.

Schweregrad: mittel

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

Die Lösungen finden Sie in diesem Heft auf Seite 41

Kreuzwörterrätsel

Hamburger Buchstabensalat

Die aufgeführten Begriffe sind waagrecht, senkrecht oder diagonal im Raster zu finden.

- ARZT
- BABY
- ELTERN
- EMOTION
- ENTBINDUNG
- FAMILIE
- FREUDE
- FRUCHTBLASE
- GEBURT
- GEBURTSWANNE
- HEBAMME
- KAISERSCHNITT
- SAEUGLING
- SCHWANGERSCHAFT
- WEHEN
- WOCHENBETT

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

Online-Konzerte für unsere Patient:innen

Musik fördert Gesundheit – auch weiterhin!



Für viele Patient:innen sind sie willkommene Abwechslung während ihres Aufenthalts im UKE: die Konzerte aus der Reihe Musik – Mensch – Medizin im Foyer des Hauptgebäudes. Viermal jährlich treten dort in normalen Zeiten Musiker:innen verschiedener Genres auf und begeistern eine meist große Zahl an Patient:innen und weiteren Zuschauer:innen. Aufgrund der aktuell unsicheren Pandemielage können die Konzerte jedoch nicht live und vor Ort stattfinden.

Um auf die Musik und deren nachweislich positive Wirkung auf den Genesungsprozess nicht ganz verzichten zu müssen, stehen allen Interessierten hochwertige Konzertmitschnitte des NDR Elbphilharmonie Orchesters kostenfrei zur Verfügung. Klicken Sie doch einfach mal rein: www.uke.de/musik.



Test und Registrierung weiterhin notwendig

Eingeschränktes Besuchsrecht im UKE

Zum Schutz unserer Patient:innen sowie Mitarbeitenden und um die Ausbreitung des Corona-Virus zu verhindern, sind Besuche im UKE nur eingeschränkt möglich. Zur Wahrnehmung ambulanter Termine können erkrankte Kinder und ältere oder demente Patient:innen maximal eine Begleitperson mitbringen. Auch Schwangere, die zur Entbindung ins UKE kommen, dürfen eine Begleitung mitbringen.

Alle Besuchenden sowie Begleitpersonen werden gebeten, sich bereits am Tag des Besuchs vor Betre-

ten des UKE-Geländes über das digitale Besuchsfeld zu registrieren. Außerdem ist vor dem Klinikbesuch ein negativer SARS-CoV-2-Testnachweis (PCR-Test nicht älter als 48 Stunden, Schnelltest nicht älter als 24 Stunden) oder ein entsprechender Impf- oder Genesenennachweis erforderlich. In unseren Gebäuden besteht für alle Personen die Pflicht, einen medizinischen Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Informationen zu den aktuellen Hygiene- und Besuchsregeln finden Sie unter: www.uke.de/corona.

Wichtige Kontakte im UKE

Zentrale Notaufnahme

Hauptgebäude O10, Erdgeschoss, o bis 24 Uhr
Für alle dringenden und lebensbedrohlichen
medizinischen Notfälle
Tel.: 040 7410-0 (Vermittlung).

Notaufnahme Kinder-UKE

Kinderklinik, Gebäude O47, o bis 24 Uhr
Für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr
Tel.: 040 7410-20400
Weitere Infos: www.uke.de/kinder-uke.

Karriere im UKE

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive?
Oder einen attraktiven Ausbildungsplatz?
Kontakt und weitere Infos: www.uke.de/karriere.

Blutspende

Gebäude O38, Erdgeschoss
Mo., Do., Fr. 7 bis 14 Uhr, Di., Mi. 12 bis 19 Uhr
Tel.: 040 7410-52616
www.blutgeschwister.net.

Ihre Spende für das UKE

Empfänger: UKE gGmbH
IBAN: DE54 2005 0550 1234 3636 36
bei der Hamburger Sparkasse
www.uke.de/spenden.

Ehrenamt

Hauptgebäude O10, Erdgeschoss
Tel.: 040 7410-58779.

Auflösung Rätsel dieser Ausgabe

Sudoku

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

Kreuzworträtsel

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

Buchstabensalat

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

Impressum

Herausgeber: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Martinstraße 52, 20246 Hamburg
Verantwortlich: Friederike Schulz, Leitung Geschäftsbereich Unternehmenskommunikation **Redaktion:**
Leitung: Uwe Groenewold | Autorinnen: Monica Estévez, Ingrid Kupczik, Katja Strube, Kathrin Thomsen
Tel.: 040 7410-56061, E-Mail: redaktion@uke.de **Fotos:** Ronald Frommann, Eva Hecht, Axel Kirchhof
Titelfoto und Fotos der Titelgeschichte: Almut und Dirk Rüpke **Konzeption:** Sina Hofmann,
Katrin Zacharias-Langhans **Gestaltung:** Ulrike Hemme **Schlussredaktion:** Saskia Lemm **Lektorat:**
Monica Estévez, Silke Hilgemeier **Druck:** Schipplack & Winkler Printmedien GmbH, Drechslerstraße 4,
23556 Lübeck; Auflage: 15 000 Exemplare.

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf
Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Die veröffentlichten Fotos entsprechen zum Zeitpunkt der Aufnahme den jeweils geltenden Corona-
Richtlinien.

Wir bedanken uns herzlich bei den Patient:innen für das Vertrauen, dass wir in dieser Ausgabe über sie
berichten dürfen. Dank auch an alle Kolleg:innen des UKE, die sich für eine Veröffentlichung in der UKE
Life zur Verfügung gestellt haben.





Life

Das Magazin aus dem UKE

Jetzt gratis bestellen!



Gefällt Ihnen UKE Life?

Schreiben Sie eine E-Mail an: redaktion@uke.de

und bestellen Sie Ihr Gratisheft – entweder als persönliches Exemplar für Sie zu Hause oder zur Auslage in Ihrer Praxis, Klinik oder Selbsthilfegruppe.

Bitte schreiben Sie uns Ihre Adresse und die Zahl der gewünschten Exemplare.



Mit dieser Bestellung gehen Sie keinerlei Verpflichtungen ein.
Die Bestellung können Sie jederzeit widerrufen, eine kurze E-Mail genügt.