

Life

Nächstes Ziel Zugspitze

Osteoporose-Patientin Nicole Sell
trotzt 36 Knochenbrüchen



Kian (2) im Kinder-UKE
Der Herzensbrecher

Lieblingsplatz Museum
„Ein echtes Schmuckstück“

Intensivpflegepool
Ausgeklügelter Einsatzplan

WIR ZEIGEN HALTUNG

für Vielfalt
Information, Beratung und Unterstützung
uke.de/haltung-zeigen



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Herzlich willkommen, liebe Leser:innen,



Prof. Dr.
Christian Gerloff,
Ärztlicher Direktor und
Vorstandsvorsitzender

in Deutschland leben rund sechs Millionen Menschen mit Osteoporose, insbesondere ältere Frauen. Ganz genau lässt sich die Zahl nicht festmachen, denn bei vielen Betroffenen bleibt die Erkrankung, bei der die Knochenmasse Schritt für Schritt schwindet, unentdeckt. Auch bei Nicole Sell war dies so. Nur erkrankte die Patientin nicht im fortgeschrittenen Alter, sondern bereits in jungen Jahren. 36 Knochenbrüche hat die 51-Jährige mittlerweile hinter sich und ist fünf Zentimeter kleiner geworden. Wie sich die Patientin mit ihrer Erkrankung arrangiert, beschreibt die Titelgeschichte ab Seite 10.

Der Intensivbereich ist so etwas wie das Herz einer großen Klinik. Hier geht es meist turbulenter zu als auf vielen anderen Stationen; schwerstkranke Menschen, Organtransplantierte und Unfallopfer werden hier versorgt. Für die Pflegenden ist die Arbeit im Intensivbereich maximal herausfordernd. Anne Laubach gewährt einen Einblick, warum sie sich dennoch „keine sinnvollere und schönere Arbeit“ vorstellen kann. Doch lesen Sie selbst.

Viel Freude bei der Lektüre!

Ihr



Titelfoto: Eva Hecht
Fotos: Eva Hecht, Axel Kirchhof (5); Illustration: rob3000/AdobeStock

Inhalt

NEUES AUS DEM UKE

6 Eine Ärztin stellt ihre Bilder aus, die Martini-Klinik auf der Zielgeraden, Fördergelder für Forschende.

TITELTHEMA

10 **Mit der Krankheit leben**
Nicole Sell (51) hat eine seltene genetisch bedingte Form der Osteoporose. Trotz 36 Knochenbrüchen ist sie ein glücklicher Mensch.

PATIENT:INNENBERICHT

18 **Der Herzensbrecher**
Kian (2) kam mit einem schweren Herzfehler zur Welt. Heute tobt er mit seinen Geschwistern und Kita-Kindern herum.

GESUNDHEITSAKADEMIE

24 **Gesund essen**
Die Esskultur spielt eine große Rolle bei der Ernährung. Wer langsam isst, ist schneller satt.



STADTPIRATEN

26 **Lieblingsplatz**
Das Altonaer Museum in Otten- sen begeistert Kinderchirurg Prof. Dr. Konrad Reinshagen.

WAS MACHT...?

28 **Moin & Tschüss**
Sonja Spahl ist wieder zurück im UKE, Geburtshelfer Prof. Dr. Kurt Hecher geht nach 20 Jahren in den Ruhestand.

30 **Kinderreporter:in**
Über eine Blutsbande zu Bluts- geschwistern werden? Eine tolle Sache, findet Victoria (10). Sie will von Dr. Tobias Kautz alles zur Blutspende wissen.

32 **Niemals langweilig**
Die Intensivpflege im UKE ist fordernd und abwechslungsreich. Zwei Kolleginnen erzählen von der Planung und den täglichen Herausforderungen.

LIEBLINGSREZEPT

36 **Rote Bete-Falafel**
Sehr lecker und sehr gesund. Von Küchenchef Gilbert Köcher.

KARRIERE IM UKE

38 **Das Herz im Blick**
Marielin Neuhäuser und Niklas Barnowski über ihre Arbeit.

DENKSPORT

40 **Sudoku**
Kreuzworträtsel
Impressum



KIEK MOL

42 **Infos in Kürze**
Das UKE in den sozialen Medien, Neues von der Blutspende, Meldungen und wichtige Adressen.



UKE Life im Internet: uke.de/life
Schreiben Sie uns: redaktion@uke.de



Kinderherzmedizin
**Kooperation
mit Krakau**

Die Uni Krakau in Polen ist eine der ältesten Universitäten Europas, die **Kinderklinik mit fast 500 Betten** eine der größten des Landes. Jetzt haben die Kinderherzspezialist:innen des UKE eine Kooperation mit den Kolleg:innen in Polen beschlossen, wollen **in Forschung und Lehre** zusammenarbeiten und spezielle Operationsverfahren optimieren. ■



Impressionen von der Schlüsselübergabe und Einblicke in die neue Martini-Klinik auf dem UKE-Gelände

Neues Prostatakrebszentrum

Klinikschlüssel feierlich übergeben

Rund vier Jahre hat es gedauert, bis die neue Martini-Klinik, das Prostatakrebszentrum am UKE, baulich fertiggestellt wurde. Jetzt schreitet der Innenausbau für das siebengeschossige Gebäude mit 17000 qm Bruttogeschossfläche und 100 Betten voran. **Wissenschaftssenatorin Katharina Fegebank**, die bereits beim ersten Spatenstich und beim Richtfest dabei war, freute sich: „Die Martini-Klinik ist die Nummer eins bei der Behandlung und Erforschung von Prostatakrebs. Zugleich ist sie eine tragende Säule der Gesundheitsversorgung hier am UKE. Ich freue mich sehr, dass die Spitzen-

medizin in der **Martini-Klinik** nun ein neues Zuhause hat – mit besten Behandlungsmöglichkeiten und neuester Technik. Ein guter Tag für den Wissenschafts- und Medizinstandort Hamburg. Und ein guter Tag für alle Patienten, die aus der ganzen Welt kommen, um sich hier behandeln zu lassen.“ Die Martini-Klinik versorgt jährlich rund 5000 ambulante und 2700 stationäre Patienten. Mit über 2500 Operationen pro Jahr führen die **Krebspezialist:innen des UKE** weltweit die meisten operativen Entfernungen der Prostata durch, viele davon mit Unterstützung eines OP-Roboters. ■



Ausstellung von UKE-Ärztin und Künstlerin Dr. Kim Lewerenz

Von floral bis maritim

Beruflich in die Patient:innenversorgung im UKE eingebunden, in ihrer Freizeit als Künstlerin aktiv: Dr. Kim Lewerenz ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und zeigt jetzt 38 Bilder in der Ausstellung „Zugehörigkeit. Lebenslinien – Farbwege“ im Patient:innenboulevard des UKE-Hauptgebäudes. Mit farbintensiver, dynamischer Malerei reagiert sie auf ihren Alltag und ihre Begegnungen in der Kli-

nik. Dass ihre Bilder nun auf den Fluren des UKE hängen, sei etwas ganz Besonderes – eine Herzenssache. „Ich gehe unheimlich gern zur Arbeit, und nun darf ich hier auch meine Kunst zeigen – das macht mich wirklich glücklich“, erklärte sie bei der Ausstellungseröffnung sichtlich bewegt vor rund 200 Gästen.

Im Mittelpunkt ihrer Werke stehen die Farbe und ihre Wirkung: florale und maritime Motive und Formen, die an Seerosen erinnern; grüne Farbflecken, die satte Wiesen im Frühling erahnen lassen, oder zart umrissene organische Formen, die als Blumengarten vor dem inneren Auge erscheinen. Gekennzeichnet sind ihre Werke durch einen stetigen Wechsel der Bildthemen – reine Farbkompositionen stehen neben Landschaftsansichten und Blumenstücken, Impressionen von Menschen in ihrer Umwelt, bei ihren Freizeitaktivitäten. Gemeinsam sind ihnen die lebendige Farbe sowie eine auf Abstraktion drängende Malerei. Schauen Sie es sich an! ■



Dr. Kim Lewerenz bei der Ausstellungseröffnung mit den UKE-Beteiligten (v.l.) Monica Estévez, David Baaß, Prof. Dr. Martin Scherer, Prof. Dr. Christian Gerloff und Anja Brandt

Frühling

Die Blumen haben mir wieder gar schöne Eigenschaften zu bemerken gegeben, bald wird es mir gar hell und licht über alles Lebendige.

Johann Wolfgang von Goethe, 1749–1832



Toller Erfolg!

Nierenerkrankungen sind weit verbreitet und noch nicht ausreichend erforscht. Der Sonderforschungsbereich SFB 1192 des UKE hat jetzt eine weitere Förderung über 12 Millionen Euro erhalten. Damit können die Wissenschaftler:innen in den nächsten vier Jahren Erkrankungsursachen und neue Behandlungskonzepte erforschen.



Doppeltes Glück

Zehnte Schwangerschaftswoche, erste Ultraschallaufnahme: Auf dem Monitor sind **zwei winzige Menschen** zu sehen, kaum drei Zentimeter groß. Im Mutterleib teilen sie sich Fruchtblase und Plazenta. Sie haben zwar **zwei Herzen**, doch sie sind am Bauch miteinander verbunden. Die Familie wird von Anfang an engmaschig im UKE versorgt, **heute geht es allen gut**. Wie die Eltern diese Zeit erlebt haben, erzählen sie in der Online-Ausgabe der UKE Life.



uke.de/life-zwillinge



„Ich
möchte
mit meiner
Krankheit
leben und
nicht gegen
sie“

Nicole Sell hat eine seltene genetische Form der Osteoporose. Es dauerte unfassbare 19 Jahre und 20 Knochenbrüche bis zur Diagnose. Inzwischen hat sie sich mit der Krankheit versöhnt. Die Behandlung im UKE hat ihr Leben verändert.

Nicole Sell genießt die Frühlingssonne nach der Stand-up-Paddling-Tour auf der Ostsee



„Irgendwas war immer“, erinnert sich Nicole Sell. Sie war ein wildes Kind „mit Hummeln im Mors“.



Ihren ersten Knochenbruch hatte Nicole Sell, da war sie gerade sieben Tage alt. Ein Unfall mit dem Kinderwagen, in dem sie lag, hatte einen Schädelbasisbruch zur Folge. Dieser erste Bruch war zwar dramatisch, aber kein Grund anzunehmen, dass mit ihren Knochen etwas nicht stimmt. Dass sie sich in den folgenden Jahren immer wieder etwas brach, gehörte zum Familienalltag. Arme, Handgelenke, Finger, das Schlüsselbein: „Irgendwas war immer“, erinnert sich Nicole Sell. Sie war ein wildes Kind „mit Hummeln im Mors“, wie ihre Mutter immer gesagt hat. Und weil die Familie aus beruflichen Gründen oft umzog, gab es keinen Arzt und keine Ärztin, die sich über die häufigen Brüche hätten wundern können.

Spätestens mit 30 im Rollstuhl

Und so dauerte es 19 Jahre und etwa 20 Knochenbrüche, bis ein Arzt aufhorchte, weil Nicole Sell die von ihm gerade diagnostizierte Fraktur lapidar mit „Ach, schon wieder“ quittierte. Ob das denn schon häufiger passiert sei, wollte er wissen und schlug eine Knochendichtemessung vor. „Danach hat er mir gesagt, dass ich Osteoporose habe und spätestens mit 30 im Rollstuhl sitzen würde“, erinnert sich Nicole Sell. Eine Botschaft, die sie irgendwie erschütterte, die ihr aber so unrealisch schien, dass sie sie tief in sich verstaute. Zu dem Arzt ist sie nie wieder gegangen. Wenn sie sich in den folgenden Jahren immer mal wieder etwas brach, sagte sie in der Praxis oder Klinik zwar „Ich habe Osteoporose“, aber die Behandler:innen glaubten das wohl ebenso wenig wie sie selbst. In Arztberichten las sie später: „Die Patientin behauptet, Osteoporose zu haben.“ Und auch als Nicole Sell Mutter wurde und ihre Tochter Raphaela sich

ebenfalls häufig Knochen brach – „kein Weihnachtsfoto ohne Gips“ –, dachte sie zwar, „dass sie wohl das Gleiche hat wie ich“, aber nicht, dass man dagegen etwas tun könnte.

Das änderte sich vor rund sechs Jahren: Damals zog sich die heute 31-jährige Raphaela bei einem eigentlich banalen Rangeln im Garten einen schweren Beinbruch zu. Der behandelnde Orthopäde stellte bei beiden Frauen tatsächlich Osteoporose fest und empfahl ihnen einen Besuch in der Ambulanz des Instituts für Osteologie und Biomechanik am UKE. „Das hat unser Leben total verändert“, sagt Nicole Sell. Mutter und Tochter wissen inzwischen, dass sie unter einer sehr seltenen genetischen Form der Osteoporose leiden, von der auch schon Nicole Sells inzwischen verstorbene Mutter betroffen war. Zum ersten Mal fühlte sie sich beim Arztbesuch ernst genommen,

Text
Sandra Wilsdorf

Fotos
Eva Hecht



Tolles Training! Jeden Tag ist die Timmendorferin mit ihrem Board unterwegs und genießt Wellen, Wasser und Weite

„Ich gehöre ans Meer“, sagt sie und trägt ihr Stand-up-Paddling-Board über die Straße.



ohne viel erklären zu müssen: „Wir werden regelmäßig untersucht und bekommen Medikamente, die tatsächlich helfen“. Nicole Sell freut sich, dass der Knochenabbau seitdem nicht nur gestoppt ist, sondern es sogar einen leichten Aufbau gegeben hat.

Dass viele der Behandelnden die Diagnose Osteoporose ebenso wenig glaubten wie sie selbst, liegt vielleicht auch an der Lebensfreude und Energie, die Nicole Sell versprüht. Sie ist inzwischen 51, und der Arzt, der sie mit 30 im Rollstuhl sah, hat sich auf wunderbare Weise geirrt. Die Timmendorferin, die von sich sagt: „Ich gehöre ans Meer“, trägt stattdessen fast jeden Tag – sommers wie winters – ihr Stand-up-Paddling-Board über die Straße zum Strand und paddelt auf der Ostsee: „Ich liebe das!“

„Verträumtes Projekt“ ist erfolgreich

Elf Jahre hatte sie als Assistentin der Geschäftsführung eines bekannten schleswig-holsteinischen Unternehmens gearbeitet. Als sie dort ihren jetzigen Mann Bernd (64) kennenlernte und der die Idee hatte, eine Saucen-Manufaktur zu eröffnen, war sie begeistert – und gründete mit ihm zusammen ein eigenes Unternehmen. Was beide sich als „verträumtes gemeinsames Projekt“ vorgestellt hatten, wurde allerdings schnell so erfolgreich, dass es in harte Arbeit ausartete: Ein bekannter Hamburger Gastronom wollte die Saucen auf seine Burger, eine Supermarktkette für ihr Sortiment. Und so standen Nicole Sell und ihr Mann Tag und Nacht an riesigen Töpfen, schälten bis zu 700 Gurken am Tag und arbei-

Die mehrfach gebrochenen Arme sind nicht wieder richtig zusammengewachsen



Fotos: privat (2)



Mit dem Ehemann in den Bergen wandern, mit der Freundin beim Tanzen Spaß haben: Nicole Sell lässt sich trotz schwerer Erkrankung nicht ausbremsen und lebt ihr Leben



Nicole Sell im Film: uke.de/life-sell



Der bislang letzte Knochenbruch aus dem Jahr 2020 auf dem Röntgenbild



Im Rollstuhl unterwegs: Mit gebrochenem Fuß übers Wochenende nach Berlin



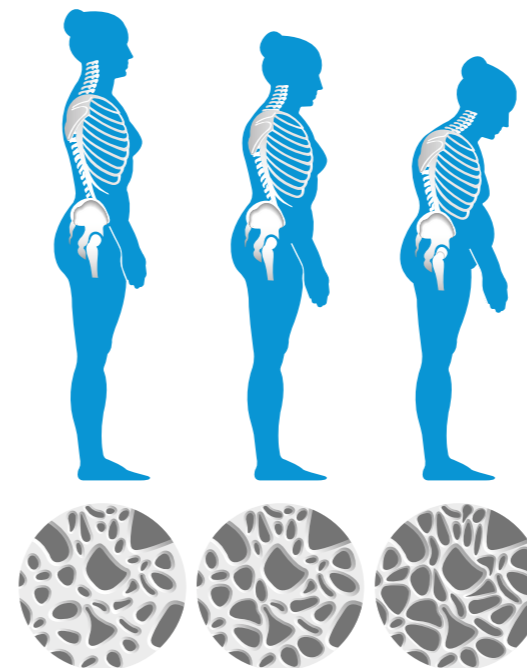
Foto: privat (2); Illustration: reboooo/AdobeStock

teten bis zur Erschöpfung. „Daraufhin ging es mir körperlich mitunter so schlecht, dass ich mich kaum bewegen konnte.“

In diese Zeit fällt auch der vorerst letzte von inzwischen insgesamt 36 Knochenbrüchen: Beim Verrücken eines Tisches knickte Nicole Sell 2020 um und wusste gleich: „Der Fuß ist durch“. War er dann auch. Aber deshalb das geplante zweiseitige Wochenende in Berlin absagen? Auf keinen Fall. Sie verschob die anstehende Operation und ließ sich von ihrem Mann Bernd im Rollstuhl durch die Hauptstadt schieben. „Nur das Kopfsteinpflaster war hart für ihn“, sagt sie lachend. An den Tagen nach der OP las sie unter anderem ein Buch über moderne Fleischverarbeitung und teilte ihrem für das Kochen im Haus zuständigen Mann mit: „Schatz, ich esse nie wieder Fleisch.“ Der sah seinen Erfindergeist herausgefordert und entwickelte einen veganen Fleischersatz auf Seitan-Basis. Eine Trockenmischung in drei Geschmacksrichtungen, individuell dosier- und lange haltbar. Die Sells bewarben sich bei der Gründershow „Die Höhle der Löwen“ und gewannen einen Investor. Inzwischen haben sie ihr Unternehmen verkauft und arbeiten wieder als Angestellte. „Wir sind froh, dass wir dieses Abenteuer gewagt haben.“ Und sie planen schon die nächste, gänzlich andere Herausforderung: „Ich möchte auf die Zugspitze wandern.“

„Die Krankheit gehört zu mir“

Das alles klingt nach einem Leben ohne große Einschränkungen. Und wer Nicole Sell erlebt, würde tatsächlich nicht glauben, dass sie eine schwere chronische Krankheit hat. Doch allein die Kraft positiver Gedanken kann nicht verhindern, dass sie schon fünf Zentimeter kleiner geworden ist, weil ihre Wirbel ineinander stauchen, dass sie an manchen Tagen extrem starke Rückenschmerzen hat und eine Orthese tragen muss, und dass sie im Sommer immer wieder auf ihre Arme angesprochen wird, die von den vielen Brüchen ganz verdreht aussehen. Nicole Sell sagt: „Natürlich ist die Krankheit da. Sie bringt Einschränkungen und Schmerzen mit sich. Aber sie gehört zu mir, und ich möchte gut mit ihr umgehen.“ Seitdem Nicole Sell sich mit ihrer Osteoporose



Im Laufe der Jahre schwindet die Knochenmasse und das Knochengerüst wird poröser – viele Patient:innen werden kleiner

se auseinandersetzt, hat sie sich Stück für Stück mit ihr versöhnt: „Ich möchte mit dieser Krankheit leben und nicht gegen sie.“

Heute ist sie achtsamer mit ihrem Körper. Früher wollte sie unbedingt Fallschirmspringen und träumte von einer Ballonfahrt. Auch Kitesurfen hat sie ausprobiert und dabei „unfassbar viel Spaß gehabt“, sich aber so heftig am Fuß verletzt, dass sie mit ihrer Krankheit verhandelt hat: „Das ist nichts für mich.“ Und so kam sie zum Stand-up-Paddling: „Es ging um die Frage: Was macht mir Freude und ist gleichzeitig gut für mich?“ Auf dem Board steht sie aufrecht, bewegt alle Muskeln, „und wenn ich ins Wasser falle, passiert mir nichts.“ Ihr Motto: „Wenn ich eine Sache nicht machen kann, darf ich mir trotzdem nicht meine Freude und die Neugierde auf andere Dinge nehmen lassen. Es ist so wichtig, immer in Bewegung zu bleiben.“ ■

Weitere Informationen:
uke.de/osteoporose



Prof. Dr. Ralf Oheim,
Institut für Osteologie
und Biomechanik

An Osteoporose denken!

In der Osteoporose-Spezialambulanz des UKE werden pro Jahr rund 10 000 Patient:innen versorgt. Osteoporose wird noch immer viel zu selten diagnostiziert, beklagen Fachleute. Dabei kann vielen Betroffenen geholfen werden.

Osteoporose tritt am häufigsten bei Frauen nach den Wechseljahren auf. Weil die Östrogene wegfallen, nimmt der Knochenabbau zu und der Knochenaufbau ab – in der Summe schwindet Knochenmasse. Aber es gibt auch frühere Formen der Osteoporose – und gar nicht so selten sind auch Männer davon betroffen. „Bei Knochenbrüchen ab dem 50. Lebensjahr sollte grundsätzlich auch auf Osteoporose getestet werden. Kommt es bereits in jüngeren Jahren zu wiederholten oder unerklärlichen Knochenbrüchen, sollte bei der Diagnostik unbedingt auch an Osteoporose gedacht werden“, sagt Prof. Dr. Ralf Oheim, Oberarzt am von Prof. Dr. Michael Amling geleiteten Institut für Osteologie und Biomechanik am UKE.

Gibt es in der Familie vermehrt Knochenbrüche, besteht die Möglichkeit einer **genetischen Knochenerkrankung**, so der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Frühe Formen der Osteoporosen sind häufiger „sekundäre Osteoporosen“, zum Beispiel infolge einer Cortison- oder Chemotherapie. „All diese Patient:innen sollten auch osteologisch mitbetreut werden“, wünscht sich Prof. Oheim.

Osteoporose sei dramatisch unterdiagnostiziert und untertherapiert, so der UKE-Spezialist. Doch nur wer um die Krankheit und ihr Risiko weiß, kann ein Fortschreiten bestmöglich vermeiden. Zur Basistherapie gehören eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D und Kalzium, eine proteinreiche Ernährung und sportliche Betätigung, vor allem mit Muskelaufbautraining. Besondere und fortgeschrittene Formen der Osteoporose können zusätzlich mit speziellen Medikamenten therapiert werden, die den weiteren Knochenabbau verhindern oder bestenfalls sogar einen Knochenaufbau ermöglichen. **„Insgesamt lässt sich Osteoporose heute sehr gut und in den meisten Fällen auch erfolgreich behandeln“**, so Prof. Oheim.

Foto: Eva Hecht

Herzens- brecher mit halbem Herzen

Zwillinge, Jungs. Yasemin und Cengiz Balota waren glücklich, als sie beim ersten Ultraschall zwei pochende Herzchen sahen. Dann der Schock: Ein Kind hat nur ein halbes Herz. Doch Kian (2) ist ein Kämpfer.



Kian im Kinder-
UKE. Feuerweh-
autos sind seine
große Leidenschaft



Die Erleichterung steht Yasemin Balota ins Gesicht geschrieben. Kian hat alle Behandlungen bislang gut überstanden und entwickelt sich prächtig. Den Eltern ist es ein Anliegen, dass die Kinderherzforschung vorangetrieben wird

Text
Silvia Dahlkamp

Fotos
Axel Kirchhof

Wie zerbrechlich das Glück war, erfuhr sie, als es am größten war. Die ersten drei Monate der Schwangerschaft waren vorbei, die kritischen, und Yasemin Balota hatte es schon allen gesagt: Wir werden noch einmal Eltern. Zwillinge, zwei Jungs. Die Babys schwebten in ihren Fruchtblasen. Ärmchen, Beinchen, Stupsnäschen konnte man bereits erkennen. Ein Baby ballte die Fäustchen. Wenn sie heute auf die Untersuchung zurückblickt, ist da nur noch der Satz der Ärztin: „Da stimmt was nicht.“ Es war Kians Herz, das nicht stimmte. Doch noch war es nur ein Verdacht.

Wenn Paare Eltern werden, kommt Freude auf, aber da sind auch Sorgen: Was ist, wenn das Kind krank ist? Eines von hundert Neugeborenen kommt mit einem angeborenen Herzfehler auf die Welt. Einige Fehlbildungen an Organen kann man tatsächlich bereits im vierten Monat sehen. Da Mehrlingsschwangerschaften immer auch Risikoschwanger-

schaften sind, wurde die Mutter engmaschig untersucht. „Das sind zwei Boxer“, sagte sie zu ihrem Mann Cengiz. Auch Tochter Amira durfte fühlen, wenn ihre Brüder im Mutterleib strampelten.

Diagnose ein Schock für die Eltern

Dann kam die 20. Woche, wieder ein Ultraschall: Feindiagnostik der Organe. Die Frauenärztin fuhr mit dem Schallkopf über den gewölbten Bauch. Auf dem Computerbildschirm hüpfen rote und blaue Punkte. Sie zeigten Funktion und Pumpleistung der zwei Herzen. Stille. Konzentration. Dann sagte die Ärztin vorsichtig: „Es gibt Merkmale, dass einem der beiden Kinder ein halbes Herz fehlt.“ Wieder Stille. Diesmal war es der Schock.

Im Mutterpass steckte ein gelber Schein mit einer Überweisung in die Klinik für Geburtshilfe und Pränatalmedizin im UKE. Die Erklärungen hallten noch nach: Die rechte

Herzkammer pumpt das Blut zur Lunge, wo es Sauerstoff tankt. Die linke Herzkammer pumpt das Blut von der Lunge in den Körper, wo es Gefäße und Organe mit dem Sauerstoff versorgt. Die Tage bis zum Termin im UKE kamen den werdenden Eltern unendlich lang vor. Doch Cengiz Balota gab seiner Frau Halt: „Gemeinsam schaffen wir das.“ Vor wenigen Jahrzehnten wurden Säuglinge mit einem „Hypoplas-

tischen Linksherzsyndrom“, wie die Diagnose korrekt heißt, nur wenige Tage alt. Heute können Chirurg:innen ihnen viele Jahre, sogar Jahrzehnte, schenken. Dazu formen sie das walnussgroße Babyherz in drei Operationen so um, dass die eine Kammer für zwei pumpt. Ziel ist es, eine Sauerstoffsättigung von über 90 Prozent zu erreichen.

Der 22. September 2021 war ein Mittwoch. Sechs Wochen vor dem errechneten Termin setzten die Wehen ein. Als die Mutter in den Kreißsaal kam, war das OP-Team bereits da. Früh am Morgen kamen die Zwillinge Imano und Kian zur Welt. Imano ging es gut, Kian dagegen war nur knapp 40 Zentimeter groß, 1450 Gramm schwer. Das zarte Frühchen sollte sofort auf die Intensivstation in der Kinderherzklinte gebracht werden. „Halt“, riefen die Eltern. Sie wussten, dass ihr Junge schnell Medikamente brauchte, aber sie wollten wenigstens einen ersten, kurzen Blick auf ihr Kind werfen und ihn im Leben begrüßen.

Andere Eltern erzählen vom ersten Lächeln, die Balotas von Arztgesprächen

Bevor sie Mutter wurde, arbeitete Yasemin Balota als Teamleiterin bei einem Personaldienstleister. Ihr Mann Cengiz ist Bauingenieur. Beide sind es gewohnt, nüchtern auf Dinge zu schauen. Andere Eltern erzählen vom ersten Lächeln, die Balotas von Gesprächen mit Ärzt:innen, Bildern von der Intensivstation: Kian, winzig klein, an großen Apparaturen mit vielen Schläuchen. Kein Kind, das etwas zu lachen hatte – aber mit den blauen Kulleraugen betörte es alle: „Ein Herzensbrecher mit einem halben Herz“, sagt Kians Vater. Es gibt Fotos, wie der Kleine selig auf seinem Bauch auf der Intensivstation liegt. Auch Bruder Imano durfte ganz nah bei Kian sein. Zusammen schliefen sie in einem Bettchen.

Als hätte er gehört, was die Eltern erzählen, tapst ein kleiner blonder Junge um die Ecke und sagt: „Mama smusen.“ Seine Mutter nimmt Kian auf den Schoß und wuschelt ihm zärtlich durch die Haare. Er muss alle sechs Monate zur Kontrolle. Der Termin ist nur einer von vielen, die im vollen Familienkalender stehen. Die Eltern sagen: „Wer nichts von seinem Herzfehler weiß, bemerkt keinen Unterschied zu seinen Kita-Freunden.“

Jedes Jahr operieren die Kinderherzchirurg:innen im UKE mehr als 500 Mädchen und Jungen, rund 300 von ihnen sind erst we-



Die Zwillinge Imano (l.) und Kian sind ein Herz und eine Seele und für jeden Spaß zu haben



Tochter Amira, Mutter Yasemin mit Zwilling Imano, Vater Cengiz mit Kian



Die Kontrolluntersuchungen im Kinder-UKE absolviert Kian wie ein Profi. Zwischendurch freut er sich über Zuwendung von Gesundheits- und Krankenpflegerin Stefanie Kibach und Mutter Yasemin

nige Tage alt. Kians Herz hat sich falsch entwickelt, weil es wahrscheinlich bereits kurz nach der Befruchtung zu Fehlern bei der Zellteilung kam. „Die linke Kammer ist reiskorngroß, die rechte verdreht, die Hauptschlagader stark verengt“, hatte Kinderherzchirurg Dr. Daniel Biermann den Eltern während der Schwangerschaft erklärt. „Zum Glück waren wir gut

informiert und konnten uns darauf einstellen“, sagt Cengiz Balota.

Obwohl man sich auf vieles, was nach der Entbindung kam, nicht vorbereiten kann. Drei komplizierte Operationen. Nächte ohne Schlaf, die Sorgen um Kian, und die beiden anderen Kinder Imano und Amira waren auch noch da. Vater, Großeltern, Onkel und Tanten

Ein Herz aus dem Labor. Hier wächst die künstliche, aus Stammzellen gezüchtete Herzkammer heran – die Medizin der Zukunft



➔ Weitere Infos finden Sie unter uke.de/herzzellen



haben geholfen – die ganze Familie hat zusammengestanden.

Kian war zwei Wochen alt, als seine kleine Brust geöffnet wurde. Damit die rechte Herzkammer auch für die linke pumpt, werden bei der sogenannten Norwood-Operation unter anderem Schlagadern verlegt und neu verbunden. Alles ging gut. Dann kam der Winter: Infekte, Nächte am Kinderbettchen, immer wieder Einweisungen in die Klinik. Kian hatte keine Kraft zu trinken, konnte den Schleim nicht abhusten, verlor Gewicht. Jede Stunde bekam er ein Fläschchen. 30 Milliliter, 50 Milliliter, 70 Milliliter. Schluck für Schluck, ganz langsam ging es bergauf.

Kian wuchs – und mit ihm sein Herz. Vier Monate später der nächste Eingriff, die sogenannte Glenn-Operation. Diesmal wurden Arterien und Venen neu verknüpft, um den Pumpmuskel zu entlasten, der mit dem Alter immer mehr Kraft braucht. Die Eltern warteten vor dem Operationssaal. Kian, der Kämpfer, überstand auch diese OP.

Kian genauso lebhaft wie sein Bruder

Zu Hause, in der Wohnung mit dem großen Spielzimmer und dem langen Flur, stehen heute Roller, Bobby Cars und Laufräder. Vor zwei Stunden hat die Mutter die Jungs aus der Kita geholt. Jetzt seufzt sie, es ist ein glücklicher Seufzer: „Die beiden raufen wieder.“ Ihr Mann hat früher Feierabend. Imano ruft: „Papa!“ Kian flitzt vorbei, drückt Papa als erster und grinst wie ein Sieger. Später ist die Familie im Esszimmer. Kian verspeist genüsslich ein Stück Kuchen. Imano blubbert im Wasserbecher. Amira hüpfert auf dem Sofa. Ein Spielzeug-Porsche fliegt. Kian schaut unschuldig, sagt: „Auto, brumm, brumm.“

Zur Zeit hat Kian eine Sauerstoffsättigung im Blut von durchschnittlich 85 Prozent, ein bisschen fehlt noch. Weil er es nicht anders kennt, lebt er gut damit und teilt seine Kräfte optimal ein: klettert, tobt, spielt Fußball. Bald wird er noch einmal operiert. Nach der sogenannten Fontan-Operation gelangt dann sauerstoffarmes Blut über ein Kunststoffimplantat direkt in seine Lunge – und versorgt ihn dann optimal mit Sauerstoff.

Tatsächlich ist alles natürlich viel komplizierter. Aber für die Familie zählt nur eines: Dass Kian die Chance auf ein möglichst normales Leben hat, in dem er glücklich ist, Wünsche hat und diese auch in Erfüllung gehen. ■



Dr. Daniel Biermann, Klinik für Kinderherzmedizin und Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern

Ein Herz aus dem Labor

Bei einem von hundert Neugeborenen arbeitet das Herz nicht so, wie es soll. Und bei rund zwei Prozent dieser herzkranken Babys kommt es zu einem schwerwiegenden Defekt, dem Hypoplastischen Linksherzsyndrom – den Säuglingen fehlt ein halbes Herz.

„Unser Körper kann vieles selbst reparieren, aber keine fehlenden Organe ersetzen. Da müssen wir helfen“, sagt Kinderherzchirurg Dr. Daniel Biermann. Beim **Hypoplastischen Linksherzsyndrom** handelt es sich um eine der schwersten angeborenen Herzerkrankungen, die unbehandelt rasch zum Tod des Neugeborenen führt. Die unterentwickelte linke Herzkammer kann jedoch vorgeburtlich mittels Ultraschall diagnostiziert und meist **sehr erfolgreich operativ behandelt** werden. Dazu werden Zugänge und Abflüsse operativ verlegt, schließlich ein Kunststoffröhrchen implantiert, damit verbrauchtes Blut direkt zur Lunge fließt. Dennoch muss auch künftig eine Herzkammer für zwei pumpen. Das führt nicht selten zu Komplikationen, etwa 30 Prozent der Patient:innen sterben vor der Pubertät.

Was wäre, wenn das Implantat nicht aus Kunststoff, sondern aus humanem Gewebe bestünde, das **wie ein Herz pumpen** und mitwachsen kann? Diese Vorstellung ist inzwischen mehr als eine Vision. Nach intensiven, von Prof. Dr. Thomas Eschenhagen und seinem Team initiierten Forschungen ist es am UKE gelungen, **einen Tunnel aus menschlichen Herzmuskelzellen zu züchten**, der pocht und selbst leichte elektrische Signale weiterleitet. Tissue Engineering heißt das Fachgebiet, Gewebezüchtung. Die Kammer aus dem Reagenzglas ist erst 1,8 Zentimeter klein, ihre Wände sind hauchdünn. Doch Dr. Biermann ist mit seinem Team aus der von Prof. Dr. Michael Hübler geleiteten Kinderherzchirurgie angeborener Herzfehler zuversichtlich: „In fünf Jahren wollen wir mit ersten klinischen Versuchen starten.“ Damit aus zartem Gewebe ein starker Muskel wachsen kann.

Foto: Eva Hecht



➔ Die Kinderherzforschung ist aufwendig. Hier können Sie unterstützen: uke.de/spenden

Gesund bleiben, Esskultur verändern

Das Expert:innenteam der Gesundheitsakademie des UKE vermittelt regelmäßig neueste Erkenntnisse aus der Welt der Medizin. Heute geht es um gesunde Ernährung.



Prof. Dr.
Birgit-Christiane Zyriax,
Forschungsgruppe
Präventivmedizin und
Ernährung, Hebammen-
wissenschaft

Mehr Mittelmeer

Ernährungstipps gibt es wie Sand am Meer! Gemeinsame Basis aller Empfehlungen zur Vorbeugung vor chronischen Krankheiten ist, weniger rotes Fleisch und Wurstwaren und mehr pflanzlich basierte ballaststoffreiche Kost zu sich zu nehmen. Eine mediterrane Kost – die viel zitierte Mittelmeerdiet – als gesunde Ernährung im Allgemeinen und explizit im Hinblick auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen wird von vielen medizinischen Fachgesellschaften empfohlen.

Dokumentieren Sie Ihre Mahlzeiten

Dazu gehört: viel Gemüse, Hülsenfrüchte und Fisch, Früchte als Dessert, ungesalzene Nüsse, Olivenöl als Hauptfettquelle, frische Kräuter, Wein nur gelegentlich in moderaten Mengen zu den Mahlzeiten, Getreide- und Milchprodukte in Maßen. Gezuckerte Getränke und Gebäck sind tabu. Ein erster Schritt: Dokumentieren Sie Ihre Mahlzeiten und Getränke im Smartphone oder in einem Protokoll über mehrere Tage. So können Sie leicht erkennen, was schon gut läuft.

Lassen Sie sich Zeit beim Essen

Wer langsam und genussvoll isst, isst weniger. Vielfältige Ernährung und genussvolles Essen sind die beste Medizin. Für Menschen mit chronischen Magen-Darm-Erkrankungen gibt es spezielle Ernährungsangebote, die individuell besprochen werden sollten. Denn um die Beschwerden zu lindern und bestenfalls wieder ganz gesund zu werden, reichen Medikamente meist nicht aus. Vielmehr gilt es, langfristig die Esskultur zu verändern. ■



Text: Uwe Groenewold; Foto: Axel Kichhof; Illustration: taim/AdobeStock

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





Ottensen

Ein Moment der Entspannung:
Kinderchirurg Prof. Dr.
Konrad Reinshagen, hier
im Altonaer Museum, fühlt sich
in Ottensen wohl

Lieblingsplatz **Ottensen**

Ottensen und Altona haben es **Prof. Dr. Konrad Reinshagen** angetan. „Ein überaus lebenswerter Stadtteil, in dem sich Jung und Alt bunt mischen“, so der Direktor der Klinik für Kinderchirurgie des UKE. Das Angebot an Gastronomie aller Couleur sei reich, von gehobener Küche bis zum Imbiss alles möglich, so Reinshagen. „Auch kulturell bietet Altona viel; nichts so Spektakuläres wie die Elbphilharmonie, aber dafür echte Schmuckstücke wie das Altonaer Theater oder das **Altonaer Museum**.“

Das Museum setzt seinen Schwerpunkt auf Seefahrt, Schiffe sowie auf die frühe Geschichte Hamburgs. „Man kann die Exponate wunderbar allein genießen; das Museum ist aber auch für Familien mit Kindern ein lohnenswertes Ziel. Mir persönlich gefallen besonders die verschiedenen

Räumlichkeiten, die Nachbildungen von Häusern und Zimmern vergangener Zeiten.“ Zu sehen, in welchen Verhältnissen die meisten Menschen damals gelebt haben, könne heute demütig und bescheiden machen, meint der Kinderchirurg, der oft auch „um die Ecke“ im Altonaer Kinderkrankenhaus operiert. Zum Abschluss eines Museumsbesuchs – oder eines Arbeitstages, ganz so wie es passt – lädt dann noch das gemütliche Café im Museum zum Verweilen sowie zu Kaffee und Kuchen ein.

Mehr Infos zum Altonaer Museum auf den Internetseiten der **Stiftung Historische Museen Hamburg** (www.shmh.de). Und über **Ottensen** („Das kleine Paris an der Elbe“) gibt es viele weitere Informationen auf den Seiten der Stadt Hamburg: www.hamburg.de/ottensen.



SONJA SPAHL

Moin

Die Dinge neu denken, Zukunft gemeinsam gestalten: Das könne man am besten im UKE, findet Sonja Spahl. Nach vier Jahren als Pflegedirektorin im Marienkrankenhaus ist sie jetzt zurück.

War ich eigentlich weg? Das habe sie sich schon ein paarmal gefragt, erzählt Sonja Spahl; so sehr sei ihr das UKE vertraut, wo sie vor dem Wechsel bereits zehn Jahre gearbeitet und am Aufbau des Kinder-UKE als pflegerische Zentrumsleitung für Geburtshilfe, Kinder- und Jugendmedizin maßgeblichen Anteil gehabt hatte. Die herzliche Begrüßung durch frühere Kolleg:innen gebe ihr das schöne Gefühl, wieder nach Hause zu kommen.

Im Tandem mit dem langjährigen Leiter der Akademie für Bildung und Karriere (ABK) Prof. Dr. Walter Teichmann, der Mitte des Jahres in den Ruhestand geht, bereitet die 47-Jährige aktuell den Übergang auf ihre künftige Tätigkeit als alleinige Leitung vor. „Ich empfinde es als großes Geschenk, von den vielfältigen Erfahrungen und dem Wissen meines Vorgängers profitieren zu können.“ Das Themen- und Aufgabenspektrum der ABK ist riesig: Neben den Ausbildungsgängen der Pflege- und Gesundheitsfachberufe gehören dazu viele weitere Berufsfelder, Fort- und Weiterbildungen, Veranstaltungsmanagement. Rund 150 Mitarbeiter:innen und 1500 Azubis sind Teil des ABK-Teams. „Unser Ziel ist unter anderem, die jungen Menschen bestmöglich auszubilden und an unser Haus zu binden.“

Sonja Spahl möchte die Jahre „auf der anderen Seite der Alster“ nicht missen. Sie habe dort wertvolle Erfahrungen gesammelt und findet es „wichtig, über den Tellerand zu schauen und festzustellen, dass man manche Dinge auch anders machen kann als im UKE.“ Doch die Richtung steht fest: „Es muss nach vorn gehen, wenn man die Zukunft gestalten will.“ ■

Texte: Ingrid Kupczik; Fotos: Eva Hecht

„
Ein schönes Gefühl, wieder nach Hause zu kommen.“

PROF. DR. KURT HECHER

Tschüss

Er ist ein Pionier der vorgeburtlichen Diagnostik und Therapie, hat Leben und Unversehrtheit unzähliger Kinder gerettet. Nach 20 Jahren geht Prof. Dr. Kurt Hecher jetzt in den Ruhestand.

Das Pensionsalter war schon im Herbst 2022 erreicht, dann wurde dreimal verlängert. Es gab ein Abschiedssymposium und zwei Feiern, eine davon ein echter Coup: „Da hat mich das ganze Klinikteam in einer Party-Höhle in der Schanze überrascht!“ Prof. Hecher, Leiter der Klinik für Geburtshilfe und Pränatalmedizin, ist in Klagenfurt aufgewachsen; in Graz belegt er neben dem Medizinstudium Vorlesungen in Indologie, lernt Sanskrit. Die Kultur Indiens und anderer Länder Asiens fasziniert ihn bis heute. Als begeisterter Bergsteiger hat er mehrfach den Himalaya erkundet.

Er wird Facharzt für Geburtshilfe und Gynäkologie. Hecher forscht, veröffentlicht, wird Oberarzt, verbringt einen zweijährigen Forschungsaufenthalt am Londoner King's College. Dort wird gerade die minimalinvasive Chirurgie im Mutterleib entwickelt. Ohne Bauchschnitt, unter Ultraschallkontrolle und mit fetoskopischer Laserablation wird das Zwillingstransfusionsyndrom behandelt, eine schwere Durchblutungs- und Versorgungsstörung, die bei eineiigen Zwillingen auftreten kann.

Sein Know-how bringt Hecher 1994 nach Hamburg, wo er am AK Barmbek den ersten Eingriff dieser Art in Deutschland vornimmt und das Verfahren in die klinische Routine überführt. Parallel habilitiert er sich in Wien. Seine Kinder sind multinational: Die Töchter in Klagenfurt und London geboren, der Sohn am Tegernsee. Im Universitätsklinikum bleibt er 20 Jahre und geht Ende März in den Ruhestand. „Ich hatte im UKE eine wunderbare Zeit und werde mein Team vermissen“, sagt Prof. Hecher. ■



„
Ich hatte eine wunderbare Zeit und werde mein Team vermissen.“

So werdet ihr „BLUTSGESCHWISTER“



Gesunde Blutspender:innen versorgen mit ihrem Blut bis zu drei kranke Empfänger:innen – und werden über Blutsbande zu „Blutsgeschwistern“. Eine tolle Sache, findet Victoria. Aber können alle Menschen untereinander Blut austauschen? Das und mehr hat die Kinderreporterin im Gespräch mit **Dr. Tobias Kautz**, angehender Facharzt für Transfusionsmedizin, erfahren.

Text
Kathrin Thomsen

Fotos
Axel Kirchhof

Hier geht's direkt zur Blutspende: blutsgeschwister.net



Victoria: Wann und wie wurde das Blutspenden erfunden?

Dr. Tobias Kautz: Im 17. Jahrhundert bekamen Tiere, vor 200 Jahren die ersten Menschen Blut von Tieren gespritzt. Es wurde angenommen, dass damit alle möglichen Krankheiten heilbar wären. Dass Menschen jedoch nur menschliches Blut vertragen, ist erst seit dem 19. Jahrhundert bekannt.

Warum ist Blutspenden wichtig?

Jeder Mensch kann einen Unfall haben oder erkranken. Da wir bisher Blut nicht künstlich herstellen und nur einen Teil des Blutverlusts über andere Flüssigkeiten ausgleichen können, sind wir auf Blutspenden angewiesen. Derzeit können noch recht viele jüngere Menschen 70- bis 80-Jährige, die die meisten Spenden benötigen, versorgen. Da wir aber



Etwa 480 Milliliter Blut landen pro Spende im Beutel. In einer Zentrifuge wird die Vollblutspende in rotes Blut, Blutplättchen und Plasma aufgeteilt und unterschiedlich gelagert



Das ist Victoria (10). Sie besucht die 5. Klasse der Rudolf-Steiner-Schule Wandsbek. Hast Du auch Lust, als Kinderreporter:in Deine Fragen zu stellen?



Victoria reitet und spielt Klavier – und verbringt gern Zeit mit Hündin Bonny. Da ihre Mutter im UKE arbeitet, interessiert sie sich auch für medizinische Themen

Bewirb Dich als Kinderreporter:in 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 sowie ein paar Zeilen über Dich: Was sind Deine Interessen? **Warum möchtest Du Kinderreporter:in werden?**

immer älter werden, ohne dass genug Jüngere nachkommen, werden wir in Zukunft einen Mangel an Blutspenden haben.

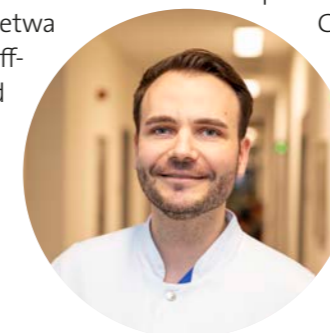
Können alle Menschen beliebig untereinander Blut austauschen?

Leider nein. Das Blut wird in die Blutgruppen A, B, AB und 0 sowie in den Rhesusfaktor „Rh positiv“ bzw. „Rh negativ“ unterteilt. Gesunde Menschen ab 18 Jahren mit Blutgruppe „0 negativ“ können an Empfänger:innen aller Gruppen spenden, Menschen mit Blutgruppe „AB positiv“ dürfen Blut aller Gruppen empfangen. Alle anderen dürfen nur Blut der Gruppe 0 und ihrer eigenen erhalten, da kleinste Mengen Blut der falschen Gruppe zu Organversagen führen können.

Was passiert mit dem gespendeten Blut?

Mit dem roten Blut können wir etwa Menschen mit einem Sauerstoffmangel, mit dem Plasma und Plättchenkonzentrat Menschen mit Gerinnungsstörung versorgen. Menschen mit Krebs profitieren bei Bedarf von mehreren Produkten aus der Blutspende.

Illustration: Yusuf Sangdes/freepik



Dr. Tobias Kautz

Der Kontakt zu Blutspender:innen und die Laborarbeit reizen den angehenden Facharzt für Transfusionsmedizin an seinem Job am meisten

Fehlt den Spender:innen das Blut aus der Vollblutspende nicht?

Die fehlende Menge an gespendetem Blut kann der Körper – je nach Bestandteil – in einem Zeitraum von einem Tag bis zu drei Monaten ausgleichen. Wir raten Spender:innen im Anschluss an ihren Besuch bei uns dazu, viel zu trinken, sich auszuruhen und einen Snack zu sich zu nehmen. Frauen können im Abstand von drei Monaten, Männer im Abstand von zwei Monaten problemlos Blut spenden gehen.

Was ist das Besondere am Blutspenden im UKE?

Bei uns im UKE werden die Spender:innen eng betreut. Wer zu uns kommt, wird ärztlich untersucht. Wir analysieren das Blut und schauen, ob etwas auffällig ist. Die Spender:innen profitieren also von einem kostenlosen Gesundheits-Check-up. Alle unsere Blutspenden von gesunden Menschen kommen ausschließlich dem UKE zugute – 66 Prozent unseres Bedarfs können wir damit decken, den Rest beziehen wir zusätzlich etwa über das Deutsche Rote Kreuz. ■

Mehr Infos und Antworten auf weitere Fragen findet ihr auf uke.de/life



Mit voller Energie in den Tag: Anne Laubach und Sohn Enno (2) gut gelaunt auf dem Weg in die Kita



Was macht...

Keine Chance für Langeweile

Gestern Frühdienst auf der 1F. Heute Springerdienst. Morgen Spätdienst. Auf welcher Station? „Das erfahre ich noch“, sagt Anne Laubach. Seit vier Jahren arbeitet die Gesundheits- und Krankenpflegerin im Intensivpflegepool des UKE, wechselt ständig ihre Einsatzorte und kann sich „keine sinnvollere, schönere und abwechslungsreichere Arbeit“ vorstellen.



Mensch und Geräte immer im Blick: Die Arbeit auf der Intensivstation ist anspruchsvoll und abwechslungsreich

Zum Intensivpflegepool gehören 47 Pflegefachkräfte. Die „Poolis“ sind auf elf verschiedenen Stationen der Klinik für Intensivmedizin im Einsatz. Sie haben die Fachweiterbildung für Intensivpflege und Anästhesie absolviert oder bringen mindestens sechs Jahre Erfahrung auf zwei Intensivstationen mit.

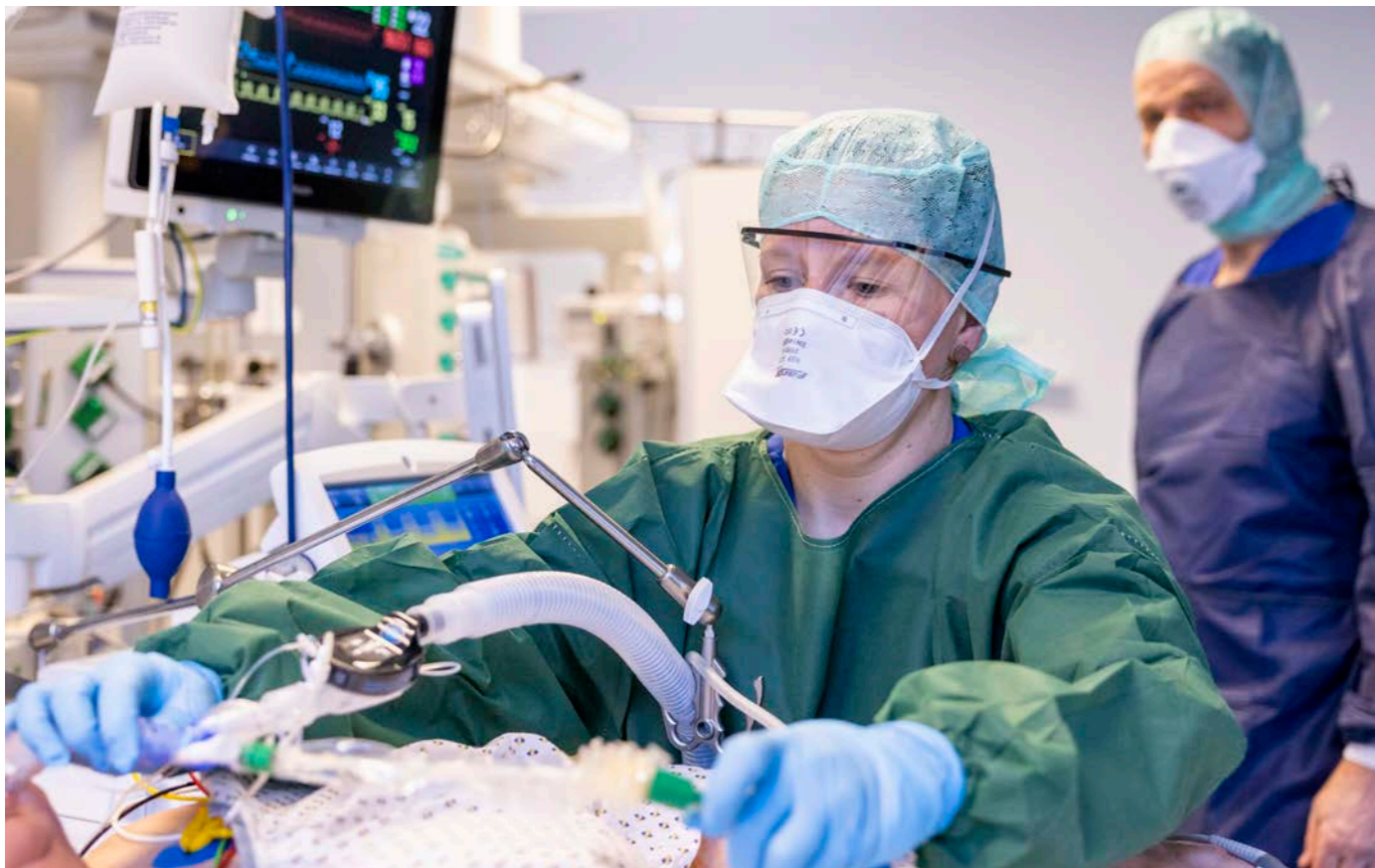
Sie sind versiert in der Handhabung der hochmodernen medizinisch-technischen Geräte, und sie lieben die Abwechslung, denn zum Konzept des Pools gehört der tägliche Stationswechsel. „So bleiben die Teammitglieder in ihrem Wissen“, betont Angelika Lux, Initiatorin und Leiterin des seit 20 Jahren be-

Text
Ingrid Kupczik

Fotos
Axel Kirchof



Die Patient:innenversorgung ist aufwendig und für die fachweitergebildeten Gesundheits- und Krankenpflegekräfte herausfordernd – Anne Laubach und ihre Kolleg:innen gehen alle Aufgaben motiviert und mit Elan an



stehenden Intensivpflegepools, der sich als effektives Ausfallmanagement bewährt hat. „Wir sorgen dafür, dass personelle Engpässe in der Klinik für Intensivmedizin, etwa durch Krankheit oder Urlaub, ausgeglichen werden. Dadurch ist die hohe Qualität in der Intensivpflege stets gewährleistet.“

Ausgeklügelter Einsatzplan fürs Team

Frühdienst auf der 1F, „das fühlt sich wie ein Heimspiel an“, sagt Anne Laubach. Auf dieser Station im Fachbereich Chirurgie mit Schwerpunkt Lebertransplantation hat sie 2015 nach dem Umzug von Saalfeld/Thüringen nach Hamburg angefangen. Zwei Jahre später startet sie die Fachweiterbildung im UKE, tourt 24 Monate durch die Intensivstationen: Neurologie, Chirurgie, Kardiologie und so weiter. Als fachweitergebildete Gesundheits- und Krankenpflegerin für Intensivpflege und Anästhesie kehrt sie auf die 1F zurück, wechselt aber nach einem Jahr in den Pool. „Wer einmal die Nase in andere Fachbereiche gesteckt hat, möchte das neu angeeignete Wissen auch weiterhin anwenden können“, erklärt die 33-Jährige.

Dafür sorgt der ausgeklügelte Einsatzplan, den Angelika Lux täglich für die Poolmitarbeitenden sowie rund 50 Zeitarbeitende und 100 studentische Sitzwachen erstellt. Vormittags wird der Personalbedarf jeder Intensivstation telefonisch erfragt, im Mittagsmeeting mit den Stationsleitungen die personelle Besetzung festgelegt. Pro Schicht wird zudem nach Möglichkeit ein:e Springer:in eingesetzt, die:der über das Springertelefon kurzfristig bei Arbeitsspitzen, Reanimationen oder Verlegungen gerufen werden kann.

Zu Dienstbeginn geht Anne Laubach über alle Stationen, stellt sich kurz vor, vereinbart Termine. „In einer Stunde steht ein Luftröhrenschnitt an. Ich habe parallel noch eine OP-Verlegung. Kannst Du mich unterstützen?“ Na klar, genau dafür gibt es ja den Springer, ebenso für die Hilfe bei der Umlagerung von der Schockraumtrage in ein Intensivbett.

Die „Poolis“ erfahren jeweils am Vortag per Mail, auf welcher Intensivstation sie eingeplant sind. Die Arbeitstage und Dienste stehen jedoch schon zwei bis drei Monate im Voraus fest. Individuelle Bedürfnisse werden bei der Zeitplanung nach Möglichkeit berücksichtigt. So ist es in besonderen Fällen für Anne Laubach möglich, ihren Frühdienst eine Stunde

später zu beginnen. Dies kommt zum Beispiel vor, wenn ihr Ehemann Linus zum Studium in Berlin ist und sie den zweijährigen Sohn Enno vor dem Dienst in die Kita bringt. Dann ist es ihr nicht möglich, Spät- oder Nachtdienste zu machen. Aktuell hat sie ihre Arbeitszeit zudem auf 80 Prozent reduziert. „Für dieses Entgegenkommen des UKE und meiner Teamkolleg:innen bin ich sehr dankbar, dadurch kann ich Beruf und Familie gut vereinbaren.“

Spielplatz statt Station

Vor Dienstbeginn bringt sie Enno in die UKE-Kita, „sieben Minuten mit dem Rad, perfekt“. Auf der 1F ist der Nachtdienst unterdessen schon nach Hause gegangen. Als Anne Laubach zum Frühdienst stößt, wird sie kurz über den Stand der Dinge informiert und verschafft sich bei



der „Antrittskontrolle“ einen Überblick: Medikamente checken, Verbände, Zu- und Abgänge, Beatmungssituation, Pupillenkontrolle, Dokumentation. Dann beginnt die Pflege: Hygiene, Umpositionieren, Medikamentengabe und vieles mehr. „Der Tag geht sehr schnell rum. Für Langeweile ist keine Zeit“, sagt sie. Beim Schichtwechsel wünschen die einen „einen wunderschönen Feierabend!“, die anderen „eine ruhige Schicht!“

Für Anne Laubach geht's gleich weiter, sie holt Enno aus der Kita ab. Das nächste Ziel steht schon fest: Spielplatz. ■

Intensivpflegepool-Leiterin Angelika Lux (l.) und Anne Laubach gemeinsam auf Station



Weitere Infos:
jukebox.uke.de/station/intensivpflegepool

Rote Bete-Falafel im Spinat-Wrap



Fotos: Pauline Köcher, Axel Kirchhof, Illustrationen: Basicmoments/AdobeStock (2); Maria Epine/AdobeStock

Zutaten für 4 Personen

8	Gemüse-Tortillas	30 ml	natives Olivenöl
24	Rote Bete-Falafel	1	Knoblauchzehe
100 g	junger Spinat	60 g	Tahinicreme
80 g	Gurke	20 g	Zitronensaft
120 g	Halloumi	80 ml	Wasser
300 g	Bio-Kichererbsen aus der Dose	5 g	Kreuzkümmel
		1	Bund frischer Koriander
			Meersalz, Pfeffer

Zubereitung

- Halloumikäse schneiden und anbraten. Gurken in Streifen schneiden und Spinat waschen
- Den Hummus aus Kichererbsen, Abtropfwasser, Tahinicreme, Zitronensaft, Knoblauch, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer sehr fein pürieren
- Die Tortillas in einer Pfanne oder im Toaster leicht anwärmen, ebenso die Rote Bete-Falafel
- Den Hummus dünn auftragen. Spinat, Halloumikäse, Falafel und Gurke in der Mitte der Tortillas, quer zur Blickrichtung, platzieren. Die Seiten links und rechts leicht nach innen klappen, die untere Seite nach oben über die Füllung klappen und von sich wegrollen. Mit frischem Koriander anrichten – fertig!



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

FERTIG IN ETWA 45 MINUTEN

Pro Person:
433 Kcal,
20 g Kohlenhydrate,
29 g Fett,
18 g Eiweiß

ICED INGWER BEEREN BOOSTER Getränkeempfehlung für 4 Personen

100 g	frischer Ingwer, geschält und in Stücken	300 g	Apfelsaft
125 g	frische Himbeeren	100 g	Kirschsafte
		1 EL	Acai-Pulver (optional)

Zubereitung

- Alle Zutaten in einen Mixer geben und gut mixen
- Zwei Eiswürfel in ein Glas geben und das Getränk einfüllen
- Mit einem Blatt Minze und einer Scheibe Sternfrucht garnieren



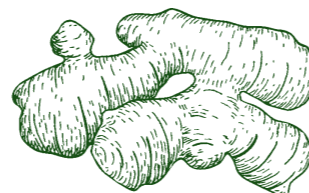
SPINAT

Lecker und mega-gesund: enthält Mineralstoffe, B-Vitamine, Beta-Carotin und ganz viel Vitamin C. Blutdrucksenkend.



ROTE BETE

Schon in der Antike wurde die Rote Bete gegen Blutarmut eingesetzt. Zu Recht, denn diese Rübe enthält viel Eisen und Folsäure.



INGWER

Wundermittel gegen Erkältungen. Die Schärfe regt auch die Durchblutung an. Matrosen schwören auf Ingwer bei Seekrankheit.

➔ Weitere Rezepte von UKE-Küchenschef Gilbert Köcher finden Sie unter uke.de/rezepte



DAS HERZ IM BLICK

Zwei Mitarbeitende aus dem Universitären Herz- und Gefäßzentrum erzählen aus ihrem Berufsleben.

**„IM HERZKATHETERLABOR
ZIEHEN WIR AN EINEM STRANG.“**

Marielin Neuhäuser, Medizinische Fachangestellte (MFA)

„**M**ein Weg im UKE war nicht immer gradlinig. Ich habe mit 18 Jahren im UKE eine Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin begonnen. Doch dann habe ich gemerkt, dass ich lieber im Funktionsbereich arbeiten möchte. Zum Glück konnte ich intern wechseln und eine Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten machen. Ich habe viele Bereiche gesehen und coole Teams kennengelernt. Für mich stand schnell fest, dass ich nach der Ausbildung in die Herz- und Gefäßambulanz oder in die Onkologie möchte. Ich wollte unbedingt etwas mit ein bisschen Action machen und auch Verantwortung tragen. Ich konnte dann tatsächlich in der Herz- und Gefäßambulanz anfangen.

Aber ich wollte noch mehr – ich wollte ins Herzkatheterlabor.

Doch das war gar nicht so einfach, denn außer mir arbeiten dort keine MFAs. Es mussten rechtliche Fragen geklärt werden: Was darf ich dort machen? Wie werde ich eingruppiert? Jetzt bin ich seit fast einem Jahr im Herzkatheterlabor und total happy. Ich darf eigenständig arbeiten, aber auch im Team mit den Ärzt:innen. Am Tisch bin ich eine sogenannte sterile Assistenz, arbeite auch als Springerin und nach Schichtende im Rufdienst. Hier ziehen alle an einem Strang, und wir können uns aufeinander verlassen. Das Schönste ist, dass wir am Ende des Tages wissen, was wir geschafft haben. Denn zu uns kommen oft Fälle, bei denen andere nicht mehr weiter wissen. Es ist ein schönes Gefühl zu wissen, dass wir jemandem geholfen haben.“ ■

Texte: Bert Waschatz, Fotos: Axel Kirchhof

**„MEIN JOB IST
SUPER ABWECHSLUNGSREICH.“**

Niklas Barnowski, Operationstechnischer Assistent (OTA)

„**I**ch arbeite gern als Operationstechnischer Assistent, kurz OTA. Für mich war von Anfang an klar, dass die Ausbildung für mich eine gute Möglichkeit darstellt, auf den Behandlungsprozess der Patient:innen direkt Einfluss zu nehmen. So agiere ich einerseits als Springer, stelle sämtliche Materialien für die jeweilige Prozedur zur Verfügung und dokumentiere dieses auch. Andererseits arbeite ich direkt am sterilen Tisch mit den Chirurg:innen und reiche Instrumente, Materialien sowie Gerätschaften an.

Meine Ausbildung habe ich in einem kleinen Krankenhaus in der Nähe von Dresden absolviert – hier habe ich viele Eingriffe sämtlicher Fachdisziplinen begleitet. Für mich war jedoch schnell klar, dass ich in einem speziellen Fachgebiet Fuß fassen und in die Tiefe gehen wollte. Deshalb hatte ich mich im UHJ

beworben. Hier habe ich einen komplexen, abwechslungsreichen sowie herausfordernden Arbeitsplatz gefunden. Unser Team ist jung, dynamisch und motiviert. Darüber hinaus kann ich mich auf meinen Dienstplan verlassen – das ist nicht selbstverständlich heute.

Ich war aus persönlichen Gründen zwischendurch für ein Jahr wieder in der alten Heimat und habe sofort gemerkt, dass es große Unterschiede zu einer Universitätsklinik gibt. Ich hatte das Angebot meiner Vorgesetzten, hier sofort wieder anfangen zu können. Zwei Telefonate später war es dann soweit. Ich bin wieder im UKE und im Herzzentrum – und diesmal bleibe ich!“ ■



Infos unter
[uke.de/karriere](https://www.uker.de/karriere)

Sudoku



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

Illus: arturaley/AdobeStock; streptococcus/AdobeStock

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

Schweregrad: mittel

Kreuzworträtsel

Zeugnisnote	Hoheitszeichen	ein US-Geheimdienst	Teil des Kopfes	Düsenflugzeug	dürrig, knapp	Pizzagewürz	franz. Schriftsteller † 1857	das Atom betreffend	Vorgebirge
Devisenwert			nicht süß					Geländevertiefung	Geliebte Petrarca's
arabisches Fürstentum			1						
				4	Hinweise	Geliebte des Zeus		5	
			stacheliges Meerestier	Krankentransportmittel			8	deutsche Anrede	nicht diese, sondern ...
Stadt am Nil	kanarische Insel	überglücklich				falsch		natürlicher Kopfschmuck	
Überreicher				dt. Journalist (Stefan)	innere Angelegenheiten		9		
	7	Stellvertreter (Kw.)	schweiz. Getränk vor dem Essen					Strom zum Ob	englischer Männername
kurz für: von dem	kleinster Krankheitserreger				3	Abk.: europäische Norm	Kampf unter Völkern		10
		2	Abk.: Sekunde	Hast				Papagei Mittel- und Südamerikas	
fettig	Druckwerk, Massenmedium						Kanalwähler am Radio		
Männername			6	1	2	3	4	5	6
									7
									8
									9
									10



DAS GEFÜHL,

einfach besser zu gehen.

Maßgefertigte orthopädische Einlagen.

Was **careactiv**-Einlagen so einzigartig macht? Sie können Fuß-, Knie-, Hüft-, Rücken- und Nackenschmerzen nicht nur verhindern, sondern auch langfristig vorbeugen. Entdecke deine **careactiv**-Einlagen. Die neue Einlageninnovation – einfach besser gehen!

Denn Care heißt bei uns helfen.



SEIT ÜBER
60 JAHREN
VERSORGER DES UKE



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

Impressum

Herausgeber: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Martinistraße 52, 20246 Hamburg **Verantwortlich:** Friederike Schulz, Leitung Geschäftsbereich Unternehmenskommunikation
Redaktion: Leitung: Uwe Groenewold | Autorinnen: Silvia Dahlkamp, Ingrid Kupczik, Kathrin Thomsen, Berit Waschatz, Sandra Wilsdorf
Tel.: 040 7410-56061, E-Mail: redaktion@uke.de
Fotos: Eva Hecht, Axel Kirchhof
Konzeption und Gestaltung: Sandra Kaiser, Sina Hofmann
Lektorat: Monica Estévez
Druck: Lehmann Offsetdruck, Gutenbergring 39, 22848 Norderstedt
Auflage: 8 000 Exemplare.
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.
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.



Die Lösungen zu unseren Rätseln finden Sie auf uke.de/raetsel





Organspende für Kinder

instagram.com/uke_hamburg



Ein Rennen gegen die Zeit ist es häufig, wenn Kinder oder Jugendliche aufgrund einer schweren oder lebensbedrohlichen Erkrankung auf eine Organtransplantation angewiesen sind. Denn bei der Fremdspende beträgt die **Wartezeit für eine Spenderniere aktuell zwei bis vier Jahre**, eine lange Zeit. Bei der Lebendspende geht es meist schneller, dann wird das Organ nahen Angehörigen, meist einem Elternteil, entnommen und dem Kind eingepflanzt. Am Universitären Transplantations Centrum (UTC) im UKE werden **jährlich 10 bis 15 Nierentransplantationen** bei Kindern und Jugendlichen vorgenommen. ■

Forschung im UKE

twitter.com/ukehamburg



„wissen + forschen“ heißt das Forschungsmagazin aus dem UKE, das jährlich erscheint und in leicht verständlicher Sprache die **Forschung im UKE** sichtbar macht. In der neuen Ausgabe dreht sich alles um die Medizin der Zukunft; also um das, was heute in den Laboren erforscht wird und bestenfalls schon morgen den Patient:innen zugute kommt. Berichtet wird über **Organe im Miniaturformat**, die viele Tierversuche unnötig machen können. Und über die gezielte Züchtung von menschlichem Gewebe im Labor – eine faszinierende Technik! **Bestellen Sie sich ein Exemplar**, Mail genügt: redaktion@uke.de. ■

„Ich spende Blut, weil...“



Katharina Lammers (27) hat seit 2020 an der Uni Blut gespendet. Jetzt spendet sie zusätzlich Thrombozyten im UKE – beeindruckend!

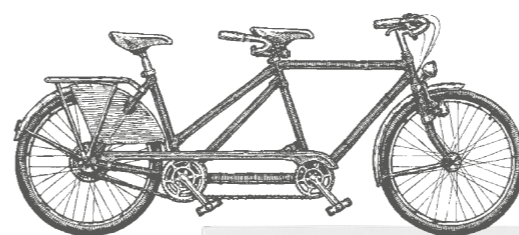
...meine Eltern, meine Freunde und ich in unserer Heimat schon immer Blut gespendet haben.“

Danke, Katharina Lammers!

ZAHL DER AUSGABE

60 000

Kinder kommen allein in Deutschland jedes Jahr zu früh auf die Welt. Bestmögliche Versorgung gewährleistet ein spezialisiertes Perinatalzentrum.



Im Tandem

Junge Forschende aus dem UKE und dem UKSH in Kiel und Lübeck haben sich als Tandems um Fördergelder beworben. Jetzt forschen vier Teams mit je einem:r Tandempartner:in aus Hamburg und Schleswig-Holstein an bestimmten **Diagnoseverfahren bei Krebs** oder an Weiterentwicklungen von Immun- oder Chemotherapien. Jedes Tandemteam wird für ein Jahr **mit 50 000 Euro** gefördert.

Fotos: Andrea Hiller; Asyab; Illustration: Afanasia/AdobeStock, Oleksandr Babich/AdobeStock

Ausgefragt – die UKE-Videos

Ausgefragt heißt das Video-Format des UKE, in dem Expert:innen im Interview Informationen zu Diagnose, Therapie und Erforschung von Erkrankungen vermitteln. In der Videothek des UKE finden Sie zahlreiche Filme zu verschiedenen Themen der Medizin, etwa zur personalisierten Krebsbehandlung, zu Rückenschmerzen, Herzinfarkt oder zu Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse.



HIV geht alle an. Davon ist UKE-Infektiologe Dr. Olaf Degen überzeugt. Im Video-Interview erläutert er, warum das so ist

Ein weiteres wichtiges Thema stellt Dr. Olaf Degen vor. Er leitet die Infektiologie im Ambulanzzentrum des UKE, sein Spezialgebiet sind HIV-Infektionen. **In Deutschland leben nach Schätzungen des Robert Koch-Instituts über 90 000 Menschen mit einer HIV-Infektion.** Viele von ihnen leiden unter dem damit verbundenen Stigma. Dabei können Menschen mit HIV niemanden anstecken, wenn sie gut behandelt sind. Dr. Degen plädiert für einen offenen und vorurteilsfreien Umgang mit ihnen. ■

Hier geht's zu den Videos aus dem UKE uke.de/videos



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)
Martinistraße 52
20246 Hamburg
Tel.: 040 7410-0
uke.de

Spenden für das UKE
UKE gGmbH
DE54 2005 0550 1234 3636 36
Hamburger Sparkasse
uke.de/spenden

Karriere im UKE
Kontakt und weitere Infos:
uke.de/karriere

Ehrenamt im UKE
Hauptgebäude O10
Erdgeschoss
Tel.: 040 7410-58779
uke.de/ehrenamt



UKE

HAMBURG

Gemeinsam besser. Fürs Leben.

WILLKOMMEN IM STÄRKSTEN INTENSIV- PFLEGE-POOL DEUTSCHLANDS.

Profitiert von 20 Jahren Erfahrung und einer einzigartigen Vielfalt in der UKE-Intensivpflege.

JETZT BEWERBEN und durchstarten.

uke.de/neue-jobs/intensiv-pool

