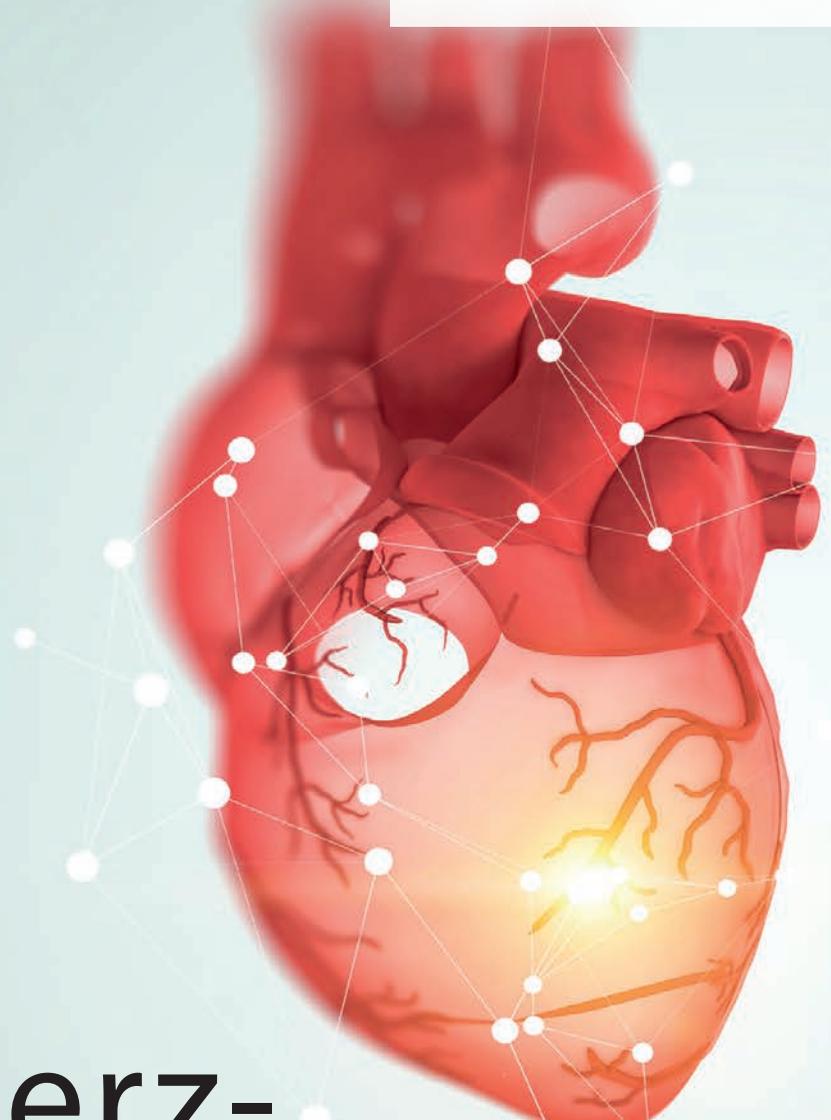




# MARIEN / KONKRET



## Herz- schwäche / 8

**26 INNOVATION**

*Schlüsselloch-  
operationen um die  
Ecke gedacht*

**32 PERSPEKTIVE**

*Weichen für  
die Zukunft  
gestellt*

**18 ENTWICKLUNG**

*Lückenschluss  
bei Gelenk-  
erkrankungen*



32



8



26

- / **KONKRET**
- 4 Grippewelle
- / **MAILBOX**
- 6 Kurznachrichten
- / **SCHWERPUNKT**
- 8 Herzschwäche – der häufige Tod
- 11 Interview
- 13 Herzschäden durch Corona
- 14 Pulsgenerator implantiert
- / **ENTWICKLUNG**
- 18 Lückenschluss bei Gelenkerkrankungen
- / **INNOVATION**
- 26 Schlüssellochoperationen um die Ecke gedacht
- / **GESCHICHTE**
- 20 Stunde null
- / **ENGAGEMENT**
- 28 Schutzkleidung für St. Marien-Krankenhaus
- / **PERSPEKTIVE**
- 32 Weichen für die Zukunft gestellt
- / **NEU: TALENTS**
- 24 Bassist Thomas Klur von Marien Ambulant
- / **GESUNDHEIT**
- 15 Corona – Mehr junge Menschen betroffen
- 34 Gesundheitstipps
- 42 Unsere Top 5 für den Herbst
- / **REPORT**
- 40 Virtueller Firmenlauf 2020
- / **PANORAMA**
- 16 Siegener Women's Run
- 30 Demenz vorbeugen
- 36 Corona-Test TUS Ferndorf
- 38 Rätsel
- 43 Herbst-Impressionen



Großes Preisrätsel  
auf Seite 38  
Gewinnen Sie einen  
Überraschungspreis

**Impressum**

**Herausgeber:** Marien Gesellschaft Siegen gGmbH, Kampenstraße 51, 57072 Siegen, Siegen - HRB 3188, USt.-IdNr.: DE176257881  
**Hauptgeschäftsführer:** Hans-Jürgen Winkelmann  
**Verwaltungsdirektor/Prokurist:** Hubert Berschauer  
**Vorsitzender des Verwaltungsrats:** Bruno Sting  
**Kommunikation & Marketing:** Dr. Christian Stoffers (V.i.S.d.P.)  
**Druck:** Druckerei Vorländer, Siegen  
**Satz & Layout:** Alexandra Netzer  
**Redaktionsbeirat:** Martina Auffenberg  
**Bildnachweis:** Fotolia, Adobe Stock, Kai Osthoff, Morgenthal Fotografie, Sylwia Sobczyk, Martina Auffenberg, Titelbild: © Sergey Nivens | Adobe Stock

Leserbriefe, Bildbeiträge und Anmerkungen an die Redaktion „**MARIEN KONKRET**“ adressieren. Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung und Kürzungen eingereicher Unterlagen vor. Beiträge für die **MARIEN KONKRET** Nr. 100 können bis zum 15. November 2020 eingereicht werden.

**MARIEN KONKRET** Nr. 99, September-November 2020, ISSN 1863-9356

*Sehr verehrte Damen und Herren,  
liebe Leserinnen und Leser.*



gerade ein halbes Jahr ist es her, dass die Auswirkungen der Corona-Virus-Pandemie unser gesamtes Leben auf den Kopf gestellt haben. Vieles von dem, was uns heute selbstverständlich geworden ist, war zu dieser Zeit noch neu und außergewöhnlich. Auch wir als Marien Gesellschaft mussten in sehr kurzer Zeit sehr vieles verändern. Als sogenannter systemrelevanter Betrieb war für uns nicht die Frage im Vordergrund, wie wir ad hoc für 2.000 Mitarbeiter Home-Office-Arbeitsplätze organisieren, sondern es gilt die Herausforderung zu lösen, wie wir in der Voll-Präsenz vor Ort die noch wenig bekannten Gefahren der Pandemie für alle uns anvertrauten Menschen so gering wie möglich halten.

Eine großartige Gemeinschaftsleistung unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an den unterschiedlichsten Wirkungsstätten unseres Unternehmens hat dies in der Rückschau nicht nur möglich gemacht, sondern mit Bravour gemeistert. Wir alle haben Erfahrungen gesammelt, Routine im Umgang mit den Gefahren erworben und wir alle sind voller Hoffnung und Zuversicht, dass die kommende Herbst-/Winterzeit keine Rückschläge, sondern weitere Fortschritte bei der Bekämpfung des Virus bringt.

Ebenso voller Kraft und Zuversicht haben wir in den letzten Wochen und Monaten viele Weichen für die Zukunft unserer Marien Gesellschaft gestellt. In den beiden folgenden Jahren wird dabei, neben zahlreichen Sanierungsarbeiten in unseren Pflegeeinrichtungen, das Krankenhaus im Mittelpunkt stehen. Zunächst haben wir dabei die Aufgabe, die OP-, Intensiv- und Notfallstrukturen unseres Krankenhauses neu und besser zu gestalten, um gegen die erwartbaren Wiederholungen vergleichbarer Infektionsereignisse in Zukunft noch besser gewappnet zu sein. Aber auch, um das medizinische Leistungsportfolio im „Marien“ auf gewohnt hohem Niveau nicht nur halten, sondern ausbauen zu können.

Wir starten mit dem länger vorbereiteten Bau eines Hybrid-OPs in unserem Zentral-OP, gehen nahtlos in die Kernsanierung des gesamten Intensivbereichs über und stellen parallel den Umbau der Zentralen Notaufnahme fertig. Flankiert werden diese baulichen Maßnahmen mit einer großen Digitalisierungsoffensive, beginnend mit dem Patientendatenmanagement-system (PDMS) in der Intensivmedizin und endend mit der Einführung der digitalen Patientenakte in allen Bereichen des Krankenhauses. Ein fortschrittliches Datenmanagement wird heute nicht nur von unseren Patienten und Einweisern erwartet, sondern verschafft uns als integriertem Gesundheitsunternehmen auch viele Chancen einer komfortablen und effizienten Versorgung in allen Versorgungsstufen über alle unsere Sparten hinweg.

Sie sehen, wir haben eine für uns alle schwierige Zeit genutzt, um die Zukunft anzugehen und die Marien Gesellschaft im Sinne unseres Leitmotivs „Mehr für Menschen“ konsequent weiter zu entwickeln.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre der „Marien Konkret“ und eine gute und gesunde Zeit für Sie und Ihre Familien.

Es grüßt Sie herzlich

Hans-Jürgen Winkelmann  
Hauptgeschäftsführer

/ Nicht nur die kalte Jahreszeit steht kurz bevor. Auch die nächste **Grippewelle** wird sicher nicht mehr lange auf sich warten lassen. Eine Influenza-Erkrankung kann vor allem im Zusammenspiel mit einer Covid-19-Infektion gefährlich werden. Aber was passiert eigentlich, wenn Grippe- und Corona-Viren aufeinandertreffen? „Man weiß nicht, was passiert, wenn Corona und eine Grippe zusammenkommen“, erklärt Dr. Andreas Farnschläder, Leitender Hygienebeauftragter Arzt im St. Marien-Krankenhaus Siegen. Neben der individuellen Gefahr verweist der Mediziner zudem auf Probleme im Gesundheitswesen: „Grippe-Patienten blockieren unsere Betten. Dabei ist so eine Erkrankung oftmals durch eine einfache Impfung vermeidbar.“





# Grüpp



© Jeel bubble | Adobe Stock

## Fehlalarme verunsichern

✓/Auch das gehört zur Coronavirus-Pandemie: Fehlalarme durch schwach-positive Tests. Bei allen Testungen in den Seniorenzentren konnte nach einem schwach-positiven Test kurz darauf Entwarnung gegeben werden. „Die Verunsicherung war immer recht groß und wir waren daher jedes Mal sehr erleichtert, dass wir hier eine Entwarnung geben konnten“, so Diana Ruhmüller, Leiterin Altenhilfe. „Die Fehleranfälligkeit von Tests ist relativ hoch und für uns ist es besonders wichtig, gewissenhaft einer möglichen Infektionskette nachzugehen.“ Aus Gründen der Prävention wurden jedes Mal auch die Mitarbeitenden der Einrichtung einer Testung unterzogen.

Insgesamt sei Marien Pflege sehr dankbar für die sehr gute Zusammenarbeit mit den Gesundheitsämtern und den exzellenten Austausch mit dem Hygiene-Team um Dr. Andreas Farnschläder, betont Ruhmüller abschließend.

# Zwei Auszeichnungen für Orthopäden



✓/Das Nachrichtenmagazin Focus ermittelt jedes Jahr Deutschlands „Top-Mediziner“ in einer angesehenen Ärzteliste. Auch 2020 zählt Dr. Alois Franz mit gleich zwei Auszeichnungen zu den führenden Spezialisten des Landes. Der Chefarzt der Orthopäde im St. Marien-Krankenhaus Siegen erreicht seit über zehn Jahren Spitzenplätze in der nationalen Bestenliste in den Fachbereichen „Hüftchirurgie“ und „Knieendoprothetik“. Auch seine Klinik mit über 30 Ärzten schafft es bei den Auswertungen des Nachrichtenmagazins regelmäßig auf eine nationale Top-Platzierung.

## FSJ

✓/Wer sich nach Abschluss der Schulzeit unsicher ist, welchen Berufsweg er einschlagen soll, der hat bei Marien Aktiv, eine Sparte der Marien Gesellschaft Siegen, die Chance, ein Freiwilliges Soziales Jahr zu absolvieren. Der breite Aufgabenbereich der „FSJler“ bietet einen tiefen Einblick in die Arbeit der ambulanten Rehabilitation am St. Marien-Krankenhaus, so dass guten Gewissens eine Entscheidung für diesen oder andere Berufe der Marien Gesellschaft Siegen getroffen werden kann.



© Photographica.eu | Adobe Stock

# Transformator-tausch erfolgreich

✓/ Eine unterbrechungsfreie Stromversorgung ist von größter Bedeutung für den Betrieb eines Krankenhauses. Zentrales Element hierfür ist ein Transformator, der das St. Marien-Krankenhaus mit stabiler Mittelspannung versorgt. Dieser Transformator hatte nun ein Alter erreicht, ab dem mit Störungen zu rechnen war. Zur Sicherheit wurde der Transformator ausgetauscht. Dies geschah Anfang August im laufenden Betrieb. Bereits am Abend konnte der „Normalbetrieb“ wieder hergestellt werden.



# Infoabende gestartet

✓/ Ende August begannen wieder die Informationsabende für werdende Mamas. Die Veranstaltung war die erste nach der Corona-Sperre. Das Hygienekonzept der Geburtshilfe von Chefarzt Dr. Badrig Melekian sah vor, dass die werdenden Mamas im großzügigen Foyer des ambulanten Zentrums in der Sandstraße erwartet wurden. Da die Geburtshilfe auf Sicherheit achtet, gab es zwei Gruppen. Angehende Papas konnten während der Zeit schon einmal austesten, wie anregend der kurze Spaziergang zum Standesamt ist, wo sie ihre Kids dann später anmelden können - einmal hoch zum Krönchen und zurück.



# Radeln ohne Alter

✓/ Mit den Rikscha-Fahrten der Netphener Initiative soll es den Senioren von Haus St. Anna ermöglicht werden, zu lieb gewonnenen und alt bekannten Zielen in ihrer näheren Umgebung ‚kutschert‘ zu werden.

Der erste Ausflug ging rund um die Obernau Talsperre. „Seit ein paar Wochen sind einige geschulte Piloten ehrenamtlich mit den Bewohnern aus unseren beiden Netphener Häusern unterwegs“, berichtet Diana Ruhmüller, Leiterin Altenhilfe bei Marien Pflege.



# Spende

✓/ Im Juni erhielt das Team des Brustzentrums der Marien Kliniken eine großzügige Spende vom „BABÖR Kosmetikinstitut forever beautiful – by Patricia Setzer“ aus Siegen, die von Dr. Kristin Baumann, Sektionsleiterin Senologie, entgegengenommen wurde.



# Musikalischer Nachmittag

✓/ Die „Original Giebelwälder“ überraschten nun Haus Mutter Teresa mit Volksmusik aus dem Siegerland. „Unser Bewohner haben die Musik bei schönstem sonnigen Wetter und nach einem leckeren Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee genossen“, so Heimleiterin Ingrid Appelkamp. Und auch viele Besucher standen an ihren Balkonen oder saßen im Garten und lauschten den Klängen der Musik.

# Herzschwäche

## – der häufige Tod

Scheinbar unermüdlich pumpt das Herz fast 180 Millionen Liter Blut im Laufe eines 75 Jahre dauernden Menschenlebens durch den Körper. Doch was ist, wenn der Herzmuskel schlappmacht? Herzinsuffizienz, so erklärt es die Weltgesundheitsorganisation, ist die „Unfähigkeit des Herzens, den Körper mit ausreichend Blut und damit mit genügend Sauerstoff zu versorgen, um den Stoffwechsel unter Ruhe- wie unter Belastungsbedingungen zu gewährleisten“.

Herzinsuffizienz zählt zu den häufigsten Todesursachen in Deutschland. Jedes Jahr erkranken etwa 320 von 100.000 Deutschen an Herzschwäche. Die meisten im Alter von 70 bis 80 Jahren. Vor allem Männerherzen schwächeln oft. Männer erkranken anderthalbmal so oft wie Frauen. Etwa 45.000 Deutsche sterben an Herzinsuffizienz. Früher waren es allerdings noch mehr: Die moderne Medizin hat die Lebenserwartung und -qualität der Patienten bereits deutlich verbessert.

### Gefäßverkalkung und Bluthochdruck

Herzinsuffizienz entsteht meist, weil die Herzkranzgefäße verkalken. Dabei verengen sich die Gefäße, die den Herzmuskel versorgen, durch Ablagerungen. Die Folge: Der Herzmuskel wird unzureichend versorgt und seine Leistungsfähigkeit nimmt ab. Ähnlich kritisch ist Bluthochdruck. Hier muss das Herz stärker pumpen. Doch dies schafft es nicht permanent und nach einiger Zeit sinkt die Pumpleistung. Auch andere Herzerkrankungen wie Herzrhythmusstörungen oder -entzündungen ebnen den Weg für eine Herzschwäche. Ebenso ist eine Lungenerkrankung wie COPD kritisch. Und die Folgen einer Coronavirus-Erkrankung sind noch nicht ausgemacht. Zudem können genetische Faktoren sowie Stoffwechselerkrankungen wie Diabe-

tes oder eine Schilddrüsenunterfunktion eine Rolle spielen.

Ärzte differenzieren verschiedene Formen der Herzschwäche. Bei der Linksherzinsuffizienz ist die Pumpkraft der linken Herzhälfte nur noch schwach. Und gerade von hieraus fließt das sauerstoffreiche Blut aus der Lunge und wird dann in den Körper gepumpt. Bei einer Linksherzinsuffizienz staut sich das Blut in der Lunge. Patienten plagt dann oft ein starker Husten und Atemnot. Meist tritt die Atemnot zunächst nur bei Belastung auf und erst später auch in Ruhe – und zwar vor allem nachts. Bei fortgeschrittener Schwächung tritt Flüssigkeit in die Lungenbläschen über. Dies führt zu vermehrtem Hustenreiz und verkrampften Bronchien. Wenn viel Flüssigkeit austritt, können auch mitunter lebensgefährliche Lungenödeme entstehen.

Bei der Rechtsherzinsuffizienz hingegen ist vor allem die rechte Seite des Herzens in Mitleidenschaft gezogen. Dies ist die Seite in die das sauerstoffarme Blut aus dem Körper gelangt, bevor es in die Lunge gepumpt wird. Diese Schwäche tritt selten zuerst auf, meist entwickelt sie sich als Folge einer chronischen Linksherzinsuffizienz. Wenn die rechte Herzhälfte schwächelt, staut sich das Blut in die Körpervenen zurück. Dies führt zu Wasseransammlungen im Körper. Besonders oft treten diese in den Beinen auf und dort an den Knöcheln. Sie können aber auch am Bauch auftreten. Im fortgeschrittenen Stadium lagert sich das Wasser außerdem in den Organen ein. Dies kann die Organfunktion beeinträchtigen. Zudem kann sich Flüssigkeit in der Bauchhöhle ansammeln.

Ist sowohl die linke als auch die rechte Herzseite geschwächt, spricht man von einer globalen Herzinsuffizienz. Je nachdem wie schnell sich die Symptome bei den verschiedenen Formen der Herz-





# 90 g

Trinkt ein Mensch über Jahre hinweg zu viel Alkohol (mehr als 90 g pro Tag, beispielsweise zwei Liter Bier), droht ihm ebenfalls eine Pumpschwäche. Auch Drogenmissbrauch, Medikamente wie Chemotherapeutika, Herzklappenkrankheiten, Rhythmusstörungen, angeborene Herzfehler, Krankheiten des Herzbetels, rheumatische Leiden und Krebs können in die Herzinsuffizienz führen – die Liste der möglichen Übel ist lang.



schwäche bemerkbar machen, wird zwischen akuter und chronischer Herzinsuffizienz unterschieden: Treten sie innerhalb von Stunden bis Tagen auf, ist sie akut. Entwickeln sich die Symptome dagegen im Verlauf mehrere Monate, spricht man von chronisch.

### Dauerhafte Schädigung

Die Folgen der eingeschränkten Pumpfähigkeit sind massiv: Anfänglich fühlen sich die Patienten kaum beeinträchtigt, sind vielleicht etwas müde und weniger belastbar im Alltag. Dann verspüren sie erste Einschränkungen, etwa Atemnot beim Treppensteigen oder eine Brustenge bei der Gartenarbeit. Die chronische koronare Herzkrankheit sowie Bluthochdruck setzen dem Organ über die Jahre zu: Es muss gegen den dauerhaft erhöhten Druck in den Blutgefäßen mit mehr Kraftaufwand arbeiten. Dadurch vergrößert sich die linke Herzhälfte krankhaft, eine sogenannte Linksherzhypertrophie entsteht. Hat das Herz jedoch die kritische



### Generelle Symptome

Neben den spezifischen Beschwerden bei Links- bzw. Rechtsherzinsuffizienz sind Wassereinlagerungen im gesamten Körper bei den verschiedenen Formen der Herzschwäche typisch. Diese bauen sich insbesondere nachts wieder ab. Mit der Folge, dass die Betroffenen sehr häufig auf die Toilette müssen. Darüber hinaus zeigt sich meist auch eine gestörte Atmung, ebenso wie eine verminderte Leistungsfähigkeit, Müdigkeit und Appetitlosigkeit.

Masse von etwa 500 Gramm erreicht, wird es schlechter von den Koronararterien durchblutet. Diese sind dann schlichtweg zu kurz, um den ganzen Muskel zu erreichen. Dieser hat nun zu wenig Energie zum Schlagen. Zusammengenommen sind chronische Herzkrankheit, Herzinfarkt und Bluthochdruck für zwei Drittel der Fälle von Herzinsuffizienz verantwortlich.

Bis vor wenigen Jahren war die Prognose bei Herzinsuffizienz schlecht: Nur ein Viertel der Männer und knapp 40 Prozent der Frauen überlebten die Diagnosestellung um fünf Jahre. Glücklicherweise gibt es mittlerweile mit ACE-Hemmern und Betablockern Medikamente, welche ein längeres Überleben ermöglichen. Seit 2020 wird im St. Marien-Krankenhaus Siegen auch ein Schrittmacher implantiert, der ursprünglich für das Senken des Bluthochdrucks eingesetzt wurde. Und auch der Patient kann etwas tun: Gesunde Ernährung, Herzsport sowie regelmäßige Arztbesuche erhöhen die Lebenserwartung deutlich. /

Bild: © fizkes | Adobe Stock

## / Gesunde Ernährung und Bewegung

Neben der medikamentösen Therapie ist auch der persönliche Lebensstil bei Herzinsuffizienz ausschlaggebend. Achten Sie auf eine Kost mit ausreichend Obst und Gemüse. Verzichten Sie möglichst auf tierische Fette und essen Sie salzarm. Besprechen Sie Ihre Trinkmenge mit Ihrem Arzt. Und trinken Sie nicht über drei Liter täglich. Zudem sollten Sie sich viel bewegen und auf Ihr Gewicht achten. Verzichten Sie auf Zigaretten und wenn möglich auch auf Alkohol.



© fizkes | Adobe Stock

# Interview

Die Kardiologie im Herz- und Gefäßzentrum Südwestfalen ist die größte im Dreiländereck von Nordrhein-Westfalen, Hessen und Rheinland-Pfalz. Prof. Dr. med. Michael Buerke ist Chefarzt der Kardiologie. In der Marien Konkret stellt er sich den Fragen der Redaktion und gibt Auskunft darüber, was Patienten mit Herz-erkrankungen über das Coronavirus (COVID-19) wissen sollten.

**Herr Prof. Buerke, bekomme ich eher COVID-19, wenn ich eine Herzerkrankung habe?**

Eine Herzerkrankung bedeutet nicht unbedingt, dass Sie mit höherer Wahrscheinlichkeit an COVID-19 erkranken. Da es sich um ein neuartiges Coronavirus handelt, untersuchen wir derzeit noch, was einige Patienten anfälliger für Infektionen macht. Bei Patienten mit bereits bestehenden Gesundheitszuständen wie Fettleibigkeit, Lungenerkrankungen, Bluthochdruck (Hypertonie) und Herzinsuffizienz besteht jedoch ein höheres Risiko für eine schwerere Infektion, wenn sie COVID-19 erhalten. Diese Erkrankungen verringern die natürlichen Reserven, die der Körper zur Bekämpfung dieser Infektion benötigt.

**Gibt es bestimmte Herzerkrankungen, bei denen das Risiko für COVID-19 höher ist?**

Wir machen uns am meisten Sorgen um Herztransplantationspatienten und diejenigen, die immunsupprimiert sind, was bedeutet, dass ihr Immunsystem nicht so funktioniert, wie es sollte. COVID-19 kann bei Lungentzündung überwältigende Entzündungsreaktionen auslösen, die durch Atemnot und Husten aufgrund von Entzündungen der Atemwege und Luftsäcke in der Lunge gekennzeichnet sind. Patienten mit Herzinsuffizienz können besonders herausgefordert sein. Wie bei der bakteriellen Sepsis kann COVID-19 auch das Herzkardial belasten und verletzen. Zu diesem Zeitpunkt scheint COVID-19 keine direkte Infektion des Herzmuskelgewebes (Myokarditis) zu verursachen, es wurde jedoch über eine Funktionsstörung des Herzens als Reaktion auf eine Entzündung berichtet.

**Wie wirkt sich COVID-19 auf Menschen mit Herzerkrankungen aus?**

COVID-19 gelangt über einen Rezeptor namens Angiotensin-Converting-Enzym 2 (ACE2) in den Körper, das in der Lunge und im Nasopharynx, dem oberen Teil des Rachens hinter der Nase, vorhanden ist. Wie viele gehört haben, kann dieser Rezeptor bei Patienten, die ACE-Hemmer (ACEi) oder Angiotensin-Rezeptor-Blocker (ARBs) zur Behandlung von Bluthochdruck einnehmen, hochreguliert oder empfindlicher werden. Das American College of Cardiology und die aktuellen Richtlinien sind nicht zu dem Schluss gekommen, dass Patienten die Einnahme dieser Medikamente abbrechen sollten, weil sie befürchten, das Infektionsrisiko oder die Schwere der Infektion zu erhöhen. Es gibt neue Daten aus China, die darauf hindeuten, dass Patienten mit ACEi und ARB im Vergleich zu Patienten, die diese Medikamente bei der Aufnahme nicht einnehmen, bessere Ergebnisse erzielt haben. Daher sollten Patienten, die ACEi oder ARB einnehmen, zu diesem Zeitpunkt nicht in Betracht ziehen, sie abzusetzen.

**Haben Patienten mit COVID-19 Herzrhythmusstörungen entwickelt?**

Es wurden keine hohe Anzahl von Arrhythmie-Fällen beobachtet, die speziell mit diesem Virus zusammenhängen. Wie bei jeder bakteriellen oder viralen Infektion kann die Belastung des Körpers durch eine als Sepsis (systemische Infektion) bezeichnete Erkrankung, aus der Arrhythmien entstehen können, zunehmen. Vorhofflimmern (AFib) – die häufigste Art von Arrhythmie – wird häufig durch eine Infektion ausgelöst. Es gab Berichte über COVID-19-Patienten mit



**Wir machen uns am meisten Sorgen um Herztransplantationspatienten und diejenigen, die immunsupprimiert sind.**



**PROF. DR. MED.  
MICHAEL BUERKE**

Chefarzt der Kardiologie im  
St. Marien-Krankenhaus Siegen

Herzblock, wenn das Herz zu langsam schlägt, und ventrikuläre Tachykardie, wenn das Herz zu schnell schlägt, aber glücklicherweise scheint dies in weniger als 10% der Fälle aufzutreten.

In unserer COVID-19-Einheit wird bei allen Patienten nach Rhythmusstörungen gesucht bzw spezielle Analysen durchgeführt. Beim Einsatz von Medikamenten wie Hydroxychloroquin und Azithromycin bei COVID-19, muss auf die QT-Verlängerung geachtet werden, eine seltene Nebenwirkung, die zu einer gefährlichen Rhythmusstörung führen kann.

### **Soll ich weiterhin meine Herzmedikamente einnehmen?**

Ja, wir empfehlen Patienten, weiterhin alle Herzmedikamente einzunehmen. Derzeit gibt es keine festgestellten Gründe, Medikamente wegen COVID-19 abzusetzen. Stellen Sie bei Patienten, die Medikamente einnehmen, sicher, dass Sie zu Hause über Ihre Versorgung auf dem Laufenden sind. Sprechen Sie mit Ihrem Kardiologen und Ihrem Apotheker darüber, ob Sie alles haben, was Sie brauchen, um nicht mehr als nötig in die Apotheke gehen zu müssen.

### **Wie soll ich COVID-19 verhindern, wenn ich eine Herzerkrankung habe?**

Üben Sie soziale und körperliche Distanzierung, indem Sie mindestens einen Meter von anderen entfernt bleiben, überfüllte Orte meiden und zu Hause bleiben! Häufiges und gründliches Händewaschen ist wichtig, da wir unsere Gesichter viel mehr berühren als wir denken. Wenn Sie eine Herzerkrankung haben, empfehlen wir Ihnen, eine Maske zu tragen, wenn Sie in der Öffentlichkeit sein müssen. Selbstgemachte Masken sind akzeptabel, um zu vermeiden, dass das Angebot an medizinischem Fachpersonal an vorderster Front erschöpft wird.

### **Wir danken Ihnen für Ihre Ausführungen. /**



Folgen noch nicht absehbar

# Herzschäden durch Corona

Bisher wird COVID-19 als Atemwegserkrankung bezeichnet. Doch das könnte sich in Zukunft ändern. Die Hinweise, dass auch das Herz betroffen sein könnte, verdichten sich. Aber noch gibt es keine eindeutigen Beweise.

COVID-19 hat die Welt weiterhin fest im Griff, und zum Schulstart in Nordrhein-Westfalen stiegen die Infektionszahlen auch hierzulande wieder an. Gleichzeitig weiß man bisher noch nicht viel über den Erreger und seine Eigenheiten. Das Virus dringt zumeist über die Atemwege in den Körper ein. Dort kann es sich tief in der Lunge festsetzen und vermehren. In diesen Fällen entsteht eine Lungenentzündung, die in den schlimmsten Fällen sogar zum Tod führt. Doch neben diesem Szenario gibt es eine Vielzahl von Krankheitsgeschichten, die anders verlaufen. Oftmals ist dann auch das Herz involviert.

„Wir wissen bislang noch nicht, wie und ob das Virus das Herz attackiert, sagt Professor Michael Buerke, Chefarzt für Kardiologie im St. Marien-Krankenhaus Siegen. Es sei so, dass Viren ganz allgemein, wenn sie im Blutstrom angekommen sind, sich vermehren und überall im Körper Organe befallen können. In welchem Ausmaß das auch für das neue Coronavirus gilt, müsse jedoch erst noch herausgefunden werden.“

## Hinweise verdichten sich

Doch die Hinweise, dass im Zusammenhang mit COVID-19 auch akute Schädigungen des Herzmuskels auftreten, verdichten sich. Bereits in mehreren Untersuchungen wurde von Patienten mit schweren Coronavirus-Verlauf berichtet, bei denen Werte eines bestimmten Biomarkers im Blut erhöht waren. Das sogenannte Troponin L ist ein Bestandteil der Herzmus-

kelzelle. Dieser gelangt ins Blut, wenn Herzmuskelzellen zerstört werden.

Einer Untersuchung in einer chinesischen Klinik zufolge, war bei etwa einem Fünftel der dabei untersuchten Coronavirus-Patienten der Troponin L-Wert bei Aufnahme in eine Klinik deutlich erhöht. Zudem litten diese Patienten häufiger an Bluthochdruck, koronaren und chronischen Herzkrankheiten, Krebs und der chronischen Lungenkrankheit COPD. Die Sterberate dieser Patienten war deutlich erhöht: Etwa 50 % von ihnen starben in einer Klinik. Ob und wie der Untergang von Herzmuskelzellen und eine COVID-19-Erkrankung zusammenhängen, können die Forscher bisher nicht sagen. Theoretisch könnte das Coronavirus, so wie andere Viren auch, zu diesen Schäden führen. Dagegen spricht allerdings der Hinweis der Forscher, dass sie bisher keine neuen Coronaviren im Herzmuskel von hieran Verstorbenen nachweisen konnten. Denkbar und wahrscheinlicher wäre hingegen, dass die von der Infektion ausgelösten Entzündungsprozesse und andere Immunreaktionen für die Schädigung der Herzmuskelzellen verantwortlich sind. Insgesamt gibt es laut aktueller Studienlage vier bis fünf verschiedene Mechanismen, mit denen sich die Viren Zugang zu den Herzmuskelzellen verschaffen könnten.

Es sein von zentraler Bedeutung herauszufinden, ob man künftig das Virus auch im Herzen von Patienten bekämpfen müsse, betont Professor Buerke: „Das kann am Ende viele Leben retten.“ /

# Pulsgenerator implantiert



DR. MED.

IBRAHIM DARWICH

Leitender Oberarzt  
Chirurgie im  
St. Marien-Krankenhaus  
Siegen

**B**luthochdruck ist lebensgefährlich, denn er schädigt langfristig die Gefäße und kann zu Herzinfarkt, Schlaganfall und Nierenversagen führen. Er lässt sich zwar mit Medikamenten behandeln, aber bei einigen Patienten reicht das nicht aus. Für sie gibt es jetzt einen Pulsgenerator und eine Sonde, die operativ unter die Haut eingepflanzt werden. Das Verfahren nennt sich Barostimulation, da der Schrittmacher die Barorezeptoren stimuliert. Die Rezeptoren sind körpereigene Blutdruckregler im Bereich der Halsschlagader.

Die Stimulation der Barorezeptoren an der Aufzweigung der Halsschlagadern verändert das Gleichgewicht des vegetativen Nervensystems. Diese gaukelt Anspannung vor, als Reaktion wird in den Gefäßen Entspannung, Erweiterung und in der Folge Blutdrucksenkung ausgelöst.

Daher wurde das Barostim-System zunächst zur Blutdrucksenkung eingesetzt. Dies betrifft Patienten mit extrem hohen, anders nicht kontrollierbaren Werten. In den letzten Jahren wurde diese Methode im St. Marien-Krankenhaus Siegen bei knapp 10 Patienten eingesetzt.

## Verfahren bei Herzschwäche geeignet

Auch wurde in der Vergangenheit die Wirkung bei Patienten mit einer Herzschwäche, insbesondere einer Schwäche der linken Herzkammer wissenschaftlich untersucht.

„Bei Herzschwäche-Patienten liegt eine Dauerbelastung vor, der medikamentös über verschiedene Signalwege erfolgreich gegengesteuert werden kann. Man vermutete einen ähnlich positiven Effekt durch die

Gegensteuerung mit der elektrischen Stimulation der Barorezeptoren“, erklärt Dr. med. Christoph H. Blanke, Oberarzt in der Kardiologie.

Im Frühjahr wurde das positive Ergebnis der Zulassungsstudie mit etwa 400 Patienten veröffentlicht, dass Voraussetzung für die Zulassung in den USA war. In diesem klinischen Versuch konnte eine relevante Verbesserung bei der körperlichen Belastbarkeit, der Lebensqualität und dem Herzschwäche-spezifischen Labormarker gezeigt werden. Eingeschlossen waren Patienten mit einer klar definierten hochgradigen Schwäche der linken Herzkammer, die unter optimaler medikamentöser Behandlung standen.

Anfang September wurde im St. Marien-Krankenhaus Siegen von Dr. med. Ibrahim Darwich erstmals bei einem Patienten ein Barostim-System implantiert, der über Jahre an einer hochgradigen Einschränkung der Pumpfunktion der linken Herzkammer erkrankt ist.

„Interessant ist das Verfahren auch für Patienten, die neben der Herzschwäche schon unter einer Nierenschwäche leiden, die die optimale medikamentöse Therapie schwierig macht“, so Leitender Oberarzt Dr. med. Ibrahim Darwich.

Die Patienten, die im St. Marien-Krankenhaus einen Barostimulator implantiert bekommen, werden bei Einverständnis in das deutsche Barostim-Register eingeschlossen, um die Wirksamkeit der Methode bei normalen Patienten, die nicht Teilnehmer einer streng kontrollierten Studie sind, nochmals zu überprüfen. /



## / Herztage wird hybrid

Auch in diesem Jahr plant die Klinik von Prof. Dr. med. Michael Buerke anlässlich der Herzwochen einen Herztage in der Siegerlandhalle. Dieser soll am 24. Oktober um 9 Uhr stattfinden. Die Veranstaltung wird der erste hybride Herztage in Deutschland werden. Es gibt einerseits die Möglichkeit real in der Halle zu sein – bis zu 250 Personen – andererseits bietet die Klinik einen Livestream mit Interaktion an.

„Wir möchten damit auch ein Zeichen setzen und uns etwas mehr in Richtung Normalität bewegen. Zugleich möchten wir nützliche Errungenschaften der Corona-Zeit nutzen und die Chancen der Digitalisierung für die Patientenaufklärung nutzen“, so der Chefarzt.



Corona

# Mehr junge Menschen betroffen

**E**in Blick auf die Zahlen aus den Kreisen Siegen-Wittgenstein (rund 277.000 Einwohner) und Altenkirchen (rund 130.000 Einwohner) kurz nach Ende der Sommerferien zeigt: Corona kann jeden treffen, Männer wie Frauen und Personen aus unterschiedlichen Altersgruppen. Auffällig ist aber, dass sich viele Personen im Alter zwischen 35 und 59 Jahren nachweislich mit dem Coronavirus infiziert haben. Dr. med. Andreas Farnschläder, leitender hygienebeauftragter Arzt im St. Marien-Krankenhaus in Siegen, vermutet, dass diese Gruppe etwas unbekümmerter ist. Er warnt: „Man darf nicht denken ‚Mir kann das nichts anhaben, ich gehöre nicht zur Risikogruppe.‘ Man darf sich nicht in falscher Sicherheit wiegen.“ Besonders, da die Langzeitfolgen des Virus noch nicht vollständig bekannt seien.

Dass weniger Fälle bei Personen im Alter zwischen 60 und 79 Jahren gemeldet sind, erklärt der Mediziner damit, dass sich diese Gruppe tendenziell an die Vorgaben halte und mehr auf sich achte. Und diese Personen lebten zumeist noch nicht in Alten- oder Pflegeheimen. Die Zahlen bei den über 80-Jährigen erklärt Farnschläder mit



**DR. MED. ANDREAS  
FARNSCHLÄDER**

Leitender  
Hygienebeauftragter Arzt  
im St. Marien-Krankenhaus  
Siegen

den Ausbrüchen in Seniorenzentren. Die Kreise Altenkirchen und Siegen-Wittgenstein, in denen sich die sechs Seniorenzentren von Marien Pflege befinden, können das bestätigen. Genau das sei der Grund gewesen, warum man anfangs die starken Beschränkungen in den Altenheimen angeordnet habe, verdeutlicht Andreas Farnschläder, jetzt aber könne man besser mit der Situation umgehen. Dass die Anzahl der Coronafälle bei den Frauen in dieser Altersgruppe höher sei, hänge damit zusammen, dass Frauen länger lebten als Männer und dementsprechend auch häufiger in Seniorenzentren.

Bei den infizierten Personen jüngeren und mittleren Alters geht Farnschläder davon aus, dass sie sich vor allem bei privaten Feiern angesteckt haben oder aus einem Risikogebiet zurückgekehrt sind. Der Mediziner rechnet damit, dass durch den Regelbetrieb an Schulen und in Kindergärten die Zahl der Fälle bei den jüngeren Altersgruppen (Fünf- bis 14-Jährige und auch darüber hinaus) weiter steigen wird. „Es hängt wirklich davon ab, ob die Schutzmaßnahmen eingehalten werden. Die Bedeutung darf nicht unterschätzt werden.“ /

/ Der Siegener Women's Run geht in seine dritte Runde. Standen noch kurz vor den Sommerferien dicke Fragezeichen hinter der Veranstaltung, so konnte dank des beherzten Einsatzes des Veranstalters :anlauf und des Kompetenzteams um Alexandra Netzer der 3. Frauenlauf als virtuelles Ereignis Anfang September vor dem Ambulanten Zentrum Albertus Magnus gestartet werden. Mit 1.200 Teilnehmerinnen konnte dabei ein neuer Rekord aufgestellt werden.



# BE WE





# Lückenschluss bei Gelenkerkrankungen

**D**as St. Marien-Krankenhaus Siegen schließt einen Kooperationsvertrag mit der Praxis Dilltal, die seit Juli 2020 auch einen rheumatologischen Facharztsitz im Siegerland betreibt. Dr. med. Mirko Steinmüller, Dr. med. Katrin Richter-Bastian und Dr. med. Udo Rosendahl versorgen die Rheumapatienten im Medizinischen Zentrum am Siegerland-Flughafen, welches von der Marien Gesellschaft Siegen betrieben wird. Damit ist es gelungen, endlich wieder eine rheumatologische Versorgung im Kreis Siegen-Wittgenstein anbieten zu können.

Die Kooperation sieht die Behandlung für Patienten des am St. Marien-Krankenhauses angesiedelten Gelenkzentrums Südwestfalen und des Herz- und Gefäßzentrums Südwestfalen vor. Ziel es ist, die Behandlungsqualität im ambulanten Bereich bei schweren Erkrankungsverläufen zu verbessern. Diese wird u.a. durch einen guten Informationsfluss zwischen den beteiligten Akteuren sowie durch die zeitnahe und reibungslose Planung und Organisation von Diagnostik und Therapie gewährleistet.

Patienten, die an dieser Versorgung teilnehmen,



© Pixel-Shot | Adobe Stock

# 2%

Etwa 10 Millionen Betroffene haben klinisch manifeste, behandlungsbedürftige chronische Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates. Etwa fünf Millionen symptomatische Arthrosen. 1,5 Millionen Menschen – zwei Prozent der erwachsenen Bevölkerung leiden unter entzündlich-rheumatischen Erkrankungen.



**MICHAEL WÖRSTER**

Geschäftsführer  
Marien Ambulant

erhalten ein ärztliches Aufklärungsgespräch, in dem das weitere Vorgehen in den regelmäßig stattfindenden Konferenzen einem interdisziplinären Team vorgestellt werden.

### **Fäden laufen zusammen**

„Die hier formulierten Empfehlungen basieren auf aktuellen Richtlinien sowie dem neuesten Stand der Medizin, wobei der Fokus auf die individuellen Erfordernisse und Bedürfnisse des jeweiligen Patienten liegt“, erklärt Michael Wörster, Mitglied der erweiterten Geschäftsführung der Marien Gesellschaft Siegen und verantwortlich für die Schnittstelle zwischen ambulanter und stationärer Versorgung des Gesundheitsunternehmens.

Die Fäden laufen dann bei den behandelnden Rheumatologen zusammen, der die Empfehlungen dem Patienten vorstellt und alle weiteren Behandlungsschritte in Abstimmung mit ihm initiiert. Im

Fokus stehen dabei zunächst rheumatologische Erkrankungen. Hierbei handelt es sich um entzündliche Erkrankungen, die durch eine Immunreaktion des Körpers gegen den eigenen Körper verursacht werden. Im Gegensatz hierzu stehen die degenerativen Erkrankungen der Gelenke (Arthrosen), die erst danach betrachtet werden. „Der Patient steht im Zentrum der Behandlung und entscheidet aktiv jeden Behandlungsschritt mit“, so Michael Wörster weiter. Auf stationärer Seite ergänzt dann das Gelenkzentrum Südwestfalen, das im Bereich der Gelenkerkrankungen einziger Maximalversorger in der Region ist und je nach Empfehlung tätig wird. „Insgesamt gehen wir davon aus, dass uns mit der Kooperation der ‚Lückenschluss‘ zwischen ambulant und stationär sowie zwischen Rheuma und Arthrose gelungen ist und so das Versorgungsangebot eine deutliche Verbesserung erfährt“, so Michael Wörster abschließend. /



# Stunde Null

Vor 75 Jahren endete der Zweite Weltkrieg in Europa. Entfesselt vom Deutschen Reich, hatte er binnen sechs Jahren weltweit rund 60 Millionen Menschenleben gefordert. Das europäische Judentum war nahezu ausgelöscht. Für das St. Marien-Krankenhaus Siegen bedeutete der Weltenbrand die fast vollständige Zerstörung.

**S**pektakuläre Fälle von Widerstand gab es im Umfeld des Siegener Marienkrankenhauses ebenso wenig wie besonders eifrige Belege der Regimetreue. Doch gerade die Kleinteiligkeit der personellen Scharmützel legt oft auf viel anschaulichere Weise offen, mit welchen Mitteln die Partei auf den Mikrokosmos der vom Staatsapparat unabhängigen Institutionen im Land Einfluss zu nehmen versuchte und auf welche Weise diese wiederum damit umgin-

gen. Die Affäre um die Einstellung von Dr. Herbert von Canstein ist ein gutes Beispiel für solche Konflikte – und dafür, dass es bisweilen durchaus möglich war, das Regime auszumanövrieren.

Am 15. Oktober 1935 war Chefmediziner Dr. Peter Flosdorf nach einem Schlaganfall gestorben. Nur Tage später begann eine hektische Betriebsamkeit, die offenbar das Ziel hatte, einen Nachfolger zu finden, bevor die NSDAP-Stellen auf die Idee kamen, einen eigenen Kandidaten zu platzieren. Am 18. Oktober schrieb Schwester Maria Ignatia vom Dortmunder Johannes-Hospital an Schwester Merula in Siegen und legte ihr eben jenen Dr. Herbert von Canstein ans Herz, nicht ohne anzumerken, dass der Münsteraner Bischof von Galen ein angeheirateter Onkel von ihm sei. Nichts zeigt deutlicher als dieser Hinweis, dass man sich ohne viele Worte darüber einig war, sich von der Indoktrination durch die Partei so weit wie möglich freihalten zu wollen. Einen Tag später schrieb Pfarrer Wilhelm Ochse an Propst Aufenanger in Dortmund, erkundigte sich nach Cansteins fachlicher Qualifikation und seiner



Propagandakarte: Hakenkreuz über Siegen



zerstörtes Marienkrankenhaus

Einstellung zu den Schwestern und stellte dann vertraulich die Gretchenfrage: „Kann er unter den gegenwärtigen Zeitläufen als musterhafter Katholik gelten?“ Aufenanger bejahte.

#### Referenzen sprechen für sich

Canstein selbst schickte am 20. Oktober neben Zeugnissen und Lebenslauf auch eine Liste von Personen, bei denen man Erkundigungen über ihn einziehen konnte und legte eine Reihe von Empfehlungsschreiben bei, in denen ebenfalls mehrmals der Hinweis auf die Familie seiner Frau auftaucht. Auch wenn die Verwandtschaft mit von Galen grundsätzlich noch nichts über die tatsächliche Einstellung zum Regime sagt: Es war ein Fingerzeig, den man nicht übersehen konnte. Canstein setzte sich am 25. Oktober schließlich gegen zwei andere Kandidaten durch, deren Bewerbung die Kirchenvorstandsmitglieder bei dieser Gelegenheit zum ersten Mal zu sehen bekamen. Alles deutet darauf hin, dass Ochse die Wahl so schnell wie möglich durchpeitschen wollte. Am folgenden Tag wurde Cansteins Berufung öffentlich bekannt gemacht.

Auch die Gegenseite reagierte sofort. Ebenfalls vom 26. Oktober datiert ein Schreiben der Deutschen Arbeitsfront, das in eisigem Ton darauf hinweist, DAF und Krankenkassenverbände seien „natürlich in erster Linie interessiert an dieser Stelle einen Mann zu sehen, der sowohl in Bezug auf sein fachliches Können und die Menschenbehandlung, sowie aber auch den politischen Momenten der heutigen Zeit voll und ganz gerecht werden kann.“ Cansteins Gegenkandidat Dr. Jaeger, dessen bisheriger Vorgesetzter von Hitler persönlich ernannt worden sei, erfülle diese Voraussetzungen hundertprozentig. Ochse wurde ersucht, diesem Umstand Rechnung zu tragen, um sich DAF und Verbände nicht zum Feind zu machen: „Es dürfte im Interesse des Hauses liegen, nicht einen solchen Herrn mit der Leitung zu betreuen, der von vorneherein auf den Widerstand dieser beiden maßgeblichen Institutionen stößt.“ Damit war der Machtkampf zwischen David und Goliath eröffnet.

Am 28. Oktober schrieb Ochse an die DAF, legte Cansteins Arbeitszeugnisse bei und fragte herausfordernd, wer denn wohl die maßgebliche Instanz sei, wenn man nichts auf das Urteil von Cansteins Dortmunder Vorgesetztem geben könne. Noch am gleichen Tag wandte der Pfarrer sich direkt an Dr. Jaeger. Er könne sich dem Druck der DAF nicht beugen, ohne ein Vertrauensverhältnis unmöglich zu machen, bevor es überhaupt begonnen habe. Jaeger, für den Anstand offenbar kein Fremdwort war, schrieb zurück und bekannte, dass er an der Stelle zwar interessiert sei, aber keinesfalls versucht habe, über die DAF oder die Kassen Einfluss auszuüben und das auch in



Marienkrankenhaus in den 1940er Jahren

Zukunft nicht tun werde. Da die Wahl rechtlich nicht anfechtbar war, verlegte sich die DAF nun auf wirtschaftliche Schikanen und sorgte dafür, dass Orts-, Betriebs- und Innungskrankenkassen ihre Verträge mit dem Marienkrankenhaus kündigten. Ochse schrieb daraufhin an den Verband, legte die Korrespondenz mit der DAF bei und bezeichnete deren Vorgehen als „Strafaktion“.

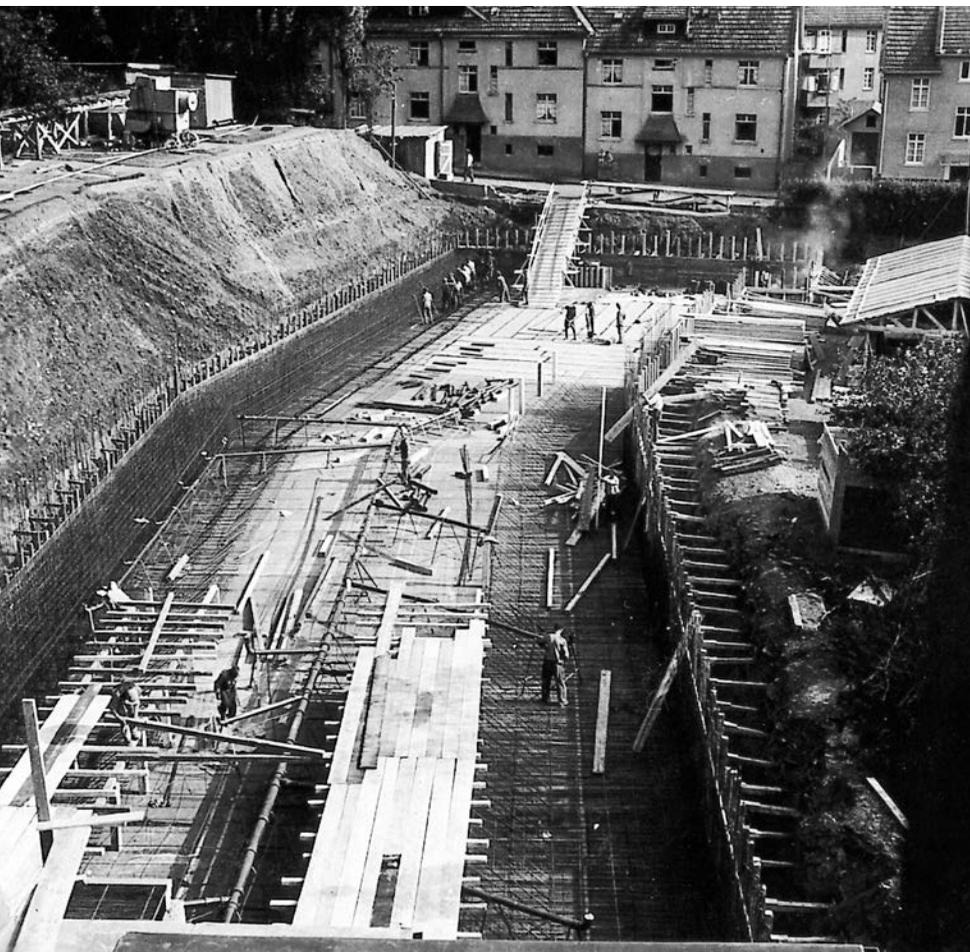
### Interner Konflikt bleibt

Die Angelegenheit, die sich über Monate hinzog, offenbart viele Facetten des täglichen Spannungsfeldes zwischen Selbstbestimmung und Arrangement: Ein Verband, der hin und her gerissen war zwischen dem mal vorauseilenden, mal hinterherhinkenden Gehorsam den Parteistellen gegenüber und dem Interesse an reibungslosen Betriebsabläufen. Ein Arzt, der andeutungsweise von Leuten, die es wissen mussten, als Gegner des Regimes bezeichnet wurde, und dennoch förderndes Mitglied der SS sein konnte. Seine zukünftigen Kollegen, die ihn ablehnten, ohne dass klar wird, ob sie seine politische Haltung, wenn er denn eine hatte, selbst ablehnten oder einfach nur möglichem Ärger aus dem Weg gehen wollten. Am Ende schien die Zusammenarbeit mit Canstein, der das Kriegsende nicht mehr erleben sollte, doch recht gut zu klappen. Doch die Querelen um seine Einstellung blieben nicht der einzige interne Konflikt.

Im Sommer 1941 gab es nämlich Meinungsverschiedenheiten mit der Oberin, die so gravierend waren, dass die Weiterführung des Hauses durch die Vincentinerinnen zwischenzeitlich in Frage gestellt war. Doch auch wenn hier die Wogen sehr hoch gingen und sich emotionale Aufzeichnungen in Siegen wie Paderborn finden, konnte dieser Zwist einvernehmlich geklärt werden. Ein Schreiben aus Paderborn bildet hier den Schlusspunkt: „... Wir schließen mit der Hoffnung, dass das Geschehene als begraben angesehen wird und beide Seiten bestrebt sein werden, in Zukunft einträchtig zum Wohle der Anstalt miteinander zu arbeiten.“

### Krieg erreicht das Marien

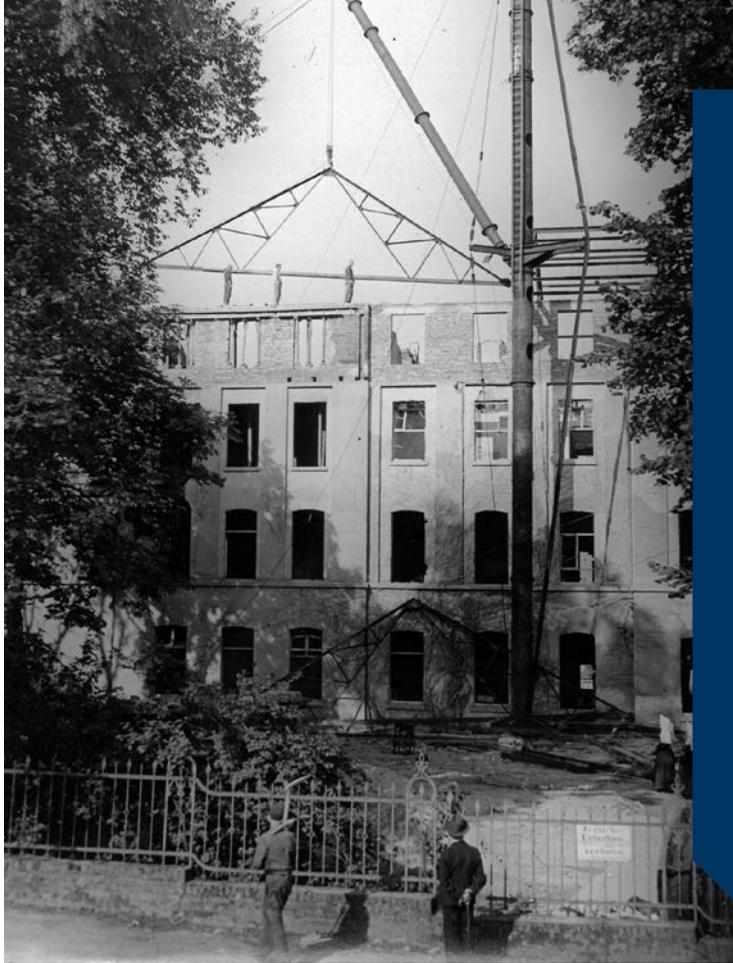
Wie schon im Ersten Weltkrieg, so wurde das Marienkrankenhaus auch im Zweiten zur Unterbringung von Verwundeten genutzt, und zwar in einem Maß, der den normalen Krankenhausbetrieb stark einschränkte. Kurz nach Kriegsausbruch waren das Waisenhaus und das Krankenhaus mit allen 280 Betten vom Militär als Reservelazarette in Beschlag genommen worden. Nun war man am Krankenhaus trotz der Personalengpässe durch die zum Kriegsdienst eingezogenen Ärzte bestrebt, wenigstens zum Teil auch weiterhin die Versorgung der Bevölkerung zu gewährleisten, zumal mit der Fertigstellung des Jung-Stilling-Krankenhauses am Ziegenberg kurz



Bunkerbau 1941



benachbarte St. Michael-Kirche zerstört



Wiederaufbau

## / Vom Spital zum Gesundheitsunternehmen

Das St. Marien-Krankenhaus als Keimzelle der Marien Gesellschaft Siegen feiert im Jahr 2021 ein "Zwischenjubiläum". Am 3. Mai 1861 bestiegen Schwester Pia und Schwester Meinolpha den Zug, der sie nach Siegen zum gerade fertiggestellten Spital bringen sollte. Damit hebt sich der Vorhang zu einer Geschichte, die seit nunmehr 160 Jahren fortgeschrieben wird. Aus diesem Anlass gibt die Marien Gesellschaft zum Ende dieses Jahres das knapp 200seitige Buch "Vom Spital zum Gesundheitsunternehmen" heraus.

nach Kriegsbeginn ein weiteres Lazarett in Siegen zur Verfügung stand. Schließlich kam durch Verhandlungen die Einigung zustande, dass Gynäkologie und Geburtshilfe im Marienhaus weiter betrieben werden konnten. Da die Krankenhausgebäude belegt waren, zog die Abteilung mit ihren 60 Betten wenigstens teilweise ins Waisenhaus, während die Schwestern ihre Klausur in die Nähsschule verlegten. Im März 1941 wurde der Lazarettbetrieb zwischenzeitlich eingestellt. Wegen der Gefahr von Luftangriffen wurde die Bettenzahl allerdings von 280 auf 160 zurückgefahren. Zwei Monate später wurde beschlossen, das Waisenhaus zu einer Infektionsstation auszubauen. Im Oktober wurde es dann schon wieder von der Wehrmacht beschlagnahmt.

### Der Untergang

Dr. von Canstein war gleich zu Kriegsbeginn eingezogen worden (fast möchte man eine Schikane der Parteichargen vermuten, die Pfarrer Ochse Cansteins Berufung nicht verziehen hatten); er starb 1945 bei einem Fliegerangriff.

Schließlich beschloss der Kirchenvorstand im Oktober 1942, die Jahresrechnungen nicht mehr in den Sitzungen zu genehmigen, sondern für zwei Wochen zur Einsicht auszulegen, weil viele Mitglieder wegen ihrer Verpflichtungen im Rahmen des Luftschutzes nicht mehr zu den Zusammenkünften kommen konnten.

Am 16. Dezember, dem Tag, an dem in den Ardennen die letzte verzweifelte und sinnlose deutsche

Offensive begann, brach in Siegen die Hölle los. Um genau 14:59 Uhr warfen 92 Lancaster-Bomber insgesamt knapp 500 Tonnen Bomben ab. Nach wenigen Minuten waren sie wieder verschwunden, während die Stadt langsam Feuer fing. Am Ende des Tages waren weite Teile der Altstadt zerstört, 350 Siegener tot und etwa 500 weitere verletzt. Und während das Marienkrankenhaus mit seinem großen Luftschutzbunker kein einziges menschliches Opfer zu beklagen hatte, war der seit 1869 mit unendlichen Anstrengungen errichtete und immer wieder erweiterte Bau von einem Tag auf den anderen Geschichte. Lediglich der Nordanbau von 1930 war so glimpflich davongekommen, dass er noch zu retten war. Benutzbar war auch er vorläufig nicht mehr.

Pfarrer Ochse hatte den Angriff, bei dem die Rechnungen der Gemeindekasse und damit wohl auch die des Marienkrankenhauses verbrannten, im Keller des Pfarrhauses erlebt – und beinahe nicht überlebt, denn die Tür des Luftschutzraumes war durch eine Explosion so verbogen worden, dass sie sich zuerst gar nicht mehr öffnen ließ. Als Ochse sich wieder ins Freie gekämpft hatte, sah er das ganze Ausmaß der Zerstörung. Melancholisch notierte er wenige Tage später nach einem weihnachtlichen Rundgang: „Von einem zerfetzten Baume schrie es in die mondhelle Nacht über das Ruinenfeld: Uhu-Uhu! Wittert der Nachtvogel die Zukunft der Stadt? Wird das Getier der Wälder in Zukunft in dieser Ruinenstadt siedeln?“ /



/ Name: **Thomas Klur**

@us: Marien Ambulant gGmbH

Skills: Bassist, > 15 Jahre Live-Erfahrung

Experience: > 500 Gigs / Studio

High: 20.000 Zuschauer

Low: Fußgängerzone

Award: Deutscher Rock- und Pop-Preis\*

\* mit "super liQuid"



**K  
E  
T**



## Schlüssellochoperationen um die Ecke gedacht

**A**nfang September wurde erstmals in Europa eine neue Generation von Instrumenten bei der sog. Schlüssellochchirurgie eingesetzt. In der Chirurgischen Klinik des St. Marien-Krankenhaus Siegen von Chefarzt Prof. Dr. med. Frank Willeke wurde bei einem mehrstündigen komplizierten Eingriff, die weltweit zweite derartige Mastdarm-Entfernung, ein Instrument verwendet, das natürliche Bewegungen des Operators aufgreift und die Schlüssellochchirurgie in Bereiche vordringen lässt, bei denen zuvor offen und mit großen Schnitten operiert werden musste. „Für Patienten bringt der Einsatz solcher Instrumente eine echte Verbesserung, da mehr Erreichbarkeit präziseres und gewebsschonenderes Arbeiten bedeutet“, sagt Prof. Willeke.

In der Schlüssellochchirurgie werden chirurgische Instrumente zum Greifen, Nähen oder Schneiden eingesetzt. Bei diesen Instrumenten ist die Bewegungsfreiheit regelmäßig eingeschränkt. Als Spitze eines etwa 50 Zentimeter langen Operationsbestecks kann beispielsweise das Schneidwerkzeug nur mit dem Besteck als Ganzes bewegt werden. Das verursacht mehr oder weniger raumgreifende Bewegungen des Operators, wenngleich die Stelle sich nur wenige Millimeter weit „um die Ecke“ entfernt befindet. Manche Stellen lassen sich so überhaupt nicht erreichen. „Man kann das mit einem ausgestreckten Zeigefinger vergleichen. Erst wenn man ihn abwinkeln kann, entfaltet er seine volle Funktion“, beschreibt leitender Oberarzt Dr. med. Ibrahim



# 25

Vor 25 Jahren setzten Chirurgen des St. Marien-Krankenhauses den ersten kleinen Schnitt, um mittels der Schlüssellochchirurgie minimal-invasive Eingriffe durchzuführen. Damals steckte diese Technik noch in den Kinderschuhen und wurde nur wenig angewendet. Heutzutage gehört sie zu dem Standardrepertoire in der Kampfenstraße.



**Für Patienten bringt der Einsatz solcher Instrumente eine echte Verbesserung, da mehr Erreichbarkeit präziseres und gewebeschonenderes Arbeiten bedeutet.**



**PROF. DR. MED.  
FRANK WILLEKE**

Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie im St. Marien-Krankenhaus Siegen

Darwich, der die erste Operation durchführte. Das Instrument könne darüber hinaus am Gelenk in alle Richtungen abgewinkelt werden, was es noch flexibler als den besagten Finger mache.

#### **Bisher nur in der robotischen Chirurgie**

Das im St. Marien-Krankenhaus Siegen eingesetzte tragbare laparoskopische Instrument, überwindet den Makel der klassischen Schlüssellochchirurgie durch eine Gelenkstruktur, die horizontale und vertikale Bewegungen des sog. Endeffektors ermöglicht. Damit wird eine neue Dimension der Laparoskopie erschlossen. Die Bewegungen der Endeffektor-Gelenke passen sich den Finger- und Handgelenkbewegungen des Benutzers an, was intuitive Bewegungs-

muster ermöglicht und eine hohe Kontrollleistung über das Instrument gewährleistet. Dies ermöglicht auch technisch komplizierte Operationen, die nicht mit starren Instrumenten durchgeführt werden können. Solche hochgradige Bewegungsfreiheit an der Spitze des laparoskopischen Instrumentes kannte man bisher nur aus der robotischen Chirurgie. Nun ist eine nahezu identische und hochgradige Bewegungsfreiheit mit einem Endinstrument, ohne Elektronik, möglich./



# Schutzkleidung in großer Stückzahl für das St. Marien-Krankenhaus



Stephan Berndt, Hans-Jürgen Winkelmann,  
Prof. Ralph Naumann und Nadine Bieler

## 12 Mrd.

Anfänglich wurde eine Maskenpflicht im privaten Raum nicht empfohlen, da die Verantwortlichen in der Politik von einem Bedarf an Masken in Milliardenhöhe ausgingen. Dieser konnte nicht gedeckt werden. Unmittelbar nach der Verpflichtung, eine solche zu tragen, herrschte dann auch ein regelrechter Run auf die Masken, die die Preise auch für die Kliniken in zuvor nicht gekannte Höhen trieb.

Die Neunkirchener privat geführte Mittelstands-Logistikunternehmung „Schäfer&SIS Interlogistik“ hat ihre Überseekontakte aus ihren weltweiten Mittelstandsallianzen nun genutzt, um für die Region Schutzkleidung zu beschaffen. Im Juni konnten 7.500 Einheiten von Stephan Berndt, einer der Gründer und einer der Geschäftsführer der SIS GmbH und weiterer Firmen der S-Gruppe, an Hans-Jürgen Winkelmann, Hauptgeschäftsführer der Marien Gesellschaft Siegen übergeben werden.

Standesgemäß erfolgte die Lieferung mit einem 40-Tonner, der so gerade auf das rückwärtige Gelände des St. Marien-Krankenhauses Siegen hineinmanövriert werden konnte. Die Kosten als Spende hat Stephan Berndt privat übernommen. Gefragt nach seinen Motiven nennt er seine persönliche Dankbar-

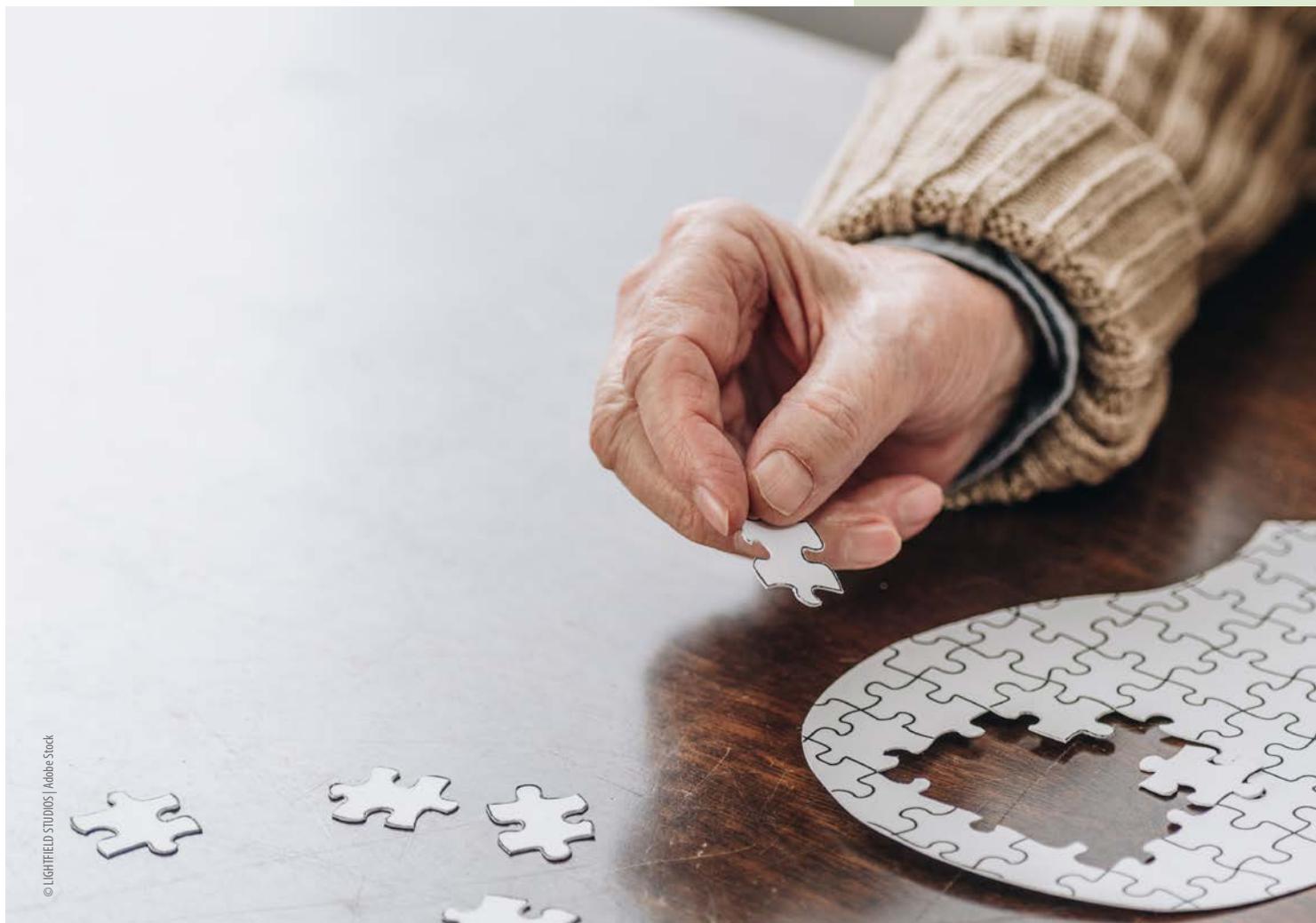
keit bezüglich der Arbeiten der Siegener Kliniken – neben dem St. Marien-Krankenhaus Siegen wird auch das Diakoniekrankenhaus mit einer Lieferung bedacht – und den Ausdruck der Anerkennung derer Leistungen seitens der Speditionsunternehmung.

Chefarzt Prof. Dr. med. Ralph Naumann zeigte sich dann auch bei der Übergabe der besonderen Spende sehr dankbar. Die Bedarfe seien weiterhin sehr hoch. Nadine Bieler, Leiterin des Luftfracht-Import Bereichs, mit welchem die Waren aus China problemlos nach Siegen kamen, hat den etwas komplizierten Prozess samt der zollamtlichen Sonderregelung für derartige Spenden organisiert und freute sich mit den Verantwortlichen, dass die Übergabe so reibungslos funktionierte. /

**D**er Lebensstil, ja selbst der Wohnort können darüber entscheiden, ob ein Mensch später im Leben eine Demenz entwickelt oder nicht: Laut einer aktuellen Studie lassen sich etwa 40 Prozent aller Demenz-Erkrankungen verhindern - oder zumindest hinauszögern -, wenn die Menschen sich gesünder verhalten würden. Die Studie zählt mehrere Faktoren auf, die sich nachweislich auf das Demenzrisiko auswirken. Hier gilt es zu handeln.

# Demenz vorbeugen

- Schon bei einem 40jährigen sollte der immer zuerst genannte, höhere Wert beim Blutdruck 130 mmHg nicht übersteigen. Die Behandlung von Bluthochdruck ist gemäß Studie bis jetzt die einzig bekannte Möglichkeit, einer Demenz medikamentös vorzubeugen.
- Wer schlecht hört, braucht ein Hörgerät, heißt es – auch schon in der Lebensmitte. Generell gilt: Das Gehör vor Lärm schützen. Auch weitere Studien sprechen dafür, dass mit zunehmender Schwerhörigkeit das Risiko für eine Demenz-Erkrankung steigt.



- Den Kopf schützen, um das Verletzungsrisiko zu senken. Das gilt vor allem auf dem Rad für Hochrisiko-Umgebungen wie dem Straßenverkehr, aber auch für risikoreiche Sportarten wie Boxen oder Reiten.
- Alkohol bitte nur in Maßen genießen. Denn: Exzessives Trinken provoziert geradezu Veränderungen im Gehirn. Und diese erhöhen wiederum das Demenzrisiko.
- Spätestens zur Midlife-Crisis sollten Menschen körperlich aktiv sein, und das, falls möglich, bis ins Alter durchhalten.
- Bei den üblichen Verdächtigen gilt natürlich: Übergewicht reduzieren, dann sinkt neben dem Demenz- auch das Risiko für Diabetes-Erkrankungen.
- Man sollte gar nicht erst anfangen zu rauchen. Falls es jedoch für diesen frommen Wunsch zu spät ist, mit dem Rauchen aufhören. Der Rauchstopp kann sich auch noch in einem höheren Alter auszahlen.
- Auch Luftverschmutzung steigert das Demenzrisiko. Es lohnt sich also für eine saubere Umwelt einzutreten.
- Lebenslanges Lernen hilft: Bildung scheint zwar die Krankheit nicht abhalten zu können, hilft dem Gehirn aber, mit ihr umzugehen.

Jeder kann also dazu beitragen, Demenz-Erkrankungen vorzubeugen oder zu verzögern. Natürlich sind später die sechs Seniorenzentren von Marien Pflege unter der Leitung von Diana Ruhmüller kompetenter Ansprechpartner. Mit Haus St. Anna in Netphen steht dabei eine auf Demenz spezialisierte Einrichtung zur Verfügung. Der 21. September ist übrigens der Weltzheimer-Tag! /



Haus St. Anna in Netphen



**DIANA RUHMÜLLER**

Leiterin Altenhilfe

# Weichen für die Zukunft gestellt



**HUBERT BERSCHAUER**

Verwaltungsdirektor  
Marien Gesellschaft Siegen

**E**reignisreiche Monate liegen hinter der Marien Gesellschaft Siegen. Vor diesem Hintergrund hat sich das Direktorium des Krankenhauses neben den coronaspezifischen Fragestellungen intensiv mit der Weiterentwicklung des St. Marien-Krankenhauses auseinandergesetzt.

Dringend notwendige Baumaßnahmen standen neben den medizinischen und pflegerischen Fragestellungen dabei im Vordergrund. Anfang September informierte das Direktorium nach weiteren intensiven Beratungen mit der Geschäftsführung die leitenden Mitarbeitenden über Maßnahmen, die nun im Krankenhaus kurz- bis mittelfristig umgesetzt werden.

„Das Direktorium ist davon überzeugt, dass gerade in der durch die Covid-19-Pandemie in vielen Bereichen stattgefundenen Shutdown-Situation kein Stillstand in der Entwicklung stattfinden darf, sondern erforderliche Maßnahmen für die Zukunftsfähigkeit unseres Krankenhauses in die Wege geleitet werden müssen“, fasst Verwaltungsdirektor Hubert Berschauer die Position der Betriebsleitung des Krankenhauses zusammen. Die dabei aktuellen Rahmenbedingungen seien günstig, sie würden jedoch

ein schnelles Handeln erfordern. „Flexibilität, Veränderungsbereitschaft und solidarisches Handeln aller Beteiligten ist erforderlich, um notwendige Maßnahmen nicht nur zu beschließen, sondern auch in aller Konsequenz und mit der erforderlichen Dynamik in die Tat umzusetzen“, so Berschauer weiter.

**Auf der Grundlage des Leitbildes der Marien Gesellschaft Siegen „Mehr für Menschen“ sind dem Direktorium insbesondere folgende Kernaussagen wichtig:**

- Die uns anvertrauten Menschen stehen im Mittelpunkt unseres Handelns.
- Unser Miteinander zwischen den verschiedenen Dienstgruppen und gegenüber den uns anvertrauten Menschen ist von Wertschätzung geprägt.
- Unser Können – unsere Zukunft: Qualifizierte Mitarbeiter sind die Grundlage unserer Zukunft. Fachliche, soziale und ethische Kompetenz haben daher bei der Marien Gesellschaft Siegen besondere Bedeutung.

**„Unser Selbstverständnis soll davon geprägt sein, dass wir alle das einlösen, was**





© szanfeld | Stock

## / Neue Strukturen

Die Konzerngeschäftsführung hat einige Anpassungen für die Konzernstruktur der Marien Gesellschaft Siegen beschlossen. Insbesondere die Errichtung eines Geschäftsbereiches Organisationsentwicklung und Changemanagements unter der Leitung von Stefan Leiendecker soll Veränderungsprozesse unterstützen und begleiten. Ebenso soll die Entwicklung der Marien Kliniken mit mehr Konsequenz und Nachdruck verfolgt werden. Das Direktorium in seiner Gesamtheit wird weiterhin die Grundsatzfragen behandeln. Die Betriebsleitung wird durch Dr. med. Volker Saßmann und Stefan Leiendecker ergänzt. Letzterer übernimmt als Stellvertretender Verwaltungsdirektor Verantwortung.

### wir versprechen: „Mehr für Menschen“, so der Verwaltungsdirektor weiter. Folgende Grundsätze seien daher essentiell:

- Alle Behandlungs- und Pflegeprozesse müssen vom Patienten her gedacht, überprüft und gegebenenfalls neu festgelegt werden.  
Dies bedeutet in der Konsequenz eine Re- bzw. Neustrukturierung der Prozesse aus Sicht der Patienten und erfordert mehr Interdisziplinarität und sektorenübergreifendes Denken und Handeln – insbesondere innerhalb der Marien Familie und deren Partner.
- Der Patient wird zukünftig noch stärker selbst entscheiden, wo er mit seinen medizinischen Problemen hinget. Wir stehen deshalb zukünftig in einem noch größeren Wettbewerb mit anderen Kliniken.
- Die Verantwortlichkeiten in unserer Organisation müssen noch klarer und verbindlicher festgelegt und begleitet werden.

Das Direktorium hat deshalb Ende August nach einem sehr intensiven Beratungsprozess mehrere Entscheidungen getroffen: Der beabsichtigte Bau eines Hybrid-OPs

wird mit allem Nachdruck weiterverfolgt und soll im ersten Halbjahr 2021 abgeschlossen werden. Zudem soll die Zentrale Notaufnahme mit einer integrierten KV-Notfallpraxis, Patientenaufnahme, Information mit Telefonzentrale vorangetrieben werden. Weiter zu nennen sind die Kernsanierung der Intensivstation und das Voranbringen der Digitalisierung. Erstere erfolgt unmittelbar nach Fertigstellung des Hybrid-OPs. Bei dem Komplex „Digitalisierung“ erfolgt zuerst die Implementierung eines PDMS im Intensiv- und IMC-Bereich. Auch die Bettenstruktur wird schrittweise angepasst, damit das Krankenhaus flexibel auf die zukünftigen Anforderungen, wie sie etwa COVID-19 adressiert, reagieren kann. Das Bettenmanagement erfolgt dezentral. Schließlich sollen die wesentlichen medizinischen Zentren gestärkt werden und ein Zentrum etabliert werden, das den strengen Kriterien der deutschen Krebsgesellschaft entspricht.

Das Direktorium der Marien Kliniken – St. Marien-Krankenhaus Siegen sieht das Krankenhaus durch dieses Bündel an Maßnahmen gut vorbereitet auf die zukünftigen Entwicklungen./



**STEFAN LEIENDECKER**

Leiter Organisationsentwicklung und Changemanagement, Stellvertretender Verwaltungsdirektor Marien Gesellschaft Siegen



## Pflege für Haut und Haare

/ Trockene Heizungsluft macht der Haut zu schaffen; das ständige Masketragen in Räumen bewirkt ihr übriges. Dann setzen noch Wind, kaltes Wetter und Mützen einen drauf. Damit die Haare wieder schön glänzen und luftig werden, sollten Sie ein Intensiv-Haarpackung regelmäßig nehmen. Fetthaltiger Lippenbalsam hilft bei aufgesprungenen und rissigen Lippen schnell und zuverlässig. Wenn die Haut spannt und juckt, ist es Zeit für eine zusätzliche Pflegebehandlung. Natürliche Öle und Salben schützen die Haut und versorgen sie gleichzeitig mit ausreichend Feuchtigkeit.



## Spender gesucht

/ Die Situation ist außergewöhnlich: Im Siegerland werden die Blutkonserven extrem knapp. Im St. Marien-Krankenhaus Siegen wird deshalb schon erwogen, erste große Operationen zu verschieben. Und das in einer Zeit, in der notwendige Operationen nachgeholt werden müssen. Die Lage kann dramatischer werden, wenn sich größere Notfälle häufen und der Blutspendedienst den Bedarfen nicht mehr nachkommen kann. Ein Ende der Situation ist nicht in Sicht, da die Spender aktuell sehr zurückhaltend sind. Wir appellieren daher an die Menschen in unserer Region zum Blutspenden zu gehen.

## Der Gesundheitsmacher

/ Dass Knoblauch gegen Erkältung hilft, wurde bereits wissenschaftlich bewiesen. Schon im Jahr 1858 fand man heraus, dass die Wunderknolle eine starke antibakterielle Wirkung hat. Sie ist voll von antiviralen Sulfiden und hält Gefäße und Blut gesund. Außerdem desinfiziert Knoblauch den Darm und trägt zu einer gesunden Darmflora bei, was sich wiederum auf die Stärke der Immunabwehr auswirkt. Bei regelmäßigem Verzehr kann Knoblauch sogar die Krankheitsdauer halbieren. In Zeiten von Social Distancing kann die Knolle auch den einen oder anderen auf Abstand halten.





## Moderates Ausdauertraining

/ Mediziner und Sportwissenschaftler von Marien Aktiv halten in der kühleren Jahreszeit vor allem moderate Ausdauersportarten für das ideale Trainingsprogramm. Dazu zählen Joggen, Walken, Nordic Walking und Radfahren. Damit wird die Durchblutung angeregt und der Kreislauf kommt in Schwung. Sport im Freien stärkt das Immunsystem durch den Wechsel von warm und kalt. Zugleich wird das allgemeine Wohlbefinden verbessert, denn bestimmte Botenstoffe und Neurotransmitter im Gehirn werden vor allem durch Tageslicht stimuliert. Der sogenannte Herbstblues damit wenige Chancen. Aber in der dunklen, kühleren Jahreszeit sollte das Training an die veränderten Anforderungen angepasst werden.

## Zeit für Zweisamkeit



/ Die Liebe geht im Herbst, der Phase der Vergänglichkeit, seelisch tiefer. Was in der warmen Jahreszeit, wenn alles so locker und leicht daherkommt, meist nur als vorübergehender Flirt taugt, kann in den Monaten ab Ende September zur handfesten Beziehung werden. Wenn es draußen regnet und stürmt, muss drinnen mehr Wärme erzeugt werden. In den langen Dunkelzeiten in Herbst und

Winter wird die eigene Wohnung wieder zum Lebensmittelpunkt. Man kocht öfter ein gutes Essen, weil mehr Kalorien auch eine Schutzschicht gegen die Kälte bilden. Man spricht mehr miteinander, weil es im beheizten Schutzraum des eigenen Zuhauses leichter fällt, jene Gedanken auszutauschen, die sich in warmen Jahreszeiten nicht mal als vage Gemütsschwankung einstellen.

## Durch den Auto-Herbst



© standret | Adobe Stock

/ Goldener Oktober, trüber November – bei herbsttypischen Wetterverhältnissen mit Aquaplaning, Schmutz und Laub auf der Fahrbahn sind Autofahrer besonders gefordert. Wer sicher durch den Herbst kommen möchte, sollte nicht nur seine Fahrweise der Witterung anpassen, sondern auch das Fahrzeug auf die Jahreszeit einstellen. Sicherheit in der dunklen Jahreszeit beginnt in der Kfz-Werkstatt. Denn was für uns „Mantel statt Spaghetti-Träger“ bedeutet meint für den fahrbaren Untersatz „Winterreifen statt Sommerpneus“.

Da die Sicht durch eine früh einsetzende Dunkelheit, Regen oder Nebel generell schon eingeschränkt ist, sollten die Autolenker bei Fahrten im Herbst darauf achten, die Scheiben von ihrem Fahrzeug sauber zu halten. Nasses Laub oder Dreck sollten vor Fahrtbeginn entfernt werden, um auf Nummer sicher zu gehen. Der Borkenkäfer hat auch 2020 ganze Arbeit im Siegerland geleistet. Deswegen kann bei starkem Niederschlag an dem einen oder anderen Hang mehr zu Tal gehen und auf der Fahrbahn landen als in den Vorjahren.



/ Die Spieler von Handball-Zweitbundesligist TUS Ferndorf wurden kürzlich im St. Marien-Krankenhaus Siegen auf das neuartige Coronavirus getestet. Regelmäßige **Testungen** sind eine zentrale Voraussetzung, um den "regulären" Spielbetrieb wieder aufzunehmen. Beim Training gelten strenge Hygieneregeln und regelmäßige Testungen begleiten die Spieler bei der Saisonvorbereitung. Axel Köver (2. v. r.) bedankt sich bei Hans-Jürgen Winkelmann (1. v. r.), Hauptgeschäftsführer der Marien Gesellschaft Siegen, dem Gesundheitspartner des TUS, für die sehr enge Zusammenarbeit auch in der aktuellen Krisensituation.



Vertreter der Beat-Generation	▼	auf-schich-ten	▼	spani-scher Frauen-name	▼	Garantie	▼	biblische Bez. für das Pa-radies	▼	Boden-vertie-fung	▼	▼	gesucht, begehrt	lebens-uner-fahren
▶						kleine, rote Garten-früchte	▶							
Pferde-sport		eng-lische Bier-sorte	▶			Geheim-bund West-afrikas		Import	▶		○ 2			
luftiges Oberteil	▶			italie-nische Insel	▶		○ 11			Normen			negative Elek-trode	Heide-kraut
▶				▼	Fuß-rücken			Fisch-marder	Antwort	▶			▼	
Land im Wasser		austra-lischer Strauß	▼		Fluss durch Frank-reich	▶		▼			span. Pyre-näen-gipfel			flink, schick
Losung, Parole	▶			○ 5					Ehe-mann	▶			○ 12	▼
Utensil der Heim-werker	Notlüge		lügen (,das ... von Himmel')		Balkone, Söller	US-Western-legende (Wyatt)	Mensch zwischen 20 und 29 Jahren	▶			griechi-scher Gott des Eides	▶		
▶	▼		▼	▼	▼	▼			Rank-ge-wächse	▼		Ort auf Ameland (Nieder-lande)		
Vorname der Nielsen †		ugs.: einiger-maßen	▶				Ruhe-geld-empfän-gerin	▶			○ 3			
▶	○ 9			Fremd-wortteil: drei	▶		▼	Esels-laut		Männer-name			US-Ameri-kaner (Kw.)	▶
▶										▼	griechi-scher Buch-stabe	▶		
ein Tropen-vogel		unbe-stimmter Artikel	▶			sume-rische Königs-stadt		Save-Zufluss	▶	○ 15		Fidschi-Insel	italie-nischer Artikel	glas-artiger Rost-schutz
Gewürz		▼	spani-scher Artikel	griech. Vorsilbe: gut, wohl	▶		dt. Anti-terror-einheit (... 9)	▶				inner-halb	▶	
▶					Wagen-teil	▶			ei-förmig	▶				Vorname d. Schau-spielerin Rome

Liebe Leserinnen und Leser,

Wir suchen dieses Mal eine Krankenhaus-Abteilung. Bitte die Lösung aufschreiben und bis zum 15. November 2020 an die Redaktion der MarienKonkret (Marien Gesellschaft Siegen gGmbH, Referat Marketing & Kommunikation, Kampenstr. 51, 57072 Siegen) senden. Unter allen fristgemäß vorliegenden Einsendungen mit richtigem Lösungswort wird ein Überraschungspreis verlost.

Wir wünschen viel Glück!  
Ihre Redaktion

Es wird keine Gewähr übernommen und der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Auflösung erfolgt in der nächsten Ausgabe. Die Gewinnerin des letzten Rätsels ist Frau Roswitha Kirstein aus Wilnsdorf.

	groß-kernige Frucht		arktischer Meeresvogel	lateinisch: ich			frühere Seehilfe	Figur der ‚Sesamstraße‘		afrikan. Raubtier der Savanne	gene-tischer ‚Fingerabdruck‘	dt. TV-Moderator (Ruprecht)	Bund	
	süd-amerikanischer Tanz						unbefugt jagen		7					
	Fenster-schutz			altamer. Indianer in Mexiko			Mensch mit gutem Appetit	japa-nischer Zwerg-baum						
													hoher Beamter	
			Kapital-ertrag					franz., span. Fürwort: du	Beruf im Baufach		kurz für: heran			
					europä-isches Meer							des-gleichen		in Hülle und Fülle (franz.)
Erlös, Aus-beute			noch-mals							Vorname des Sängers Illic				
			vierter Sonntag vor Ostern		Lieder der Bretagne	folglich (latein.)		Ab-schieds-wort				dt. Kompo-nist † 1847		
riesig, enorm	herren-loser Straßen-hund						math. Zeichen-aus-druck			grau-samer altröm. Kaiser				
		Haupt-stadt Nigers		Beschäf-tigungseinheit										10
		ur-wüchsig					poetisch: Märchen			deut-scher Motoren-erfinder				
		englisch: und		eine Jahres-zeit							Stadt im Westen Nevadas (USA)	ägypt. Gott der Frucht-barkeit	lateinisch: sei begrüßt	mol-dawische Währung
					erster General-sekretär der UNO	kurz für: eine		bayrisch: nein			Grenz-pfahl, Grenz-stein			
			persön-liches Fürwort							Frauen-theater-rolle				8
					Muse der Lyrik						nicht ge-braucht			



Jetzt mitmachen  
und einen  
Überraschungspreis  
gewinnen!

Bild: © fphoto | Adobe Stock

### Auflösung Rätsel 98

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

CORONAKRISE

# Virtueller Firmenlauf 2020

Das Konzept ist aufgegangen

Im März sah es noch so aus, als ob es in diesem Jahr keinen Firmenlauf geben würde. Alle Großveranstaltungen in NRW waren von den Behörden bis Ende August abgesagt, der verschobene Termin 11. September erschien ebenfalls sehr unrealistisch.

:anlauf als Veranstalter und die Marien Gesellschaft Siegen als Sponsor wollten sich dem allgemeinen Trend von den meisten Firmenläufen jedoch nicht anschließen und das Event alternativlos absagen. Innerhalb kürzester Zeit wurde das Konzept eines virtuellen Firmenlaufs entwickelt. Als virtuell wurde die Veranstaltungsform definiert, nicht die Aktivität! Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten die gewohnte Firmenlauf-Distanz von (mindestens) 5,5 km im Zeitraum vom 23. Juni bis 10. Juli absolvieren, wo und wann immer sie Lust hatten.

Das Konzept ist aufgegangen, das kann man nach 17 Tagen Firmenlauf 2020 sagen. „Von allen Seiten haben wir eine Unterstützung erfahren, Sponsoren, Landrat und Bürgermeister haben die Idee aufgegriffen. Natürlich gab es ein paar Nachfragen, aber alle Partner haben die Veranstaltungsform als einzige Möglichkeit gesehen, in diesem Jahr einen Firmenlauf durchzuführen. Genauso wichtig war aber auch, dass die Idee in den Unternehmen aufgegriffen wurde“, so Veranstalter Martin Hoffmann in seinem Resümee.

„Zehn bis 20 direkt Beteiligten ein Projekt zu vermitteln und für die Beibehaltung der Unterstützung zu werben, ist eine Sache und man merkt schnell, ob die Idee aufgenommen wird. Aber hunderte Unternehmen zu überzeugen, sich aktiv an einer

neuen Veranstaltungsform zu beteiligen, ist noch was anderes. Da haben wir viel Zeit und Energie investiert und es war ganz und gar nicht sicher, ob die Botschaft ankommt.“

Zum Ende des Projekts können Martin Hoffmann und Sponsor Marien Gesellschaft Siegen ein mehr als zufriedenes Resümee ziehen. Der Siegerländer AOK-Firmenlauf ist bislang der größte eigenständige virtuelle Firmenlauf Deutschlands. Mit 5250 Meldungen aus 350 Unternehmen und Laufteams wurden die Erwartungen weit übertroffen. Wichtiger als Zahlen sind aber für die Firmenlauf-Organisatoren, dass der Geist des Firmenlaufs, der soziale Aspekt des gemeinsamen Laufens und Walkens, auch in Corona-Zeiten weiter getragen wird./





© Frank Steinsiefer

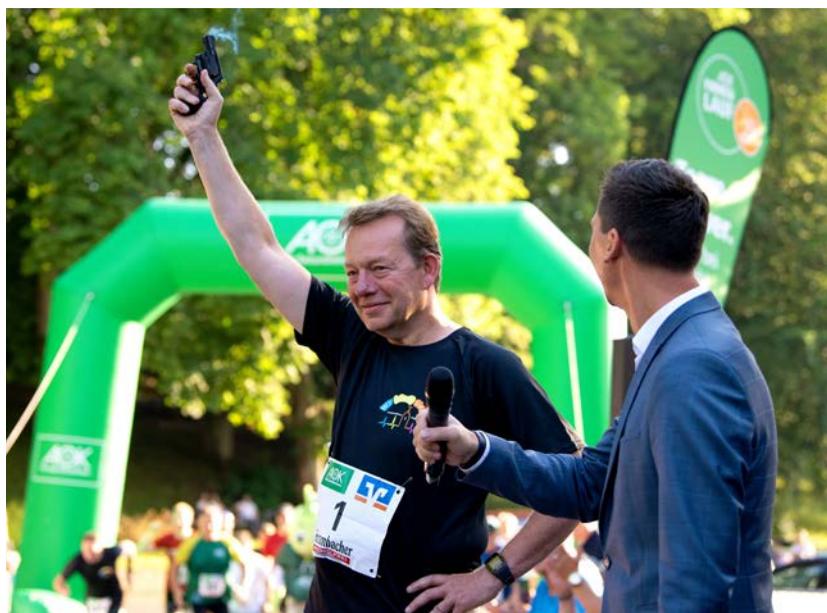


Von  
allen Seiten  
haben wir  
Unterstützung  
erfahren.



**MARTIN HOFFMANN**

vom Veranstalter  
:anlauf



Bilder: © :anlauf

Bürgermeister Mues und Landrat Müller beim Startschuss



Es ist Herbst: Die Tage werden kürzer, die Intensität der Sonneneinstrahlung lässt immer mehr nach, Mensch und Natur stellen sich auf den Winter ein. Viele von uns neigen zu Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Ein Herbstblues macht sich breit. Nicht nur die Stimmung ist beeinträchtigt, auch die Abwehrkräfte des Körpers werden stark beansprucht. Der Witterungsumschwung ist eine Belastung für unser Immunsystem. Deshalb sind gute Tipps gefragt.



## Unsere Top 5 für den Herbst

### 1. Gesunde Ernährung

Besonders in der kühleren Jahreszeit ist es bedeutsam, über eine gesunde Ernährung das Immunsystem zu stärken. Viel Obst und frisches Gemüse unterstützen Ihre körpereigene Abwehr, indem sie zu einem gesunden Vitaminhaushalt beitragen und uns mit Mineral- und Vitalstoffen versorgen.

### 3. Regelmäßige Bewegung

Die kalte Jahreszeit verführt uns dazu, träge zu werden. Doch gerade jetzt ist es wichtig, etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Bewegung an der frischen Luft trotz Regen und Wind tut dem Immunsystem gut.

### 4. Ausgiebig Schlaf

Gönnen Sie sich eine Mütze Schlaf. Ausreichend Schlaf ist für unser Immunsystem ganz besonders wichtig. Im Schlaf regeneriert der Körper und befördert die giftigen Stoffe wieder aus dem Organismus. Wie viel Schlaf der Organismus braucht ist individuell unterschiedlich.

### 2. Licht und frische Luft

Gehen Sie auch bei kühlerem Wetter regelmäßig raus ans Licht und an die frische Luft. Tageslicht verbessert die Stimmung und trägt somit zu einem gesunden Immunsystem bei. Nützen Sie die schönen Tage und versuchen Sie auch im Alltag in der Mittagspause eine kleine Runde zu drehen.

### 5. Lachen ist gesund

Lachen verstärkt die Aktivität unserer Abwehrzellen und unterstützt diese im Kampf gegen Krankheitserreger. Zudem bauen Sie mit Lachen Stress ab. Gerade in der Corona-Zeit kann das mit den vielen Negativmeldungen befreien.



# Herbst- Impressionen

Fotokolumne von  
Martina Auffenberg





**Marien  
Gesellschaft  
Siegen**

**„Ich  
bleibe im  
Gespräch.“**

**Stefanie Vitt  
Chefsekretärin**



## **Komm' ins Team!**

Viele freie Stellen warten darauf, besetzt zu werden! Bestimmt ist auch für dich das Richtige dabei. Informiere dich jetzt über unsere offenen Stellenangebote und werde Teil unseres Teams.

**Besuche uns auf**

**[www.arbeitenimmarien.de](http://www.arbeitenimmarien.de)**