



## Wir sind für Sie da.

Spital Simmental-Thun-Saanenland AG  
Spitäler Frutigen Meiringen Interlaken AG

### Aktuelle Infos zu Corona:



**Thun & Zweisimmen**  
[spitalthun.ch/corona](https://spitalthun.ch/corona)



**Interlaken & Frutigen**  
[spitalfmi.ch/coronavirus](https://spitalfmi.ch/coronavirus)



# Inhalt

<b>Notfallversorgung im Berner Oberland</b>	<b>3</b>
<b>Pflegeschleife</b>	<b>6</b>
Hohe Fachkompetenz, besondere Empathie, permanente Fort- und Weiterbildung, fachübergreifendes Teamwork – vier Faktoren, die Pflegende besonders auszeichnen und die hohe Pflegequalität schaffen.	
<b>Osteoporose – Knochendichtemessung in der Walk-in-Clinic beim Bahnhof Interlaken</b>	<b>8</b>
<b>Im Zentrum für Gynäkologie und Geburtshilfe Spiez: Von A bis Z gut betreut</b>	<b>10</b>
<b>Hämorrhoiden, Fissuren und Abszesse am After</b>	<b>11</b>
Verhindern lassen sie sich nicht – doch gut und zuverlässig behandeln.	
<b>Hallux rigidus</b>	<b>14</b>
Wenn die grosse Zehe versteift, beim Gehen nicht mehr richtig abrollt und schmerzt.	
<b>Darmkrebs</b>	<b>16</b>
Wichtig für jede und jeden von uns: Vorsorgeuntersuchung!	
<b>Schilddrüse</b>	<b>19</b>
Klein aber «oho»: Die Schilddrüse bildet lebenswichtige Hormone und nimmt eine bedeutende Steuerungsfunktion in unserem Körper ein.	
<b>Neu in Spiez: Onkologie- und Hämatologie-Praxis der Spital STS AG</b>	<b>21</b>
<b>Geburtshilfe am Spital Thun</b>	<b>23</b>
Optimale Sicherheit für Mutter und Kind und möglichst natürliche, sanfte Geburt.	
<b>Antibiotika</b>	<b>25</b>
Sie zählen zu den grossen Errungenschaften der modernen Medizin – doch ihr Einsatz muss gut überlegt sein.	
<b>Im Interview: Kerstin Gentsch und Franziska Wenger</b>	<b>27</b>
Die Chefärztinnen der Psychiatrischen Dienste des Spitals Thun.	
<b>EDEN Reha- und Kurklinik: hochwertige Individual-Rundum-Leistungen</b>	<b>29</b>
<b>Körperliche Sicherheit und Selbstständigkeit zurückgewinnen</b>	<b>30</b>
Patient Arthur Mosimann* hat eine entzündliche Muskelerkrankung, die zu Schmerzen und Muskelschwäche führt – doch nach gut drei Wochen im Berner Reha Zentrum kann er die Stöcke beiseitelegen.	
<b>SRK-beocare: Wertvolle Hilfe bei Angehörigenbetreuung</b>	<b>32</b>

**Impressum:** Das Magazin «Gesundheit Oberland» entsteht in Zusammenarbeit mit der Spital STS AG, der Spitäler fmi AG und weiteren Gesundheitsinstitutionen des Berner Oberlands, die für den Inhalt ihrer Beiträge selber verantwortlich zeichnen.

**Auflage:** 115 000 Exemplare

**Erscheinungsweise, nächste Ausgabe:** Das Magazin erscheint zweimal pro Jahr, die nächste Ausgabe im Herbst 2021.

**Herausgeber, Redaktion, Gestaltung:** Kummer + Partner GmbH, 2557 Studen, Fliederweg 3

**Korrektorat:** rubmedia AG, Wabern

**Produktion:** Merkur Druck AG, Langenthal

**Spedition:** DMB Direct Mail Biel Bienne AG, Biel

**Gender-Erklärung:** In den Magazintexten sind stets Personen männlichen und weiblichen Geschlechts gleichermaßen gemeint; aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird im Folgenden nur die männliche Form verwendet.

**Bildrecht:** Seite 27 ©Patric Spahni

\*Name von der Redaktion geändert

## **RICHTIGSTELLUNG: Ausbildung Gesundheitsberufe auch bei der Spitäler fmi AG**

In der Ausgabe «Gesundheit Oberland» vom Juni 2020 berichtete die Redaktion über Ausbildungsmöglichkeiten für Gesundheitsberufe in der Region des Berner Oberlands. Dabei wurden leider einzelne Sachverhalte unvollständig dargestellt, wofür wir uns an dieser Stelle entschuldigen. Richtig ist, dass beide Oberländer Spitalunternehmen, sowohl die Spital STS AG am Spital Thun wie auch die Spitäler fmi AG an den Spitälern Interlaken und Frutigen, bedeutende Aus- und Weiterbildungsstätten für verschiedenste Berufe im Gesundheitswesen sind. Detaillierte Informationen dazu finden Interessierte unter [www.spitalfmi.ch](http://www.spitalfmi.ch) («Über uns» und dann «Aus- und Weiterbildung») sowie [www.spitalthun.ch](http://www.spitalthun.ch) («Jobs & Karriere»). Bernhard Kummer, Chefredaktor und Herausgeber



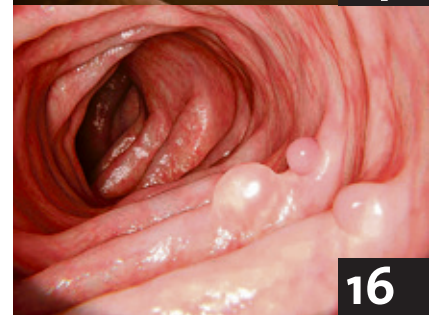
6



11



14




16



23



25



# Notfallversorgung im Berner Oberland Rund um die Uhr professionell und flexibel

**Ob Unfall, Krankheit oder COVID-19-Verdacht: Für Menschen, die medizinische Hilfe benötigen, sind rasch und gut erreichbare Notfallstationen als Anlaufstellen das A und O. In der Region halten die beiden Oberländer Spitalunternehmen eine hochstehende Notfallversorgung Tag und Nacht bereit.**

Die Spital STS AG und die Spitäler fmi AG betreiben gemeinsam mit den hausarztlischen Notfalldiensten mehrere Einrichtungen, um im Notfall mit Fachwissen und gezielten Interventionen rasch und 365 Tage im Jahr Hilfe zu bieten. Im Vordergrund steht dabei die richtige Versorgung, zur richtigen Zeit, am richtigen Ort, auf die sich Patienten auch bei

schwerwiegenden Ereignissen verlassen können. Beide Spitalgruppen arbeiten dazu auch eng mit dem Inselspital Bern zusammen, wo hoch spezialisierte Medizin die erweiterte Grundversorgung ergänzt.

## **24-Stunden-Notfalldienst**

Im Notfall zählt manchmal jede Minute, ja jede Sekunde. Dann ist bereits im Rettungswagen oder Rettungshelikopter zu entscheiden, ob die schwer verletzte oder erkrankte Person zur Behandlung in die Spital-Notfallzentren nach Interlaken oder Thun transportiert wird oder direkt ins Berner Universitätsspital; letzteres etwa bei Patienten mit Verdacht auf Herzinfarkt und Hirnschlag oder Unfallopfer mit Schädel-Hirn-Trauma und/

oder mehrfachen und schwersten inneren Verletzungen.

Als sogenannte Listenspitäler des Kantons Bern haben die beiden Oberländer Spitalgruppen Spital STS AG (Spital Thun) und die Spitäler fmi AG (Spital Interlaken) den kantonalen Auftrag für eine erweiterte Spital-Grundversorgung und darin eingeschlossen einen 24-Stunden-Notfalldienst. Auch besteht eine Aufnahmepflicht, was bedeutet, dass grundsätzlich alle Patienten, die vor Ort behandelt werden können, durch die Spitäler aufgenommen werden. In den Notfallzentren können viele komplexe Untersuchungen, Behandlungen und Operationen rasch, sicher, kompetent, interdisziplinär (unter Beteiligung von Fachpersonen verschiedener Medizinbereiche) und rund um die Uhr durchgeführt werden. Auch die Spitäler Frutigen (Spitäler fmi AG) und Zweisimmen (Spital STS AG) betreiben je eine Notfallaufnahme, die rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr offensteht.

## **Die Triage, qualifizierter Erstkontakt**

Die Ersteinschätzung der Patienten geschieht sowohl im Spital-Notfallzentrum Thun wie auch im Alpinen Notfallzentrum Interlaken nach dem Prinzip des Emergency Severity Index. Bei diesem

## **COVID-19 verlangt grosse Flexibilität**

Aufgrund der Pandemiesituation mussten in allen Notfallstationen die Prozesse angepasst werden: Patientenpfade wurden eingerichtet, um COVID-Verdachtsfälle unter optimalen Isolations-Bedingungen – baulich getrennt, ohne jede Gefahrung anderer Patienten oder von Mitarbeitenden – umfassend betreuen zu können. Innert kürzester Zeit mussten die Vorgaben des BAG bezüglich Testung, Verhalten und Prozesse umgesetzt werden. Hier zeigt sich die grosse Flexibilität der Notfallstationen, die während der Pandemie jederzeit die Anpassungen des BAG und des Kantonsarztamtes kurzfristig umsetzen mussten: Innert weniger Tage wurden beispielsweise im Spital Interlaken Beatmungsplatze auf einer eigens geschaffenen COVID-Intensivstation bereitgestellt.

Triage-System, das an der renommierten Harvard Medical School in Boston (USA) entwickelt wurde, werden zunächst Patienten mit hoher Behandlungsdringlichkeit identifiziert. Für die anderen wird eine Gruppenzuordnung aufgrund des voraussichtlichen Ressourcenbedarfes festgelegt. Ist der Patient instabil und benötigt sofortige lebensrettende Massnahmen, wird er der Kategorie 1 zugeordnet und die Behandlung beginnt sofort. Der zweite Entscheidungspunkt prüft, ob es sich um eine Hochrisikosituation handelt, der Patient akut verwirrt, lethargisch, desorientiert ist, starke Schmerzen hat. Diese Patienten werden der Katego-

rie 2 zugeordnet. Für Patienten, die nicht unter die ersten beiden Kategorien fallen, wird im dritten Entscheidungsschritt geprüft, wie viele Ressourcen (Röntgenuntersuchung, Labor, EKG usw.) der Patient während seiner Behandlung in der Notaufnahme in Anspruch nehmen wird. Entsprechend der benötigten Ressourcen wird er der Kategorie 5, 4 oder 3 zugeordnet. Schliesslich werden die Vitalzeichen des Patienten überprüft und nach altersentsprechenden Grenzen bewertet.

### Schnell-Triage

Abgesehen von COVID-19-Verdachtsfäl-



len werden leichte Notfälle und «Bagatellfälle» im sogenannten «Fast Track» auch ausserhalb der Öffnungszeiten von Walk-in-Kliniken oder Hausarztpraxen behandelt. Die Untersuchung und Behandlung dieser Patienten durch einen Oberarzt sowie eine Pflegefachperson erfolgt so rasch als möglich. Doch

«Für beide Spitalunternehmen ist die gut ausgebaute Notfallversorgung für die Bevölkerung des Oberlands weit mehr als ein kantonaler Auftrag, sondern das Fundament ihrer umfassenden, hochstehenden und wohnortnahen Gesundheitsleistungen.»

### Im Notfall für Sie da in Thun und im Simmental-Saenenland:



#### Notfallzentrum Spital Thun der Spital STS AG

24 Stunden pro Tag, 365 Tage im Jahr.  
Mit vorgelagertem Fast Track für kleinere Notfälle.

**Kontakt:**  
Tel. 058 636 99 99  
notfall@spitalstsag.ch  
www.spitalthun.ch



#### Medizinisches Zentrum Thun am Bahnhof (Walk-in-Clinic)

Mo-Fr 8-19 Uhr

**Kontakt:**  
Tel. 058 636 70 00  
info@mz-thun.ch www.mz-thun.ch  
Medizinisches Zentrum  
Thun am Bahnhof  
Panoramastrasse 1, 3600 Thun

Für rasche und unkomplizierte medizinische Versorgung, auch ohne vorherige Terminabsprache.



#### Hausarztnotfall Region Thun «HAN-RT» auf Areal Spital Thun

Mo-Fr 17-22 Uhr, Sa-So 8-22 Uhr

**Kontakt:**  
Tel. 0900 57 67 47 \*  
public@han-rt.ch www.notfallthun.ch  
Krankenhausstrasse 12  
(Haus C, beim Spital), 3600 Thun  
Notfallorganisation der Hausärzte als eigenständige Organisation zur Sicherstellung des hausärztlichen Notfalldienstes.



#### Notfall Spital Zweisimmen der Spital STS AG

24 Stunden pro Tag, 365 Tage im Jahr

**Kontakt:**  
Tel. 058 636 99 98  
www.spitalzweisimmen.ch  
Karl-Haueter-Str. 21, 3770 Zweisimmen



Link zur Website  
Was tun im Notfall  
Spital Thun

### Im Notfall für Sie da in Interlaken, im Frutigenland und im Oberhasli:



#### Alpines Notfallzentrum Interlaken und Notfall Spital Frutigen der Spitäler fmi AG

24 Stunden pro Tag, 365 Tage im Jahr.

**Kontakt:**  
Tel. 033 826 26 26 (Interlaken)  
Tel. 033 672 26 26 (Frutigen)  
info@spitalfmi.ch, www.spitalfmi.ch

Das Ärzteteam der Chirurgie, Orthopädie und Inneren Medizin und ein spezialisiertes Pflegeteam stehen 24 Stunden täglich zur Verfügung. Bei Bedarf werden weitere Spezialisten in die Behandlung einbezogen.



#### Walk-in-Clinic Interlaken der Spitäler fmi AG am Bahnhof Interlaken West

Mo-Fr 8-18 Uhr

**Kontakt:**  
Tel. 033 826 21 00  
info@walk-in-clinic.ch  
www.walk-in-clinic.ch  
Bahnhofgebäude Interlaken West,  
Bahnhofstrasse 28, 3800 Interlaken

Bei Krankheiten, Unfällen und hausärztlichen Anliegen. Eine Konsultation in der Walk-in-Clinic ist ohne Voranmeldung möglich.



#### Hausarztnotfall Region Interlaken HANI beim Spital Interlaken

Mo-Fr 18-21 Uhr, Sa-So/Feiertage 12-20 Uhr

**Kontakt:**  
Tel. 0900 57 67 47 \*  
info.hani@hin.ch, www.han-i.ch  
Hausarztnotfall HANI (beim Spital)  
Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen

Der Hausarztnotfall Region Interlaken wurde von 19 Hausärztinnen, -ärzten zusammen mit der Spitäler fmi AG gegründet und ergänzt die ambulante hausärztliche Notfallversorgung an Abenden, Wochenenden, Feiertagen.

Im **Gesundheitszentrum Meiringen** hat die Spitäler fmi AG einen 24h-Rettungsdienst stationiert. Alle Einsätze werden über die kantonale Sanitätsnotrufzentrale 144 koordiniert.

**Walk-in-Clinic und HANI:** Ausserhalb der Öffnungszeiten erreichen Patienten den hausärztlichen Notfalldienst 24x 365 Tage über Tel. 0900 57 67 47 \*  
\* CHF 3.23/Min. ab Festnetz



Link zur Website  
Alpines  
Notfallzentrum  
Spital Interlaken



dienst der Region ist jeweils auf dem Areal der Spitäler in Thun und Interlaken eingemietet und basiert teilweise auf deren Infrastruktur. Die hausärztlichen Notfallorganisationen «HAN-RT» (Thun) und «HANI» (Interlaken) sind eigenständig, werden durch die je beteiligten Hausärzte eigenverantwortlich betrieben. Dessen ungeachtet ist die Zusammenarbeit zwischen hausärztlicher Notfallpraxis und Spital-Notfall aber sehr eng und gut: Patienten werden so geleitet, dass sie ihrem Problem entsprechend am richtigen Ort versorgt werden. Konkret: Patienten mit grösseren Wundverletzungen werden durch die Spital-Notfallärzte und nicht durch den diensthabenden Notfall-Hausarzt versorgt. Im Gegenzug werden Patienten, die mit leichteren Verletzungen oder Erkrankungen den Spital-Notfall in Thun oder Interlaken aufsuchen, in die naheliegende «HAN-RT» beziehungsweise «HANI»-Praxis weitergeleitet.

### Rundum «alle & alles» bereit

Mit dem Betrieb eines Spital-Notfallzentrums sind eine Vielzahl von Vorhalteleistungen verbunden, und dies rund um die Uhr und 365 Tage im Jahr: Spezialisten verschiedenster medizinischer Fach-

bereiche und Fachpersonal in Pflege, Anästhesie, Labor, Radiologie und Operationstechnik sind vor Ort oder können bei Bedarf jederzeit beigezogen werden. Der Rettungsdienst steht zum Einsatz bereit sowie eine Infrastruktur mit Labor, Röntgen, Computer-, Magnetresonanztomografie, Operationssälen, Untersuchungs- und Kleingriffsräumen, Aufwachraum, Schockraum (zur Abklärung, Erstversorgung, Reanimation von Schwerverletzten, lebensbedrohlich Erkrankten), Intensivpflegestation, verschiedene Monitoringsysteme, Isolationsraum usw.

Diese Notfall-Rundum-Infrastruktur – miteingeschlossen die noch jungen, aber unter anderem aufgrund ihrer zentralen Lage beliebten Walk-in-Kliniken – ist kostenintensiv. Doch fraglos notwendig, wird sie doch den Bedürfnissen und Erwartungen der stetig wachsenden Anzahl Patienten sowie der Veränderungen in Gesellschaft und Gesundheitssystem (Alterung der Bevölkerung, weniger praktizierende Hausärzte, Wunsch nach jederzeit möglichem Zugang zu medizinischer Versorgung, Verlagerung von stationären Leistungen in den ambulanten Bereich) gerecht.



### Die Auskunftspersonen



Dr. med. Diego Boschetti  
Facharzt FMH Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates, ISP Klinische Notfallmedizin (SGNOR), Leiter Chirurgie Notfallzentrum, Stv. Chefarzt Klinik für Orthopädie/Traumatologie, Wirbelsäulenchirurgie und Sportmedizin



Dr. med. Jeannine Nicole Hullin  
Fachärztin Allgemeine Innere Medizin, ISP Klinische Notfallmedizin (SGNOR), Leiterin Medizin Notfallzentrum

### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 058 636 99 99  
notfall@spitalstsag.ch



Dr. med. Gregor Siegel  
Facharzt FMH Chirurgie, ISP Klinische Notfallmedizin (SGNOR), Leiter Alpines Notfallzentrum, Chefarzt Chirurgie, Ärztlicher Direktor, Mitglied der Geschäftsleitung Spitäler fmi AG

### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Spital Interlaken  
Weissenastrasse 27, 3800 Unterseen  
Tel. 033 826 26 26  
i.chirurgie@spitalfmi.ch



# Pflegefachpersonen bei der Spitäler fmi AG Dreh- und Angelpunkt in der Patientenbetreuung

**2020 war das Jahr der Pflegefachpersonen und Hebammen. Mit dem demografischen Wandel sowie den ökonomischen, politischen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verändern sich diese Berufe laufend. Pflegefachpersonen übernehmen neue Aufgaben und Verantwortung, dies nicht zuletzt durch die wachsende Komplexität und Intensität von Patientensituationen.**

Die Spitäler fmi AG nahm das Jahr der Pflege zum Anlass, die verschiedenen Berufe in der Pflege sichtbar zu machen und über die anspruchsvollen Aufgaben und Entwicklungen zu informieren. Dies erfolgte über Plakate in den öffentlich zugänglichen Bereichen der fmi-Spitäler Frutigen und Interlaken sowie über Artikel in Zeitschriften und Magazinen. Pflegefachpersonen sind im Spitalalltag über 24 Stunden, an 7 Tagen die Woche, an 365 Tagen im Jahr für die Patienten im Einsatz. Durch die hohe Präsenz ist die Pflege oft die erste Ansprechpartnerin für Anliegen der Patienten.

## Brücken bauen

Pflegefachpersonen sind Dreh- und Angelpunkt: die Manager des Spitalaufenthalts. Sie erkennen und erfassen individuelle Bedürfnisse der Patienten, nehmen Absichten und Pläne verschiedener Berufsgruppen auf, um sie mit den patienten- und therapiespezifischen Zielen in Einklang zu bringen. Patienten gezielt

beraten und befähigen, damit sie nach dem Spitalaustritt zu Hause ihre Gesundheitssituation selbstständig und sicher überwachen können, ist ein zentrales Element ihrer Aufgaben. Um die Schnittstellenfunktion optimal ausgestalten zu können, benötigen Pflegefachpersonen sehr gut ausgebildete kommunikative Fähigkeiten und ein fundiertes Fachwissen.



«Pflegeexpertise bedeutet vorausschauend zu planen, analysieren, reflektieren und weiterentwickeln, aber auch Vorbild zu sein, Sicherheit zu vermitteln und kreative Lösungen in alltäglichen und komplexen Pflegesituationen zu finden.»

Jeanine Vergara Guillen  
Fachexpertin Chirurgie, fmi-Spital Interlaken

664

**Pflegefachpersonen  
waren 2020 in den fmi-Spitälern  
und -Langzeitinstitutionen  
zum Wohl der Patienten  
tätig.**

### Patient im Zentrum

Die Patienten stehen im Mittelpunkt des Engagements der Pflegefachpersonen. Sie sollen eine wirksame und qualitativ hochwertige Pflege erhalten, die sie in ihrem Genesungsprozess unterstützt und Komplikationen vermeidet. Das Aufgabengebiet der Pflegefachpersonen ist vielschichtig. Bei einem Spitaleintritt erfasst die Pflegefachperson im Gespräch mit dem Patienten systematisch Informationen über die Person, das Umfeld, den bisherigen gesundheitlichen Verlauf, die Ressourcen und Defizite. Aus der Informationssammlung leitet die Pflegefachperson gemeinsam mit dem Patienten einen Pflegeplan ab. Dieser beinhaltet persönlich abgestimmte Ziele und Massnahmen und wird laufend überprüft.

entwickeln diese Fähigkeiten durch Erfahrungen in der Praxis, gezielten Austausch mit Kolleginnen sowie durch Weiterbildungen und der Aneignung von wissenschaftlicher Expertise.

### Pflege-Fachexpertinnen

Pflege-Fachexpertinnen verfügen, durch den regelmässigen Besuch von Schulungen und Weiterbildungen, über aktuelles und wissenschaftlich fundiertes Fachwissen. Diese Expertinnen erfassen den Weiterbildungsbedarf, organisieren und führen die Schulungen im interprofessionellen Setting durch. Bei Bedarf wird die Fachexpertin gezielt zu Patientensituationen hinzugezogen und steht Mitarbeitenden beratend zur Seite. Durch die Ausarbeitung von Pflegerichtlinien und Standards stel-



«Ich verstehe mich als Brückenbauerin zwischen den Spitälern Interlaken und Frutigen. Dabei ist es mir wichtig, dass alle Patienten und Patientinnen von der neusten Expertise profitieren können.»

Sylvaine Schibli  
Fachexpertin Pflege, fmi-Spital Frutigen

### Fachexpertise bei der Spitaler fmi AG

Der Pflegeberuf reagiert laufend auf veränderte Rahmenbedingungen und erfordert umfassende Kompetenzen. Kürzer werdende Spitalaufenthalte machen die Arbeit der Pflege anspruchsvoller. Die steigende Komplexität der Patientensituationen erfordert gut ausgebildete Pflegefachpersonen. Dies bedeutet eine stete Weiterentwicklung von Fachwissen, medizintechnischen Verrichtungen sowie Arbeitsorganisation. Pflegefachpersonen

len die Fachexpertinnen den Kolleginnen Hilfsmittel zur Verfügung, die ihnen ein qualitatives Arbeiten erleichtern. Neue Mitarbeitende werden durch Fachexpertinnen in der Pflegepraxis begleitet und angeleitet. Dies schafft Sicherheit und Vertrauen, sich auch in komplexen Patientensituationen zurechtzufinden. Die Patienten werden täglich direkt oder indirekt von Fachexpertinnen betreut und erfahren eine kompetente, professionelle, bedarfsgerechte, praxisorientierte und wirksame Pflege.

### Visionen für die Zukunft

Masterabschlüsse in Pflege haben sich in Nordamerika und Nordeuropa seit Jahrzehnten etabliert. Die Schweiz steckt diesbezüglich noch in den Kinderschuhen, obwohl Pflege seit rund 15 Jahren in der Schweiz an Universitäten und Fachhoch-

### Die Auskunftspersonen



Jeanine Vergara Guillen  
Fachexpertin Chirurgie  
fmi-Spital Interlaken



Sylvaine Schibli  
Fachexpertin Pflege  
fmi-Spital Frutigen

### Kontakt:

Spitaler fmi AG, Spital Interlaken  
Weissenastrasse 27, 3800 Unterseen  
i.pflegedienst@spitalfmi.ch  
Tel. 033 826 27 85



**Link zur Website  
Pflegeentwicklung  
Spitaler fmi AG**

*Interessierte können sich auch an die Pflegegedienstleitung der Spital STS AG wenden.*

schulen studiert werden kann. Das Masterstudium kann auch berufsbegleitend absolviert werden. Die Spitäler fmi AG setzt in der Pflege gezielt Mitarbeitende mit Nachdiplomstudium oder akademischen Abschlüssen ein und unterstützt entsprechende Weiterbildungsvorhaben. Die demografischen und gesellschaftlichen Veränderungen führen dazu, dass die Anforderungen an die Pflegefachpersonen steigen. Zur Gewährleistung einer sicheren und bedarfsgerechten Betreuung braucht es nicht nur eine genügende Anzahl an Pflegefachpersonen, sondern auch Fachexpertinnen mit entsprechend gut ausgebildeten Kompetenzen, um komplexen Pflegesituationen begegnen zu können. Die Fachexpertinnen mit Bachelor- oder/und Masterabschluss beraten und unterstützen sowohl Patienten als auch die Mitarbeitenden in ihrem Alltag. Sie bringen die Voraussetzung

mit, Führungsverantwortung zu übernehmen und begleiten Projekte im Auftrag der Pflegedirektorin. Pfliegerische Massnahmen werden mittels neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse erarbeitet, optimiert, an die Mitarbeitenden vermittelt und anhand von Qualitätsindikatoren überprüft. Der Einsatz von Fachexpertinnen Pflege hat sich in der Spitäler fmi AG bewährt. Ihre Fachex-

pertise wird auch vom interdisziplinären und interprofessionellen Behandlungsteam sehr geschätzt und anerkannt. Für die Zukunft will die Spitäler fmi AG das Potenzial der Fachexpertinnen Pflege optimal nutzen. Aufgaben, die sich mit dem ärztlichen Bereich uberscheiden, können gemeinsam bearbeitet werden. So ergeben sich neue attraktive Aufgabengebiete für Fachexpertinnen.

## WHO-Jahr der Pflege

Pflegefachpersonen und Hebammen sind global gesehen oft die ersten und einzigen erreichbaren Gesundheitsfachpersonen. Um den immensen Beitrag, den die Pflegefachpersonen und Hebammen tagtäglich weltweit leisten, ins öffentliche Bewusstsein zu rücken und auch, um die Politik davon zu überzeugen, mehr Mittel für diese zentralen Berufsbilder im Gesundheitswesen zur Verfügung zu stellen, hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) 2020 zum Jahr der Pflegefachpersonen und Hebammen erklärt. Dieses «Jahr der Pflege» ist vorbei, die enorme Bedeutung, Wichtigkeit und Qualität der Pflegeberufe aber bleibt und nimmt weiter zu.

## Osteoporose

# Knochenmineraldichte messen direkt beim Bahnhof Interlaken

**Osteoporose ist eine schleichende Erkrankung des Skelettsystems, die bei gewissen Personen zu Knochenbrüchen führen kann. Die Spitäler fmi AG hat das Angebot zur Messung der Knochenmineraldichte erweitert, um Patienten mit allfälliger Osteoporose frühzeitig erkennen und behandeln zu können.**

Mit zunehmendem Alter ist ein Verlust der Knochenmasse von etwa einem Prozent ein normaler, natürlicher Prozess. Gefährlich wird es, wenn diese Rate aus verschiedenen Gründen überschritten wird. Wenn Knochenabbau und Knochenaufbau nicht mehr im Einklang sind, werden die Knochen porös und instabil. Sie drohen selbst bei geringer Belastung

zu brechen. Der Volksmund spricht dann von Knochenschwund. Besonders betroffen sind Frauen: Während und nach den Wechseljahren produziert der Körper immer weniger knochenschutzendes östrogen, und der Abbau von Knochenmasse kann dann bis zu vier Prozent pro Jahr betragen. Bei Männern passiert der Abbau der Knochenmasse normalerweise weniger schnell und dramatisch. Sie erkranken jedoch häufig im Rahmen einer anderen Erkrankung an einer sogenannten Sekundär-Osteoporose.

### Unvermeidbare und vermeidbare Risikofaktoren

Bei der Entstehung der Osteoporose dürfte die Genetik eine Rolle spielen. Ein übermässiger Knochenschwund kann

zudem durch chronische Darmentzündungen, hormonelle und entzündliche rheumatische Erkrankungen, Nierenleiden, Krebs, Leberfunktionsstörungen oder durch bestimmte Medikamente wie

**1 Mio.**

**Personen in der Schweiz sind von verminderter Knochendichte betroffen, und 330 000 Menschen haben Osteoporose.**





Cortison, Blutverdünner oder Tumorthera-  
peutika ausgelöst werden. Andere Ri-  
sikofaktoren sind beeinflussbar, so zum  
Beispiel das Rauchen, Bewegungsmangel  
und eine Fehlernährung, beispielsweise  
aufgrund unzureichender Zufuhr von Ei-  
weiss, Kalzium und Vitamin D oder über-  
mässigem Alkoholkonsum.

### Lange keine Symptome

Der Abbau von Knochenmasse an sich  
verursacht keine Beschwerden. Das hat  
zur Folge, dass die Krankheit generell  
zu spät diagnostiziert wird. Umso wich-  
tiger ist es, auf bestimmte Anzeichen wie  
Rückenschmerzen, eine Buckelbildung  
(Verkrümmung der Wirbelsäule) oder  
eine Abnahme der Körpergrösse um  
mehr als vier Zentimeter zu achten. Jeder  
Knochenbruch ohne Unfall oder Gewalt-  
einwirkung ist verdächtig. Am meisten  
betroffen sind der Oberschenkelknochen

nahe dem Hüftgelenk, das Handgelenk  
oder die Rückenwirbel.

### Unkomplizierte Messung des Knochenkalziumgehalts

Eine frühzeitige Diagnose und Behand-  
lung kann die Krankheit zwar nicht heil-  
en, aber den Verlauf verlangsamen und  
so die Lebensqualität der Betroffenen  
markant verbessern. Die Spitäler fmi AG  
haben deshalb ein eigenes Densitomet-  
rie-Gerät zur Messung des Knochenkal-  
ziumgehalts – dieser ist entscheidend für  
die Festigkeit der Knochen – angeschafft.  
Und mit der Walk-in-Clinic direkt am  
Bahnhof Interlaken West wurde ein op-  
timaler und zentraler, einfach zugängli-  
cher Standort gefunden. Die nur wenige  
Minuten dauernde Untersuchung mittels  
eines belastungsarmen Röntgenstrahls  
erfolgt nach Überweisung durch den  
Haus- oder Spezialarzt. Das Gerät ersetzt

in Interlaken das Osteomobil, die mobile  
Densitometrie-Einheit des Inselspitals, die  
vor allem für Messungen in entlegenen  
Regionen gedacht ist und am fmi-Spital  
Frutigen nach wie vor im Einsatz bleibt.

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Daniel Schenk  
Facharzt FMH Allgemeine Innere Medizin,  
Ärztlicher Leiter Walk-in-Clinic

### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Walk-in-Clinic Interlaken  
Bahnhofstrasse 28, 3800 Interlaken  
Öffnungszeiten:  
Mo-Fr 8-11.30 Uhr / 13-17 Uhr  
Tel. 033 826 21 00  
info@walk-in-clinic.ch  
www.walk-in-clinic.ch



Link zur Website  
Walk-in-Clinic  
Bahnhof Interlaken

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spital STS AG wenden.

## Osteoporose-Therapie

Diese basiert auf verschiedenen Säulen:

- «Knochengesunde» Ernährung mit ausreichender Zufuhr von Kalzium, Eiweiss und Vitamin D.
- Vermeiden von Risikofaktoren wie Rauchen, übermässiger Alkoholkonsum.
- Halten eines normalen, nicht zu tiefen Körpergewichts.
- Ausreichend und regelmässige körperliche Bewegung, sportliche Aktivität und Wissen über Sturzprävention. Darauf aufbauend kann eine Therapie mit Osteoporose-spezifischen Medikamenten eingeleitet werden.

# Neue fmi-Praxis in Spiez Alles für die Frauengesundheit



**Das Zentrum für Gynäkologie und Geburtshilfe Spiez der Spitäler fmi AG wurde im August 2020 neu eröffnet. Ein Team von Fachpersonen stellt alles rund um die Frauengesundheit sicher: von der Vorsorge-Untersuchung über die Begleitung einer Schwangerschaft bis hin zur Diagnostik.**

Schwangerschaft und Geburt gehören zu den wichtigsten Ereignissen im Leben einer Frau. Sich dabei medizinisch gut betreut zu wissen, ist zentral. Das «Zentrum für Gynäkologie und Geburtshilfe Spiez» beim Bahnhof Spiez begleitet Frauen rund um die Geburt – aber nicht nur. Es steht den Frauen auch bei allen anderen gynäkologischen Fragen zur Seite.

Das Team im neu gestalteten Zentrum besteht derzeit aus einer Gynäkologin, einem Gynäkologen sowie Hebammen und einer Praxisassistentin. Sie sind auch an den fmi-Spitälern Interlaken oder Frutigen tätig und verfügen über eine breite praktische Erfahrung rund um Schwangerschaft, Geburt, Kinderwunsch oder Familienplanung. Im Zentrum werden die regelmässigen gynäkologischen Vorsorge-Untersuchungen ebenso durchgeführt wie Abklärungen bei Menstruations- und Unterbauchbeschwerden oder Infektionen. Zum Angebot gehören zudem Vor-

sorge und Behandlung von Brustkrankungen. Für junge Frauen gibt es eine spezielle Teenager-Sprechstunde, für ältere Beratungen rund um die Menopause oder um Beschwerden, die mit dem Alter auftreten können.

## **Dasselbe Team von A bis Z**

Im Zentrum können mittels Ultraschall die Gebärmutter, die Eierstöcke oder die Brust untersucht werden. So ist es möglich, die Eileiter-Durchgängigkeit ohne Röntgenbilder abzuklären. Diagnostik und Therapie



## Zentrum für Gynäkologie und Geburtshilfe Spiez

Die Praxis liegt zentral in Spiez. Sie ist in fünf Gehminuten ab Bahnhof Spiez, in zwei Minuten ab Bushaltestelle Niesenbrücke erreichbar. Parkplätze sind auf dem Gelände vorhanden. Öffnungszeiten Di-Do 8-12 und 13-17 Uhr (ansonsten Notfallaufnahmen der fmi-Spitäler Frutigen, Tel. 033 672 26 26 oder Interlaken, Tel. 033 826 26 26). Das «Zentrum für Gynäkologie und Geburtshilfe Spiez» gehört zur Spitäler fmi AG und wurde unlängst neu organisiert und umgestaltet. An den fmi-Spitälern in Frutigen und Interlaken stehen die Infrastrukturen für Geburten und Operationen zur Verfügung.

565

**Geburten führten  
die fmi-Spitäler Frutigen  
und Interlaken letztes  
Jahr durch.**

bei Beschwerden und Erkrankungen von Brust und Unterleib gehören ebenso zum Angebot wie die Nachsorge bei Krebserkrankungen. Sollte eine Operation nötig

**«Kompetente, herzliche und unkomplizierte Betreuung in allen Belangen der Frauengesundheit.»**

sein – etwa an der Gebärmutter oder der Brust –, ist diese in den nahen fmi-Spitälern Interlaken oder Frutigen möglich. Schwangere Frauen werden von der Bestätigung der Schwangerschaft über sämtliche Untersuchungen bis zum Wochenbett und zur Stillberatung vom Team

des Zentrums begleitet. Dieses klärt auch Risikoschwangerschaften ab. Bei Konfliktschwangerschaften dürfen die Frauen mit einer verständnisvollen Beratung rech-

nen. Die Geburt selber kann, wenn sie an den fmi-Spitälern Frutigen oder Interlaken erfolgt, von Fachpersonen desselben Teams unterstützt werden.

#### Die Auskunftspersonen



Dr. med. Aurel Bartsch  
Facharzt Gynäkologie und Geburtshilfe,  
Chefarzt Gynäkologie und Geburtshilfe  
Spital Frutigen

#### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Spital Frutigen  
Adelbodenstrasse 27, 3714 Frutigen  
Tel. 033 672 26 26  
f.praxisgyn@spitalfmi.ch



Dr. med. Anna Habegger  
Fachärztin FMH Gynäkologie und  
Geburtshilfe, Oberärztin Gynäkologie  
und Geburtshilfe Spital Interlaken

#### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Zentrum für Gynäkologie  
und Geburtshilfe Spiez  
Krattigstrasse 6, 3700 Spiez  
Öffnungszeiten: Di-Do 8-12 Uhr, 13-17 Uhr  
Tel. 033 826 24 24  
info@gynspiez.ch  
www.gynspiez.ch



Link zur Website  
Zentrum für  
Gynäkologie und  
Geburtshilfe Spiez

*Patientinnen können sich auch an die  
Spezialisten der Spital STS AG wenden.*

## Analerkrankungen Müssen kein Tabuthema sein

**Über kaum eine andere Krankheit wird so ungern gesprochen wie wenn es im Analbereich juckt, nässt, schmerzt oder blutet. Dabei kann eine individuell angepasste Therapie dem stillen Leiden meist ein rasches Ende setzen.**

Während die häufigsten Analerkrankungen wie Hämorrhoiden, Fissuren und perianale Hautprobleme nach der Diagnose problemlos über die hausärztliche Praxis behandelt werden können, sollten chronische Verstopfung, Stuhlinkontinenz und deren Mischformen sowie akute Anal- oder Steissbein-Abszesse und -Fisteln, Analvenenthrombosen und Marisken von einem spezialisierten Chirurgen, dem Proktologen, abgeklärt und behan-

delt werden. Die präzise Befragung der Patienten und die Spiegelung des Darmausgangs gehören dabei zur Basisdiagnostik. Hierzu wird keine Vorbereitung benötigt, in Einzelfällen ist die vorhergehende Durchführung eines kleinen Einlaufs zur Reinigung des Enddarms empfohlen. Je nach Bedarf können zur verfeinerten Abklärung Spezialuntersuchungen wie die 3-D-Endosonografie, die Druckmessung des Schliessmuskels oder die Röntgendarstellung des Stuhlgangs herangezogen werden.

Die Spezialisten der Spitäler fmi AG bieten Patienten eine umfassende Betreuung und Behandlung, sowohl bei einfachen wie komplexen proktologischen Problemen – unter anderem bei diesen Erkrankungen:

#### Hämorrhoiden

Sie sind ein Geflecht an Blutgefässen um den Darmausgang, die wichtig sind für die «Feinabdichtung» des Enddarms. Verschiedene Faktoren können aber im Laufe der Zeit dazu führen, dass diese Blutgefässe sich kissenartig aufweiten und Beschwerden verursachen. Die wichtigste Therapie in allen Stadien besteht in einer guten Stuhlregulation, allenfalls unter Einsatz von Abführmitteln. Bei akuten Beschwerden kann auch die lokale Anwendung von Salben oder Zäpfchen Linderung verschaffen. Bleiben trotz weichem Stuhl die Symptome bestehen, so sollte eine operative Therapie der Hämorrhoiden, zum Beispiel eine sogenannte Gummibandligatur oder auch die Entfernung des



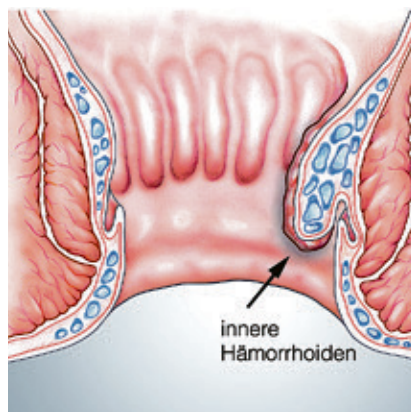
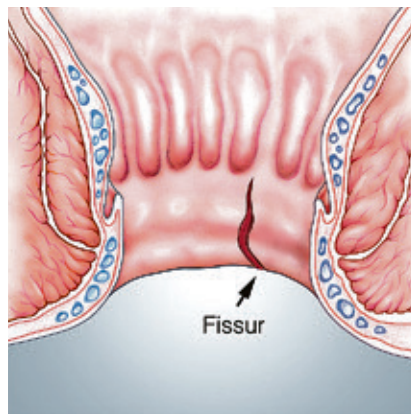
Hämorrhoidalgewebes, in Betracht gezogen werden.

### **Analfissur (Afterriss)**

Längsrisse der Schleimhaut am äusseren Ende des Analkanals. Das Leitsymptom sind die beim Stuhlgang auftretenden und in der Regel etwa eine halbe Stunde anhaltenden, meist als

**«Abwarten ist keine Lösung, denn es gibt gute Behandlungsmöglichkeiten.»**

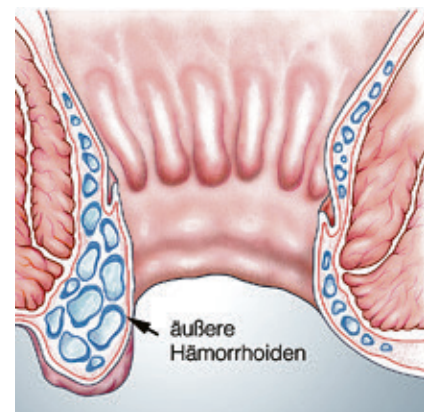
brennend oder stechend beschriebenen Schmerzen. Auch hier ist die gute Stuhlregulation die wichtigste Therapie. Sie wird ergänzt durch eine effektive Schmerzbehandlung sowie die lokale Anwendung spezieller Crèmes, die den Schliessmuskel lösen. Tritt keine Heilung ein, so wird der operative



Eingriff nötig. Eine lokale Infiltration des Schliessmuskels mit Botulinum Toxin (Botox), das Ausschneiden des Narbengewebes oder das Einschneiden des Schliessmuskels können dabei angezeigt sein.

### **Abszess oder Fistel am After**

Akute eitrige Gewebseinschmelzung in der Analregion. Ein Analabszess muss (notfallmässig) operativ entlastet werden. Unter lokaler Anästhesie wird die-



ser ausreichend eröffnet und drainiert. Nach der Operation erfolgt die offene Wundbehandlung mittels häufigem Ausduschen der Wunde und adäquater Schmerztherapie. Besteht ein Verbindungsgang zwischen (ehemaligem) Abszess und Darmlumen, so spricht man von einer Fistel. Deren Therapie ist stets chirurgisch unter vorgängiger 3D-Ultraschall-Untersuchung. Vor allem im Rahmen der Erkrankung Morbus Crohn können sich im Darmausgangs-Bereich kleine Gänge bilden, die Flüssigkeit, Eiter absondern und schmerzhaft sind.

#### **Sinus pilonidalis (Steissbeinfisteln)**

Fachbegriff für eine Entzündung im Bereich des Steissbeins, verursacht durch in die Unterhaut einwachsende Haare. Der akute Abszess wird, meist in lokaler Betäubung, operativ eröffnet, sodass der Eiter abfliessen kann. Ist die Infektion abgeklungen, sollte in einem zweiten Schritt die Steissbeinfistel vollständig entfernt werden.

#### **Analvenenthrombose**

Meist plötzlich auftretende schmerzhafte Schwellung, ausgelöst durch eine Thrombose im Gefässkranz am Darmausgang. Die Therapie kann medikamentös oder chirurgisch erfolgen.

#### **Marisken**

Harmlose Hautlappen am Darmausgang. Sollten diese bei der täglichen Hygiene stören, können sie durch einen kleinen Eingriff in lokaler Betäubung entfernt werden.

**50%**  
der erwachsenen Bevölkerung  
leiden einmal im Leben  
an einer oder mehreren  
Erkrankungen des Afters  
oder Enddarms.

#### **Chronische Verstopfung**

Häufiges Problem, das mehrere Ursachen haben kann. Bei der Abklärung gilt es, zugrunde liegende Erkrankungen wie Diabetes, Darmkrebs oder Reizdarm auszuschliessen. Eine Darmspiegelung oder Bildgebung zur Darstellung der Beckenbodenanatomie beziehungsweise der Geschwindigkeit der Stuhlpassage kann sinnvoll sein. Oft reichen Massnahmen zur Stuhlregulation. Je nach Situation ist aber eine chirurgische Operation angezeigt.

#### **Stuhlinkontinenz**

Die Ursachen für den unkontrollierten Abgang von Gas, flüssigem oder festem Stuhl sind vielfältig, und oft liegen mehrere Faktoren vor, die zusammen zur Inkontinenz führen. Neben der Ultraschalldiagnostik stellt auch die Untersuchung der Funktion des Schliessmuskels (Manometrie) ein wichtiges Instrument zur sicheren Diagnose dar. Am Anfang der Therapie steht die Stuhlregulation, die zum Ziel hat, die Konsistenz des Stuhls zu normalisieren und die Zeit der Stuhlpassage im Darm

zu verlängern. Auch hier stehen den Spezialisten der Spitäler fmi AG chirurgische Behandlungsmöglichkeiten offen, falls konservative Therapien zu keinem befriedigenden Ergebnis führen.

#### **Die Auskunftspersonen**



Dr. med. Roman Inglin  
Facharzt FMH Chirurgie,  
Schwerpunkt Viszeralchirurgie,  
Stv. Chefarzt Chirurgie

#### **Kontakt:**

Spitäler fmi AG, Spital Interlaken  
Weissenastrasse 27, 3800 Unterseen  
Tel. 033 826 21 85  
i.chirurgie@spitalfmi.ch



Dr. med. Silvio Gujer  
Facharzt FMH Chirurgie,  
Chefarzt Chirurgie

#### **Kontakt:**

Spitäler fmi AG, Spital Frutigen  
Adelbodenstrasse 27, 3714 Frutigen  
Tel. 033 672 23 17  
f.chirurgie@spitalfmi.ch

## Moderne Diagnostik mit 3D-Ultraschall

Bezüglich Abklärung und Weiterbehandlung verschiedener proktologischer Erkrankungen hat sich der Ultraschall des Afters mittels einer speziellen Sonde in den letzten Jahren als unverzichtbares Hilfsmittel in der modernen Proktologie etabliert. Das den Spezialisten am fmi-Spital Interlaken zur Verfügung stehende Gerät ermöglicht die dreidimensionale Echtzeit-Darstellung von Enddarm, Schliessmuskel und Nachbargewebe mit hoher Präzision.



Link zur Website  
Proktologie  
Spital Interlaken

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spital STS AG wenden.



## Fusschirurgie am Spital Interlaken

# Gelenkersatz bei Hallux rigidus

**Wenn das Grosszehen-Grundgelenk von einer Arthrose betroffen ist, spricht man von einem Hallux rigidus. Ist der Gelenkverschleiss bereits weit fortgeschritten, kann ein Teil-Gelenkersatz sinnvoll sein.**

Bei einem Hallux rigidus ist das Grosszehen-Grundgelenk degenerativ verändert (Arthrose). Die Folge: eine oft sehr schmerzhafteste Bewegungseinschränkung. Grund für den Gelenkverschleiss, von dem Männer häufiger betroffen sind als Frauen, ist meist das zunehmende Lebensalter. Beim frühen, vor allem durch Verlust der Beweglichkeit gekennzeichneten Stadium des Hallux rigidus spricht man auch von einem Hallux limitus. Hier besteht schon früh eine eingeschränkte Beweglichkeit der Grosszehe bei noch wenig ausgeprägter Arthrose.

### Schmerzhaft

Oft ist für die betroffenen Patienten das Auftreten und Abrollen über den Fussballen schmerzhaft. Hierdurch entwickelt sich häufig ein Schongang, welcher wiederum Beschwerden am Fussaussenrand, im Knie, in der Hüfte und sogar im Rücken nach sich ziehen kann. Über dem Grosszehen-Grundgelenk entsteht mit der Zeit eine knöcherne Ausziehung (sogener Osteophyt), die vor allem in geschlossenen Schuhen zu ausgeprägten Druckschmerzen führen kann. Im Verlauf der Erkrankung können sich zudem kleine Gelenkkörper ablösen. Gelangen diese in den Gelenkspalt, kann das Grosszehen-Grundgelenk blockiert werden und mit der Zeit sogar versteifen. Nach und nach wird die Grosszehe so immer steifer, bis sie am Ende nahezu vollständig unbeweglich ist.

### Risikofaktoren

Bisher ist nicht eindeutig geklärt, warum ein Hallux rigidus entsteht. Am häufigsten ist die Grosszehen-Grundgelenks-Arthrose erblich bedingt. Aber auch ein höheres Alter, ehemalige Knochenbrüche in Gelenknähe, Gicht und andere Stoffwechselerkrankungen sowie Fehl- oder Überbelastungen können den Verschleissprozess begünstigen.

### Konservative Behandlungen

Ein Hallux rigidus bildet sich nicht von selbst zurück. Je nach Stadium der Erkrankung gibt es jedoch nicht-operative und operative Behandlungsmöglichkeiten, welche immer individuell auf den Patienten und dessen Ansprüche an sein Gelenk zugeschnitten werden. Zu den konservativen Therapiemassnahmen gehören Schmerzmedikamente, die man einnehmen oder als Salbe auf

**2-3%**

der Bevölkerung ab  
Alter 50 leiden unter einem  
Hallux rigidus – der (nach  
dem Hallux valgus, Grosszehen-  
Krümmung) zweithäufigsten  
Funktionsstörung der  
Grosszehe.



das schmerzende Gelenk auftragen kann, sowie physikalische Behandlungen zur Entzündungshemmung und Verbesserung der Beweglichkeit. Im Allgemeinen empfiehlt sich das Tragen von stabilen Alltagsschuhen mit fester Sohle, um schmerzhafte Abrollbewegungen zu reduzieren. Auch eine Infiltrationstherapie, bei der ein lokales Betäubungsmittel und ein Kortison-Präparat in das schmerzhafteste Gelenk gespritzt werden, verschafft Linderung. Wichtig bei allen Gelenkarthrosen ist die regelmässige Bewegung, ohne aber das Gelenk zu überlasten.

### Operative Möglichkeiten

Sollten die Beschwerden mit den nicht-operativen Massnahmen nicht abklingen und zu Einschränkungen im Alltag führen, bestehen verschiedene operative Möglichkeiten. Am fmi-Spital Interlaken gelangen dabei neuste Techniken zur Anwendung und wird dafür gesorgt, dass der Fuss bereits ab dem ersten Tag nach der OP wieder belastet werden kann. Bei noch guter Beweglichkeit der Grosszehe und nur wenig degenerativen Veränderungen am Gelenk reicht es

manchmal, wenn die beeinträchtigenden Verknöcherungen entfernt werden und über einen Knochenschnitt das Gelenk etwas erweitert wird. Zusätzlich kann man Areale mit fehlendem Knorpel bearbeiten, damit an dieser Stelle

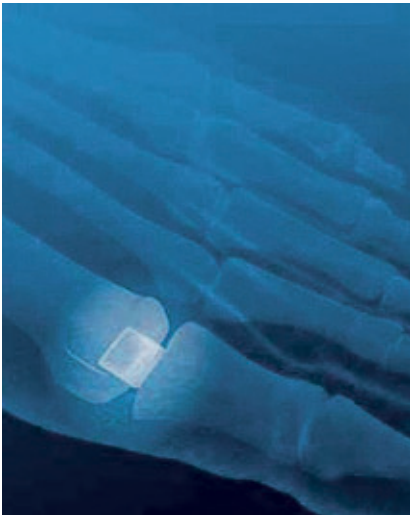
**«Wichtig bei allen Gelenkarthrosen ist die regelmässige Bewegung, ohne aber das Gelenk zu überlasten.»**

eine Art Ersatzknorpel entsteht. Dieser hat jedoch nicht die gleichen Eigenschaften eines gesunden Gelenkknorpels. Dennoch kann hiermit eine gute Schmerzreduktion erreicht werden. Bei einem steifen und schmerzhaften Gelenk mit fortgeschrittenen degenerativen Veränderungen wird mit einer «klassischen» Versteifungsoperation ein gutes Ergebnis mit weitgehender

Schmerzfreiheit erreicht. Körperliche Aktivitäten wie Wandern oder Skifahren sind danach wieder schmerzfrei möglich.

### Neue Generation von Teilgelenkersatz

Künstliche Gelenke zum Ersatz des degenerativ zerstörten Grosszehen-Grundgelenkes gelangen seit Jahrzehnten zum Einsatz. Leider waren diese hinsichtlich Einbau, Langlebigkeit, Restbeschwerden und Wechselmöglichkeiten bis anhin nicht sehr erfolgreich. Seit einigen Jahren hat ein Kunstgelenk neuer Generation die operativen Möglichkeiten erfolgreich erweitert. Bei der sogenannten Cartiva-Teilprothese werden zunächst störende Verknöcherungen entfernt und anschliessend über ein zylindrisches Loch, welches an die Stelle des Knorpelschadens tritt, ein kleiner hoch wasserhaltiger Kunststoffzylinder in den Mittelfussknochen eingepresst. Danach bewegt sich die Zehe nicht mehr schmerzhaft über den zerstörten Gelenkknorpel, sondern über den leicht elastischen «Platzhalter». Die Vorteile dieses Teilgelenkersatzes sind



die gute Verträglichkeit, die sehr gute Schmerzreduktion und der Erhalt der Beweglichkeit sowie die Möglichkeit zu Wechseloperationen ohne grösseren Knochenverlust. Nach der Operation, die in der Regel nur wenige Minuten dauert, sollte der Fuss zur Abschwellung und Verbesserung der Wundheilung mehrere Tage hochgelagert werden. Die Vollbelastung des Fusses ist jedoch

am Tag nach der Operation schon wieder möglich. Die Grosszehe muss von Anfang an regelmässig bewegt werden. Schwellungszustände, leichte Schmerzen und eine gewisse Steifigkeit nehmen über mehrere Monate ab. Alltagsschuhe können meist nach vier bis sechs Wochen getragen werden, und sportliche Aktivitäten sind nach vier bis sechs Monaten wieder möglich.

## Die Auskunftsperson



Dr. med. Petra Heil  
Fachärztin FMH Orthopädische Chirurgie  
und Traumatologie des Bewegungsapparates,  
Schwerpunkt Fuss- und Sprunggelenkchirurgie,  
Leitende Ärztin Orthopädie

### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Spital Interlaken  
Weissenastrasse 27, 3800 Unterseen  
Tel. 033 826 29 29 [petra.heil@spitalfmi.ch](mailto:petra.heil@spitalfmi.ch)



Link zur Website  
Fuss- und Sprunggelenkschirurgie  
Spital Interlaken

*Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spital STS AG wenden.*

# Darmkrebs Mit 50 zur Vorsorge- untersuchung

**Kaum eine andere Krebsart kann so gut verhindert oder geheilt werden, wie der Darmkrebs. Das stimmt jedoch nur, wenn dieser frühzeitig erkannt wird. Am zertifizierten Darmkrebszentrum im Spital Thun erhalten Patienten eine umfassende, qualitativ hochstehende Behandlung und Betreuung.**

Mit etwa 4 300 Neuerkrankungen pro Jahr ist Darmkrebs in der Schweiz die dritthäufigste Krebserkrankung. Meist sind die Betroffenen über 50 Jahre alt, aber auch in jüngerem Alter kann einen die Diagnose Darmkrebs treffen.

## Aus Polypen wird Krebs

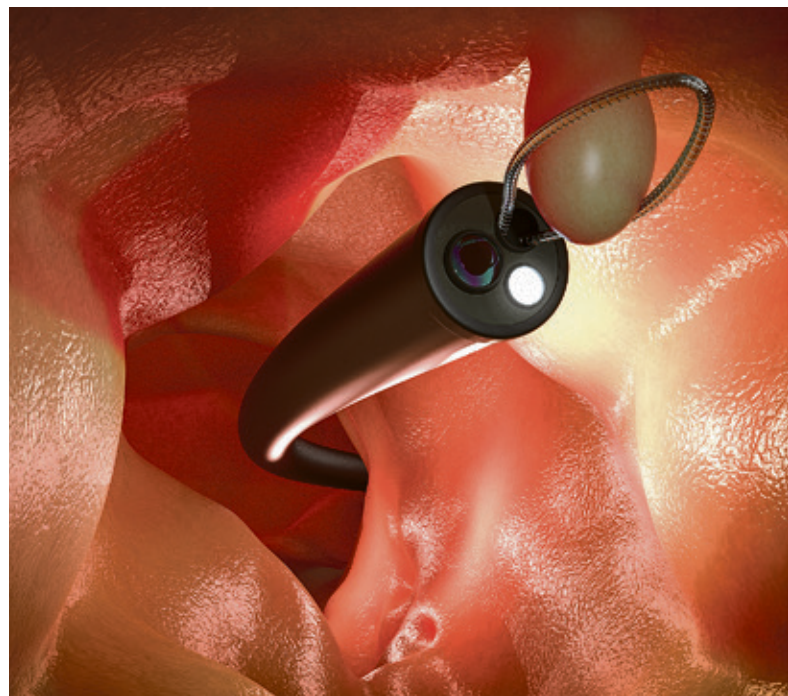
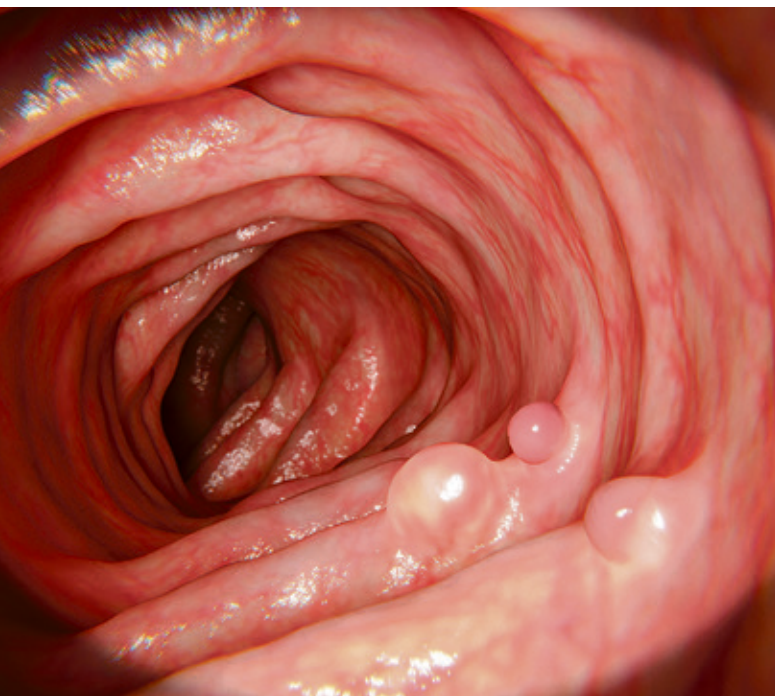
Darmkrebs – im Dickdarm oder Mastdarm – bildet sich in der Regel nicht von heute auf morgen, sondern langsam über Jahre oder Jahrzehnte. Er entsteht aus blumenkohlartigen Auswüchsen der Darmschleimhaut, sogenannten Darmpolypen. In fortgeschrittenen Stadien erreicht der Krebs über die Darmwand die Blut- und Lymphbahnen, es kann – vorwiegend in Leber und Lunge – zu Ablegern (Metastasen) kommen. Als mögliche Risikofaktoren und Ursachen werden eine fleischreiche, fettreiche und faserarme Kost, Nikotinkonsum, Alkoholkonsum, Übergewicht und Bewegungsmangel diskutiert. Chro-

nisch-entzündliche Darmerkrankungen wie Colitis Ulcerosa und Morbus Crohn sowie das Auftreten bestimmter anderer Krebsarten wie Gebärmutterkrebs und Eierstockkrebs erhöhen das Darmkrebsrisiko ebenso wie das Vorhandensein von Darmkrebs oder -polypen bei nahen Verwandten.

**1 200**

**Menschen sterben jedes Jahr in der Schweiz an Darmkrebs – das müsste nicht sein, denn bei frühzeitiger Erkennung kann Darmkrebs nahezu immer verhindert oder geheilt werden.**





### Lange symptomlos

Dickdarpolypen und später Dickdarmkrebs machen lange keine Beschwerden. Treten Symptome auf, befindet sich der Krebs meist schon in einem fortgeschrittenen Stadium. Anzeichen können sein: veränderte Stuhlgewohnheiten, Wechsel von Verstopfung und Durchfall, veränderte Stuhlform, häufiger Stuhldrang ohne erfolgreiche Entleerung, Blut im oder am Stuhl, wiederholte, krampfartige Bauchschmerzen und Allgemeinsymptome wie Leistungsabfall, Müdigkeit und Gewichtsabnahme. Sichtbares Blut im Stuhl ist ein Alarmsignal und sollte immer abgeklärt werden.

### Vorsorgeuntersuchung

Nur ein kleiner Teil der Darmkrebsfälle ist familiär bedingt. Tritt in der Familie (Eltern, Grosseltern, Geschwister) vor Alter 40 oder 45 Darmkrebs auf, ist das ein Hinweis, dass die Genetik eine Rolle spielen könnte. Dann sind eine entsprechende Abklärung und eventuell die frühzeitige Begleitung auch jüngerer Familienangehöriger notwendig. Ansonsten empfehlen

Fachleute, den Dickdarm mit 50 Jahren zum ersten Mal zu untersuchen. Die Krankenkassen bezahlen dann die entsprechenden Vorsorgeuntersuchungen. «Goldstandard» ist eine Dickdarmspiegelung (Koloskopie) alle zehn Jahre. Dabei wird die Darminnenseite mit einem flexiblen Schlauch

---

**«Der beste Schutz vor Darmkrebs bietet die rechtzeitige Vorsorgeuntersuchung. Wir empfehlen, diese nicht vor sich herzuschieben.»**

---

mit integrierter Kamera über den After untersucht und beurteilt. Selbst kleine Polypen, die später zu Krebs entarten könnten, werden so entdeckt. Diese können direkt abgetragen und somit die Krebsentstehung verhindert werden. Auch grosse Polypen lassen sich ohne Notwendigkeit einer Operation

entfernen. Die Dickdarmspiegelung ist schmerzfrei, das Komplikationsrisiko gering.

### Personalisierte Therapie

Wird bei der Spiegelung ein Tumor entdeckt, wird eine Gewebeprobe entnommen. Bestätigt sich dann das Vorliegen von Dickdarmkrebs, schliessen sich zunächst weitere Untersuchungen an. Ebenso wichtig wie die Therapie selbst, ist eine interdisziplinäre und interprofessionelle Betrachtung der Erkrankung, wie sie das Darmkrebszentrum des Spitals Thun gewährleistet. Zentral ist das wöchentliche Tumorboard (Bild Seite 18), an dem alle involvierten Spezialisten – Gastroenterologen, Onkologen, Chirurgen, Radiologen, Strahlentherapeuten, Pathologen und gegebenenfalls Fachärzte weiterer Bereiche – ihre Expertise einbringen, sodass für jeden Patienten individuell die beste Behandlung und Therapie gewählt werden kann. Dabei steht nicht nur die rein medizinische Krebsbehandlung im Vordergrund, sondern auch die psychosoziale Betreuung der Pati-



enten und deren Angehörigen sowie Physiotherapie, Ernährungsberatung und gegebenenfalls Stomaberatung. Grundsätzlich stehen verschiedene Therapien zur Verfügung: Operation, Chemo- und Immuntherapie sowie Bestrahlung. Falls der Dickdarmkrebs noch keine Lymphknoten befallen und nicht gestreut hat, besteht im Anschluss an die Operation keine Notwendigkeit für eine Chemothera-

pie. Ansonsten werden die Operation, eine mögliche Chemotherapie und im Falle des Mastdarmkrebses auch eine allfällige Bestrahlung miteinander verbunden – jeweils eng unter den Fachleuten am Tumorboard abgestimmt. Operative Eingriffe, oft zentraler Bestandteil des Behandlungskonzeptes, werden wenn möglich mittels minimalinvasiver Schlüssellochtechnik durchgeführt. Wichtig und gut zu wissen: Ein

dauerhafter künstlicher Darmausgang kann heute fast immer vermieden werden, ausser der Tumor befindet sich im äussersten Abschnitt des Mastdarms mit Kontakt zum Schliessmuskelapparat.

## Hohe Qualität attestiert, zertifiziert

Das Darmkrebszentrum am Spitalstandort Thun hat im Oktober 2020 als erstes im Kanton Bern die Qualitätsprüfung zur Zertifizierung erfolgreich durchschritten. Es ist damit – neben dem Brustzentrum – bereits das zweite Organkrebszentrum der Spital STS AG und erst das zehnte Kompetenzzentrum überhaupt in der Schweiz, welches diese Zertifizierung von der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) erlangt.

Ein zertifiziertes Zentrum ist ein qualitätsüberprüftes Netzwerk entlang der gesamten Behandlungskette und bietet Krebspatienten Gewähr für die bestmögliche Versorgung von der Diagnose über die stationäre und ambulante Behandlung bis hin zur Nachsorge. Die Erstzertifizierung stellt die Fortsetzung der qualitativ hochstehenden Behandlung und die gebündelte Kompetenz im Darmkrebszentrum dar. Sie wird jährlich von externen Fachexperten vor Ort überprüft.



**Zertifiziertes  
Darmkrebszentrum**

### Die Auskunftsperson



Prof. Dr. med. Georg R. Linke  
Facharzt FMH Chirurgie,  
Schwerpunkt Viszeralchirurgie,  
Chefarzt Chirurgie, Leiter Darmkrebszentrum

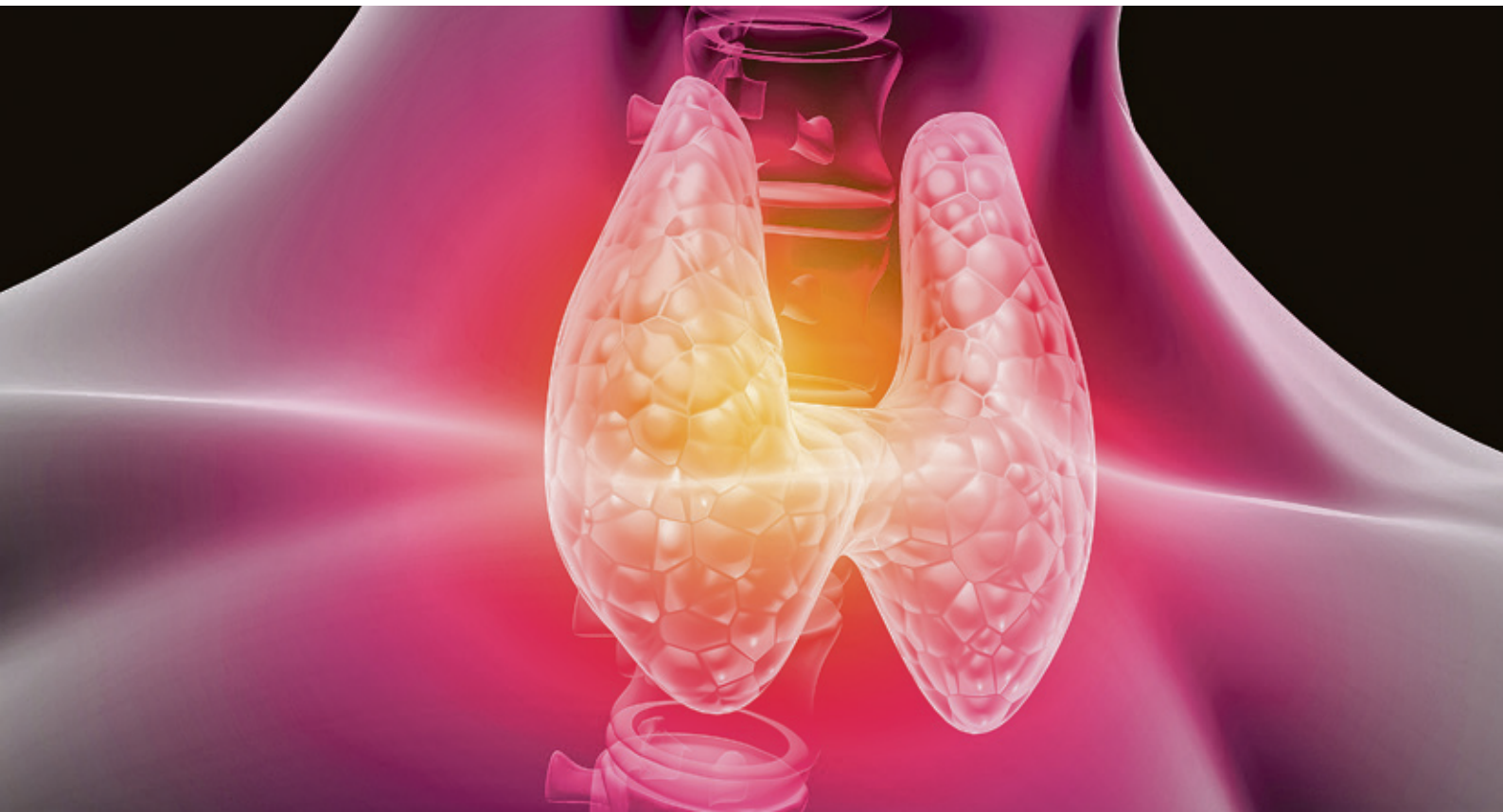
#### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 058 636 26 85  
darmkrebszentrum@spitalstsag.ch



Link zur Website  
Darmkrebszentrum  
Spital Thun

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.



## Schilddrüse

# Kleines Organ mit grosser Wirkung

**Die Schilddrüse im Hals steuert unzählige Funktionen im menschlichen Körper mit. Funktionsstörungen haben entsprechende Auswirkungen auf unsere Entwicklung und unser Wohlbefinden.**

Trotz ihrer grossen Wirkung ist die Schilddrüse nur ein kleines Organ. Sie besteht aus zwei Teilen, die rechts und links der Luftröhre unterhalb des Kehlkopfes anliegen. Wie alle Drüsen des Körpers kommuniziert auch die Schilddrüse jederzeit mit den übergeordneten Drüsen des Gehirns, ob ihre Funktion ausreichend ist und ob die für die Produktion der Schilddrüsenhormone erforderlichen

Stoffe dem Körper zugeführt werden. Die Hauptfunktion der Schilddrüse besteht in der Speicherung von Jod, welches essenziell ist für die Bildung der Schilddrüsenhormone. Diese spielen eine wichtige Rolle für den Energiestoffwechsel, für das Wachstum einzelner Zellen und für den Gesamtorganismus. In unmittelbarer Nachbarschaft an die

Schilddrüse liegen die Nebenschilddrüsen. Auch diese kleinen

Drüsenkörperchen bilden wichtige Hormone, die

vor allem für den Calcium-Phosphat-Stoffwechsel und den Knochenbau verantwortlich sind.

Eine normale Entwicklung des Körpers und des Geistes ist ohne Schilddrüsenhormone nicht möglich.

Kinder, die ohne adäquate Schilddrü-

senfunktion geboren werden, entwickeln schwerste Defizite, die ein normales Wachstum und Erwachsenwerden verhindern. Aber nicht nur in den ersten Lebensjahren sind die Schilddrüsenhormone wichtige Botenstoffe und Stoffwechselregulatoren des Körpers: Auch im fortgeschrittenen Erwachsenenalter bedarf es einer ausgeglichenen Funktion der Schilddrüse, um unsere Organsysteme zu koordinieren und gesund zu halten.

### **Viele Störungen möglich**

Mitte des letzten Jahrhunderts war die Struma (Bild Seite 20), eine offensichtliche Halsschwellung, umgangssprachlich Kropf genannt, oft zu sehen. Dieses Wachstum der Schilddrüse ist ein Kompensationsmechanismus bei nicht ausreichender Bildung der Schilddrüsenhormone aufgrund fehlender Jod-Zufuhr. Dank der gesetzlich geregelten flächen-

**20-30g**

**wiegt die Schilddrüse.**

**Ob ihre Funktion gestört ist, zeigt der TSH-Wert. TSH ist ein Botenstoff, der in der Hirnanhangdrüse entsteht und die Produktion der Schilddrüsenhormone steuert.**

deckenden Versorgung der Bevölkerung mit jodhaltigem Salz in Speisemitteln sieht man den Kropf in der Schweiz heute nur noch selten. Unabhängig von der Grösse der Schilddrüse kann die Funktion dieses Organs gestört sein. Gerade bei Veränderungen der Leistungsfähigkeit, der Schlafgewohnheit, der Beschaffenheit der Haut und der Schleimhäute, aber auch bei Störungen der Herz-Kreislauf-Funktionen ist an eine mögliche Schilddrüsenfehlfunktion zu denken. Mögliche Ursachen können akute oder chronische Entzündungen sein, eine Unter- oder Überfunktion oder langjährig bestehende Strumen, die sich dem natürlichen hormonellen Regelkreis entziehen. Und der Knochenaufbau oder der Knochenabbau können durch Hor-



mit dem Hausarzt des Patienten verschafft weitere wichtige Informationen. Für Spezialuntersuchungen besteht eine enge und zeitnahe Kooperation mit der nuklearmedizinischen Abteilung des Universitätsspitals Bern.

## «Eine umfassende Untersuchung der Schilddrüse ist bei verschiedensten Veränderungen im Körper angebracht.»

monstörungen in der Nebenschilddrüse ausgelöst werden. Gerade bei Patienten mit Nierenerkrankungen aber auch bei älteren Patienten mit Osteoporose ist auf einen gesunden Hormonhaushalt der Nebenschilddrüsen zu achten.

### Grosse Expertise im Spital Thun

Damit ein Patient rasch und wohlbehalten zu seiner individualisierten optimalen Therapie findet, bietet das Schilddrüsenzentrum des Spitals Thun alle hoch spezialisierten Fachgebiete an, die sich mit Erkrankungen der Schilddrüse beschäftigen (Chirurgie, Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Endokrinologie, Diabetologie). Die Untersuchungsoptionen sind im routinierten Alltag schnell durchführbar. Das genaue Betrachten der Halsregion und das Untersuchen mit der Hand ergeben erste Anhaltspunkte für die Beschaffenheit der Schilddrüse. Es folgen Blutuntersuchungen und eine Ultraschall-Abklärung. Der Austausch

### Therapien

Viele Schilddrüsenerkrankungen können mit Medikamenten gut behandelt werden. Den richtigen Weg zu finden, um die biologischen Systeme des Körpers wieder in Einklang zu bringen, ist jedoch nicht immer einfach. Das Schilddrüsenzentrum Thun verfolgt einen interdisziplinären Therapieansatz. Gelegentlich braucht es eine Operation, um erkranktes Gewebe zu entfernen. Der Halsschnitt ist meistens nur wenige Zentimeter lang, und mithilfe von feinsten Instrumenten wird der Eingriff auf engstem Raum im Halsbereich durchgeführt. Mit speziellen Nervenüberwachungsgeräten können die empfindlichen Stimmrippennerven während der Operation überwacht werden, sodass die Gefahr einer Stimmbeeinträchtigung nach der Operation sehr gering ist. Eine Operation an der Schilddrüse kann zwischen einer bis zu drei Stunden dauern. Bei problemlosem postoperativem Verlauf bedarf der Spitalaufenthalt maximal zwei Tage. Allfällige medikamentöse Schilddrüsenhormon-Ergänzungen nach der Operation werden zuvor mit dem Patient besprochen und die Einnahme, der weitere Verlauf eng ärztlich betreut; das ist wichtig, um die biologischen Systeme rasch wieder mit einer normalen Schilddrüsenhormon-Konzentration zu versorgen.

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Maximilian von Pichler  
Facharzt Chirurgie und Viszeralchirurgie,  
Stv. Chefarzt Chirurgie, Leiter Kompetenzzentrum für Stoffwechsel, Diabetes und Adipositas (ADiMet)



Dr. med. Claude Fischer  
Facharzt FMH Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Schwerpunkt Hals- und Gesichtschirurgie, FA Sonographie, Belegarzt



Dr. med. Thomas Zehnder  
Facharzt FMH Allgemeine Innere Medizin,  
Facharzt FMH Angiologie,  
Chefarzt Medizinische Klinik

### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Chirurgische Klinik  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 058 636 26 63  
chirurgie.thun@spitalstsag.ch



Link zur Website  
Schilddrüsenzentrum  
Spital Thun

Patienten können sich auch an die Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.



Über  
10 000

Krebstherapien wurden  
2020 durch das Onkologie-  
und Hämatologiezentrum  
der Spital STS AG Thun  
durchgeführt.

# *Onkologie & Hämatologie «aus einem Guss» – neu auch in Spiez*

**Das Onkologie- und Hämatologiezentrum der Spital STS AG hat einen zweiten Standort: Unweit vom Bahnhof bietet ein erfahrenes und kompetentes Fachteam in Spiez eine umfassende Beratung und Behandlung für Krebspatienten sowie Patienten mit Bluterkrankungen an.**

Die Krebsdiagnostik und -behandlung erfordert viel ärztliche Erfahrung. Unter dem Motto «Onkologie & Hämatologie aus einem Guss» bietet das Onkologie- und Hämatologiezentrum des Spitals Thun ein breites Angebot an – von der Diagnose bis zur Rehabilitation oder Palliation. Das Zentrum ist zudem an wissenschaftlichen Entwicklungen mit Studien beteiligt und verschafft seinen Patienten so Zugang zu neuen innovativen Behandlungen. Dank modernen, massgeschneiderten Therapien wird die Überlebensrate vieler Krebsarten immer besser. Über die Hälfte aller Krebserkrankungen können heute geheilt wer-

den. In nicht heilbaren Situationen können neue Tumorthérapien zunehmend den Krebs von einer akut lebensbedrohlichen in eine chronischen Krankheit umwandeln.

## **Krebs ist individuell**

«Ich versuche stets, meine Patienten so zu behandeln, als gehörten sie zu meiner eigenen Familie», sagt Prof. Dr. med. Ueli Güller, MHS (Master of Health Sciences), Chefarzt des Onkologie- und Hämatologiezentrums im Spital Thun. «Dabei überlege ich mir häufig, was ich meinen Eltern oder Geschwistern jetzt raten würde. Dies hilft, in schwierigen, komplexen Situationen die beste Empfehlung den Patientinnen und Patienten abzugeben.» Das Wissen über Krebs hat in den letzten Jahren enorm und in raschen Schritten zugenommen. Man weiss heute, dass jede Krebserkrankung besondere individuelle, genetische Merkmale aufweist. Eine personalisierte Krebstherapie erfordert nicht nur wie

früher eine Therapiewahl nach Art und Stadium der Krebserkrankung; zusätzlich muss das individuelle Biomarkerprofil eines Tumors in der Therapieplanung berücksichtigt werden. In vielen Fällen sind die klassischen Therapieverfahren – Operation, Strahlen- und Chemotherapie – zwar wirksam, bleiben jedoch vor allem bei fortgeschrittenen Erkrankungen in ihren Möglichkeiten eingeschränkt. Neue Medikamente, welche individuelle biologische Merkmale der Krebszellen nutzen oder das Immunsystem darauf «trainieren», Krebszellen zu erkennen und zu vernichten, können den Krebs oft auch dann noch stoppen oder zurückdrängen, wenn sich bereits Ableger gebildet haben. Weil jede Krebserkrankung ihre genetische Eigenheit hat, wird die Behandlung auf den jeweiligen Patienten zugeschnitten, quasi massgeschneidert. Diese Therapien eröffnen vielen Patienten mit Blutkrebs oder Tumoren beispielsweise der Niere, der Blase, der Prostata, des Darms, der



Lunge, der Brust und der Haut die Chance auf eine besser wirksame, individuelle (personalisierte) Behandlung. Die Wirkstoffe werden als Tabletten, als Infusion oder als Applikation unter die Haut eingesetzt, allein oder in Kombination mit den herkömmlichen Therapien.

### Ganzheitliches Angebot in Spiez

Die Zahl der Krebsfälle nimmt auch im Oberland altersbedingt deutlich zu. Die räumliche Kapazität in Thun ist aufgrund der steigenden Patientenzahlen ausgereizt. Seit Februar betreibt die Spital STS Thun AG an zentraler Lage in Spiez eine moderne und freundlich eingerichtete Aussenstelle. Dr. med. Christoph Ackermann, stellvertretender Chefarzt Onkologie und Hämatologie und Standortleiter der neuen Praxis ist überzeugt, die Bedürfnisse der Patienten aus dem Berner Oberland damit noch besser erfüllen zu können und ihren Komfort zu erhöhen: «Der Behandlungsort ist frei wählbar. Wem Thun zu weit entfernt ist, der erhält in Spiez nun wohnortsnah eine identisch hochqualitative Betreuung und Krebstherapie.» Nebst Chemotherapien, Hormonbehandlungen, gezielten hochmodernen individuellen Tumor- und Immuntherapien für fast alle Krebsarten sind dies auch Beratungsgespräche durch die Pflege und die Breast

Care Nurse. «Das Angebot kann laufend angepasst werden: Je nach Patientenaufkommen und -bedürfnissen ist ein Ausbau der Praxistätigkeit angedacht», erklärt Dr. med. Ackermann. Vor Ort sind auch der frühere onkologische Chefarzt und jetzt Senior Consultant Dr. med. Jean-Marc Lüthi sowie Dr. med. Marcel Adler, Leitender Spitalfacharzt Hämatologie und Pflegefachleute, Disponentinnen und Apotheke. Für die optimale und nahtlose Betreuung ist das Team an beiden Standorten präsent.

### Interdisziplinär & interprofessionell

In der Betreuung der Patienten mit Krebserkrankungen ist eine interdisziplinäre und interprofessionelle Zusammenarbeit von zentraler Bedeutung. Dies ermöglicht kurze Abklärungswege und rasche Therapieentscheide. Am Spital Thun besprechen die Spezialisten verschiedener Fachrichtungen an fünf verschiedenen Tumorkonferenzen (sogenannten Tumorboards) jede Woche die Behandlung der Patienten beider, eng miteinander verknüpften Standorte. Gestützt darauf werden für jeden Patienten individuelle Empfehlungen, Behandlungswege bezüglich der besten heilenden oder palliativen Therapie entwickelt; ganz nach dem Motto: «Zwei Standorte – gleich hohe Behandlungsqualität.»

### Die Auskunftspersonen



Prof. Dr. med. Ueli Güller, MHS  
Facharzt FMH Medizinische Onkologie,  
Facharzt FMH Chirurgie, Chefarzt  
Onkologie- und Hämatologiezentrum



Dr. med. Christoph J. Ackermann  
Facharzt FMH Medizinische Onkologie,  
Facharzt FMH Allgemeine Innere Medizin,  
Stv. Chefarzt Onkologie- und Hämatologiezentrum, Leiter Praxis für Onkologie und Hämatologie Spiez

### Kontakt:

Spital STS AG, Praxis für  
Onkologie und Hämatologie  
Oberlandstrasse 9, 3700 Spiez  
Tel. 058 636 71 50  
onkologie.spiez@spitalstsag.ch



Link zur Website  
Onkologie- und  
Hämatologie-  
zentrum

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.

## Dienstag, Mittwoch, Donnerstag

Die neue Onkologie- und Hämatologie-Praxis an der Oberlandstrasse 9 in Spiez (ehemalige Caritas-Geschäftsstelle) ist etwa fünf Gehminuten vom Bahnhof entfernt, auch mit Auto gut erreichbar und die Bushaltestelle «Oberlandstrasse» liegt direkt vor dem Gebäude. Die Praxis ist vorerst an drei Wochentagen geöffnet: Dienstag, Mittwoch und Donnerstag jeweils von 8.30-17.30 Uhr.



## Geburtshilfe Spital Thun

# Natürlich gebären liegt im Trend

**Möglichst ohne Interventionen gebären; das wünschen sich immer mehr werdende Eltern. Diesem Wunsch kommt das Spital Thun, an dem der Anteil an Kaiserschnittgeburten mit 25 Prozent tiefer liegt als im schweizerischen Durchschnitt, wo immer möglich nach.**

Die Geburt entspannt angehen, loslassen und möglichst ohne ärztliche Interventionen mit der Hebamme gebären: Viele Paare möchten die Geburt ihres Kindes oder ihrer Kinder natürlich und stressfrei erleben, sich dennoch in pflegerischer und medizinischer Sicherheit wissen. Mehr Geburtshilfe und weniger Geburts-

medizin soll es sein. Diesem Wunsch wird das Spital Thun gerecht. Mit dem Modell der Hebammengeburt hat das Spital sogar eine überregionale Vorreiterrolle inne: Die natürliche Geburt wird, wann immer möglich, unterstützt.

**A wie Aromatherapie, Z wie Zäpfchen** Ruhe und Geborgenheit, Privatsphäre, in warmen Farben gehaltene Gebärzimmer und verschiedene Hilfsmittel wie Gebärwanne, Gymnastikball oder Mayahocker sorgen dafür, dass Kinder in einem geschützten und sicheren Rahmen zur Welt kommen können. Ein warmes Bad wirkt schmerzmildernd, eine Massage entspannend, ein feiner Duft stimulierend. Und wenn die Geburtsschmerzen zu intensiv empfunden werden, kommen auf Wunsch der Gebärenden schulmedizinische Schmerztherapien als Unterstützung zum Einsatz. Das Geburtshilfe-Team des Spitals Thun setzt alles daran, dass sich die werdenden Eltern wohl, gut umsorgt und getragen fühlen.

### **Beckenendlage ohne Kaiserschnitt**

Ab der 32. Schwangerschaftswoche (SSW) liegen die meisten Babys im Mut-

terbauch mit dem Kopf nach unten. Doch fünf von 100 Kindern drehen sich nicht und bleiben so in einer Beckenendlage. Bleiben alle alternativen Methoden, das Kind zur Drehung zu animieren, bis zur 37. SSW ohne Erfolg, dann kann ein äusserer Wendungsversuch unternommen werden. Heute spricht sich mehr als die Hälfte der Frauen, deren Kind verkehrt liegt, gegen einen Kaiserschnitt aus. Das ist Ausdruck eines Umdenkens, das in der Region auch mit dem gut harmonierenden Team, bestehend aus Hebammen, Pflegenden, Spital- und Belegärzten der Geburtenabteilung des Spitals Thun, zu tun hat; ihre Expertise, dass ein Kaiserschnitt nicht immer notwendig ist, macht Schule. So kommen mittlerweile im Spital Thun um die dreissig Kinder pro Jahr in Beckenendlage mittels vaginaler Geburt auf die Welt. Dabei haben die Gesundheit und die Sicherheit von Mutter und Kind oberste Priorität – sichergestellt durch rund um die Uhr einsatzbereite kompetente Fachkräfte (etwa der Bereiche Anästhesie, Pädiatrie, Neonatologie, Diagnostik) und moderne Spitaleinrichtungen, Medizintechnik. Geht es Mutter und/oder Kind akut schlecht, hält das Team die

**1119**

**Babys, 566 Mädchen  
und 553 Buben, kamen 2020  
am Spital Thun zur Welt.**

Reaktionszeiten minimal und sorgt dafür, dass das Kind mit einem ungeplanten Kaiserschnitt innerhalb von zehn Minuten auf die Welt gebracht werden kann – eine Situation, die am Spital Thun etwa fünf Mal pro Jahr eintritt. Und eine Selbstverständlichkeit ist die enge und bestens bewährte Zusammenarbeit des Thuner Geburtshilfe-Teams mit der Universitäts-Frauenklinik sowie der Universitäts-Kinderklinik des Berner Inselspitals, insbesondere in Fällen von Frühgeburten.

### Kaiserschnitt – geplant, ungeplant

1 119 Geburten verzeichnete das Spital Thun 2020, davon 821 vaginale Geburten und 298 per Kaiserschnitt. Letztere wiederum lassen sich aufteilen in primäre (geplante) und sekundäre (nicht geplante) Eingriffe. Ein Kaiserschnitt wird beispielsweise dann geplant, wenn die Gebärende infolge früherer Operationen an der Gebärmutter keine normalen Wehen haben darf oder die Gefahr einer Schwangerschaftsvergiftung besteht. Aber auch, wenn bei einer Zwillingsgeburt die Kinder nicht optimal liegen. Ob ein primärer Kaiserschnitt

in Betracht gezogen werden muss, zeigt sich meistens schon während der Schwangerschaft.

### Die Frau hat das Sagen

Gebärende sollen sich wohl und sicher fühlen und darauf vertrauen können, dass ihnen im Spital jegliche unterstützenden Angebote sicher sind. Um im Vorfeld alle Themenfelder möglichst angehen zu können, bietet das Spital Thun als

«Unser Team ist erfahren und motiviert. Das zahlt sich für alle aus.»

Ergänzung zum Geburtsvorbereitungskurs auch das Hebammengespräch an, in dem sich werdende Mütter gemeinsam mit Partner nebst den verschiedenen Geburtsmöglichkeiten auch über den Umgang mit Schmerzen und entsprechende schmerzlindernde Möglichkeiten informieren können. Auch vorangegangenen Geburten und damit gemachten

Erfahrungen wird Raum gegeben.

Entscheidet sich ein Paar für eine Geburt mit einer Beleghebamme, begleitet letztere kontinuierlich in der Schwangerschaft, während der Geburt im Spital und im Wochenbett.

Bei der hebammengeleiteten Geburt greift die Hebamme so wenig wie möglich in den natürlichen Geburtsprozess ein. Sollte die Geburt anders verlaufen als geplant, steht ein erfahrenes Fachärzteam rund um die Uhr bereit. Eine hebammengeleitete Geburt ist dann möglich, wenn die schwangere Frau gesund ist, die Schwangerschaft problemlos verläuft, eine normale Geburt erwartet wird und wenn keine medizinisch problematische Vorgeschichte besteht.



## «Die Geburt an unserem Spital.»

Unter diesem Titel finden regelmässig Informationsabende im Burgsaal Thun (gleich neben dem Spital) statt, immer unter Berücksichtigung der aktuellen Coronavirus-Lage und unter Einhaltung der nötigen Hygienemassnahmen. Weitere Informationen: [www.spitalthun.ch/veranstaltungen](http://www.spitalthun.ch/veranstaltungen)

Auch Besichtigungen der Geburtenstation des Spitals Thun sind möglich, derzeit allerdings nur für einzelne Personen oder ein Paar. Anmeldung, weitere Informationen: Tel. 058 636 28 84.

### Die Auskunftspersonen



Brigitte Graf  
Fachbereichsleiterin  
Geburtenabteilung



Dr. med. Chrysostomos Papaioannou  
Facharzt Gynäkologie und Geburtshilfe,  
Stv. Chefarzt Frauenklinik

### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Gebärsaal:  
Tel. 058 636 28 84  
[gebs.pflege@spitalstsag.ch](mailto:gebs.pflege@spitalstsag.ch)



Link zur Website  
Geburtshilfe  
Spital Thun

Patientinnen können sich auch an die Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.





## Antibiotika

# Wundermittel der Medizin

**Sie gehören zu den grossen Errungenschaften der modernen Medizin, Antibiotika. Bis zu ihrer Entdeckung waren bakterielle Infektionen eine tödliche Gefahr. Doch inzwischen haben sich einige Erreger auf die Medikamente eingestellt. Antibiotika-Resistenzen werden zu einem zunehmenden Problem.**

Eine Zerstretheit hatte der Welt vor über 90 Jahren einen medizinischen Quantensprung beschert. 1928 kehrte der Bakteriologe Alexander Fleming nach den Sommerferien an das St. Mary Hospital in London zurück. Dort stiess er auf eine Petrischale mit einer verschimmelten Bakterienkultur, die er nach einem Experiment auf einem Labortisch stehen gelassen hatte. Zu seinem Erstaunen hatte eine winzige Menge grüner Schimmelpilze die Bakterien an ihrem Wachstum gehemmt. Fleming extrahierte die bakterientötende Substanz und nannte sie Penicillin. Heute gibt es nebst den Penicillinen verschiedene weitere Antibiotika-Gruppen mit unterschiedlicher Therapiewirkung: Manche wirken gegen viele diverse

Bakterienarten (Breitbandantibiotikum) gleichzeitig, manche nur gegen wenige spezifische Keime. Bakterielle Infektionen, die bis zu Flemings Entdeckung oft tödlich endeten, konnten plötzlich geheilt werden.

### Bei Viren wirkungslos

Die Medikamente töten bakterielle Erreger ab oder hemmen deren Wachstum, indem sie unter anderem die Zellwand oder den Stoffwechsel der Mikroorganismen angreifen, beispielsweise bei bakteriellen Blasenentzündungen, Lungenentzündungen, Hirnhautentzündungen oder Wundinfektionen. Gegen Erkältungskrankheiten und Grippe (Influenza), die durch Viren hervorgerufen werden, sind sie wirkungslos. Die Medikamente haben allerdings nicht nur positive Eigenschaften: Sie greifen nicht nur schädliche Bakterien an, sondern auch nützliche – beispielsweise im Darm. Und auch Nebenwirkungen sind relativ häufig.

### Resistenzen, zunehmendes Problem

Ohne wirksame Antibiotika können selbst kleine Wunden lebensbedrohlich

**In 29**  
von 1 000 Arztbesuchen  
wurden 2017 in der Schweiz  
Antibiotika verschrieben – deutlich  
weniger als zwischen 2006  
und 2013, da war die Quote  
34 bis 40 von 1 000.

werden. Operationen und Krebsbehandlungen wären sehr viel schwieriger, weil die Patienten ein relativ hohes Risiko für bakterielle Infektionen tragen. Doch immer mehr Bakterienkeime sind resistent gegen Antibiotika. Der Grund: Zu viele dieser Medikamente gelangen in die Umwelt, werden nicht allein in der Medizin eingesetzt. Die Bakterien stellen sich auf die Mittel ein, passen sich an, werden resistent gegen Antibiotika. Spitäler beschäftigen Spezialisten in Infektionsprävention, die sich mit der Frage beschäftigen, wie man die Bildung und Verbreitung resistenter Erreger verhindern kann. Die wichtigste Massnahme zur Verminderung der Resistenzentwicklung ist die Beschränkung des Antibiotika-Ein-

satzes – darum der Grundsatz, so viel wie nötig, so wenig wie möglich.

**Neue Konzepte, Substanzen gefordert**  
Antibiotikaresistenzen gehören deshalb zu den globalen Herausforderungen beim Schutz von Menschen und Tieren. Den Bakterien ist es egal, ob ihr Wirt menschlich ist oder tierisch. Und sogar Pflanzen werden von denselben Bakterien bevöl-

«Antibiotika sind hochwirksam bei bakteriellen Infektionen. Wegen der Nebenwirkungen und zur Verminderung der Resistenzentwicklung sollten sie auf keinen Fall «zur Sicherheit» bei viralen Infektionen, etwa gegen Schnupfen, eingenommen werden.»

kert. Manche Erreger können vom Tier zum Mensch überspringen, oder umgekehrt. Eine engere Zusammenarbeit von Human- und Tiermedizin im Rahmen des Konzepts «One Health», wie es die Weltgesundheitsorganisation (WHO) vorschlägt, hat grosses Potenzial, Mensch- und Tiergesundheit rasch, wirksam und nachhaltig zu verbessern.



## Kurzinterview mit Mirjam de Roche, Dr. med., Leitende Ärztin Infektiologie Spital Thun:

**Ein Mythos hält sich hartnäckig: Man solle unbedingt die volle Packung Antibiotika einnehmen und die Behandlung nicht vorher abbrechen – stimmt das?**

Dieses alte Paradigma ist falsch. Die Dauer muss ärztlich festgelegt werden, dies in Abhängigkeit des Infektionsgeschehens. Am Anfang einer Infektion wird jetzt mit höherer Dosis gezielter interveniert, danach entscheidet der individuelle Verlauf über Dosis und Ende der Therapie. Je schneller und besser jemand auf die Antibiotika anspricht, desto kürzer wird behandelt. Wichtig ist, Antibiotika nur nach Rücksprache mit dem Arzt abzusetzen.

**Antibiotika haben den Ruf, viele Nebenwirkungen zu haben. Wann und wie sind diese Medikamente schädlich?**

Ja, Antibiotika haben wie andere Medikamente auch Nebenwirkungen. Häufig sind Magen-Darm-Beschwerden. Dies, weil diese Substanzen die Darmflora verändern. In seltenen Fällen kann es sogar zu einer gefährlichen Darmentzündung kommen. Echte Allergien sind auch eine gefürchtete Nebenwirkung. Allerdings haben die meisten Personen, die von einer Allergie berichten, gar keine «echte» Allergie, sondern eine Nebenwirkung, und die Substanz kann bedenkenlos wieder eingesetzt werden. Ein falscher

Ratgeber ist der Spruch «Nützt's nüt, schadet's nüt». Wir setzen Antibiotika sehr bewusst und wohlüberlegt ein. Ein kluger Einsatz ist erforderlich, dort wo Antibiotika unabdingbar sind.

**Wie gross ist das Problem der Resistenzen wirklich, existiert es auch in der Schweiz und im Oberland?**

Wir stellen auch bei unseren Patienten zunehmend resistente Bakterien fest. Die Lage ist jedoch nicht dramatisch. Multiresistent heisst nicht automatisch «nicht behandelbar». Wir weichen in solchen Fällen auf Reserve-Substanzen aus. In Thun haben wir es noch nicht erlebt, dass überhaupt kein Antibiotikum mehr wirksam war.

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Mirjam de Roche  
Fachärztin FMH Allgemeine Innere Medizin,  
Fachärztin FMH Infektiologie,  
Leitende Ärztin Infektiologie

### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 033 226 24 60  
infektiologie@spitalstsag.ch



Link zur Website  
Infektiologie  
Spital Thun

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.



## Psychiatrie «Teil des Alltags geworden.»

**Seit März 2020 teilen sich Dr. med. Kerstin Gentsch (im Bild links) und Dr. med. Franziska Wenger (rechts) die ärztliche Leitung der Psychiatrischen Dienste Thun. Wir sprachen mit den beiden über ihre Chefduo-Funktion, über die psychischen Folgen der Corona-Pandemie, Stress und Reizüberflutung sowie die Zukunft der Psychiatrie.**

### **Wie funktioniert ein Co-Chefduo?**

Kerstin Gentsch: Wir ergänzen uns sehr gut. Franziska arbeitet bereits seit über 20 Jahren hier, kennt die Abläufe und die Region bestens und ist sehr gut vernetzt. Für jemanden wie mich, die neu in dieser Region ist, ist das sehr hilfreich. Wir tauschen uns bei wichtigen Fragen aus und entscheiden gemeinsam. Und was besonders wichtig ist: Wir teilen dieselben Wertevorstellungen.

Franziska Wenger: Zu zweit sieht man mehr. Es ist uns beiden ein Anliegen, dass der Patient im Zentrum steht. Wir passen uns ihm an, nicht er sich uns. Das ist zwar nicht immer hundertprozentig möglich, aber es ist unser Ziel, die Behandlung individuell auf den Patienten zuzuschneiden.

Darüber hinaus ist uns eine gute Zusammenarbeit mit den Zuweisern – Hausärzten und niedergelassenen Psychiatern – äusserst wichtig.

### **Wie hat sich die Corona-Pandemie auf die Psyche der Menschen ausgewirkt?**

Dr. med. Kerstin Gentsch: Wir haben verschiedene Phasen festgestellt. Die erste Welle haben viele als bedrohlich erlebt. Einige haben ihre Erkrankungen wahnhaft verarbeitet und mussten hospitalisiert werden. Gleichzeitig erhielten wir viele telefonische Anfragen von Menschen mit Ängsten.

Während der zweiten Welle haben sich die meisten bereits an die neuen Verhaltensweisen gewöhnt und sich dementsprechend angepasst. Allerdings erleben auch wir jetzt eine grössere Skepsis gegenüber den Corona-Massnahmen. Die Pandemie wird nun von manchen als weniger oder überhaupt nicht bedrohlich erlebt, obwohl die reale Gefahr, selbst an COVID-19 zu erkranken, derzeit vielleicht sogar grösser ist. Es kommen auch mehr Menschen mit wirtschaftlichen Existenzängsten zu uns, sie sind verzweifelt und werden depressiv.

Dr. Franziska Wenger: Am Anfang der Pandemie wurden Wege und Kontakte angstbedingt vermehrt vermieden. Das können Patienten mit einer psychischen Erkrankung meistens jedoch nur bis zu einem gewissen Grad kompensieren und alleine überbrücken. Das Risiko der Vereinsamung ist somit für gewisse Patienten gestiegen. Daher suchen die meisten Patienten jetzt wieder den direkten Kontakt mit den Therapeuten und möchten weniger Konsultationen per Telefon oder Video wahrnehmen. Gleichzeitig kam es in Familien und Partnerschaften häufiger zu Konflikten, Spannungen.

**058  
636 47 00**

**Über diese Telefonnummer  
ist der Psychiatrische  
Notfalldienst des Spitals Thun  
rund um die Uhr  
erreichbar.**

Besonders einschneidend sind die Pandemiemassnahmen für die Bewohner von Altersheimen. Viele von ihnen befürchten wegen der Besuchseinschränkung, dass sie ihre Liebsten nicht mehr wiedersehen und einsam sterben.

### **Wir leben in einer reizüberfluteten, hektischen Welt – was bedeutet das für die Psychiatrie?**

Kerstin Gentsch: Man merkt schon, dass der Stress steigt. Es fehlt die Zeit für den sozialen Austausch, für Aktivitäten, die einem guttun. Die Ruhe wird heute als Luxus empfunden. Dabei kann Stressreduktion sehr wertvoll sein, was letztlich einen gewissen Schutz vor einer psychischen Erkrankung darstellt. Viele Menschen schaffen diesen «Absprung» aber leider nicht mehr.

### **Wohin geht die Reise in der Psychiatrie?**

Franziska Wenger: In den letzten Jahrzehnten flossen viele wichtige Erkenntnisse aus der Hirnforschung und der Pharmakologie ein. Heute stehen uns bei vielen Erkrankungen gute Medikamente zur Verfügung, etwa bei Schizophrenie oder bei mittel- bis schwergradigen Depressionen. Dazu kommt, dass der Glaube an die eine «allein-seligmachende» Therapie glücklicherweise verfliegen ist, und es einen Konsens zur psychotherapeutischen Vielfalt gibt.

Kerstin Gentsch: Die Psychiatrie hat sich in den letzten Jahrzehnten immer mehr geöffnet. Auch bei uns in Thun ist sie in das somatische Spital integriert. Wir sind nicht wie früher eine Klinik irgendwo am Rande der Stadt, abgeschnitten vom gesellschaftlichen Leben, sondern mitten drin. Die Psychiatrie ist Teil des Alltags geworden.

### **Sind psychische Erkrankungen immer noch mit einem Stigma behaftet?**

Kerstin Gentsch: Das ist leider immer noch ein Thema, ja. Dadurch, dass beispielsweise ein «Burnout» offener diskutiert wird, sind wir zwar einer Entstigmatisierung nähergerückt, wir sind aber noch nicht da, wo wir gerne wären.

Franziska Wenger: Wir beobachten, dass die Hemmschwelle, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, in den

«Die Hemmschwelle, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist in den letzten Jahren niedriger geworden. Das ist eine gute Entwicklung.»

letzten Jahren niedriger wurde. Man spricht im Freundeskreis heute offener über psychische Probleme. Das ist eine gute Entwicklung.

### **In der Medizin von heute lautet einer der Grundsätze «ambulant vor stationär» – wie sieht es damit in der Psychiatrie aus?**

Kerstin Gentsch: Auch in der Psychiatrie werden die ambulanten Behandlungsmöglichkeiten laufend ausgebaut. Seit März bieten wir die akute Psychiatriebehandlung zuhause an. Patienten mit Schizophrenie oder Depressionen bleiben so in ihrem gewohnten Umfeld und lernen unter Begleitung von Pflegenden und Ärzten, wie sie ihre zuvor nicht mehr zu bewältigenden Alltagsaktivitäten wieder aufnehmen können.

### **Wie sind die psychiatrischen Dienste des Spitals Thun konkret aufgestellt?**

Franziska Wenger: Wir decken mit 80 Vollzeitstellen ein Einzugsgebiet mit 180 000 Menschen ab und behandeln das ganze Spektrum psychischer Erkrankungen. Wir haben Ambulatorien in Thun, Steffisburg, Münsingen und Zweisimmen, zwei Tageskliniken, eine Abteilung für Alterspsychiatrie einschliesslich Memory Klinik und bieten zusätzlich aufsuchende Dienste zuhause und in Altersheimen an sowie konsiliarische Behandlungen in Spitälern und diverse Gruppentherapien.

Kerstin Gentsch: Nicht zu vergessen die 24-Stunden Notfallversorgung für die Region.

### **Die Auskunftspersonen**



Dr. med. Franziska Wenger  
Fachärztin FMH Psychiatrie und Psychotherapie,  
Chefärztin Psychiatrie



Dr. med. Kerstin Gentsch  
Fachärztin FMH Psychiatrie und Psychotherapie,  
Chefärztin Psychiatrie

### **Kontakt:**

Spital STS AG, Spital Thun  
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 058 636 47 00  
psychiatrie@spitalstsag.ch



Link zur Website  
Psychiatrische  
Dienste  
Spital Thun

Patienten können sich auch an die  
Spezialisten der Spitäler fmi AG wenden.

## **Zu den Personen**

**Dr. med. Franziska Wenger** (58) studierte Humanmedizin an der Universität Bern und promovierte dort 1988. Seit 1998 arbeitet sie in diversen Funktionen bei den Psychiatrischen Diensten in Thun. Sie ist Mitglied der Prüfungskommission der Schweizerischen Gesellschaft für Alterspsychiatrie und Alterspsychotherapie und Präsidentin der Berner Gesellschaft für Alterspsychiatrie und Alterspsychotherapie.

**Dr. med. Kerstin Gentsch** (49) studierte Humanmedizin an den Universitäten in Bochum, Tübingen (D) und Harvard (USA) und erwarb zudem den Titel Master of Public Health. Später widmete sie sich der Gesundheitsökonomie und Unternehmensberatung. Seit 2012 ist sie an Schweizer Psychiatrie-Institutionen tätig, zuletzt als Leitende Ärztin der Privatklinik Meiringen AG.

# EDEN Reha- und Kurklinik

## Alles aus einer Hand

**-110 °C**

**Ganzkörper-Kältetherapien zur Schmerzbehandlung bietet das EDEN an, ein Novum für Rehakliniken in der Schweiz.**



**Integrierte Versorgung wird in der Reha- und Kurklinik EDEN oberhalb des Brienzsees grossgeschrieben. Zuweisende Kliniken und das Behandlungsteam vor Ort arbeiten Hand in Hand, um die Patienten individuell optimal zu rehabilitieren.**

Als Rehabilitationsklinik für die stationäre Rehabilitation des Stütz- und Bewegungsapparates und Kurhaus für rekonvaleszente Gäste setzt die Reha- und Kurklinik EDEN alles daran, Patienten und Gäste optimal zu versorgen. CEO Gerhard Zundel: «Unsere integrierte Versorgung gewährleistet einen Behandlungsprozess mit klar definierten Schnittstellen. Durch die koordinierte Zusammenarbeit mit ausgewählten Spitalgruppen können wir die Behandlungsqualität steigern und unnötige Kosten vermeiden.»

### **Sicherheit für Patienten**

Alle Fachkräfte entlang des Behandlungs- und Betreuungspfades arbeiten eng zusammen und tauschen sich inten-

siv aus, sodass Doppelspurigkeiten oder Richtungswechsel im Behandlungsprozess vermieden werden. «Die gesamte Behandlung erfolgt «aus einer Hand», von der ersten Untersuchung über die Operation bis zur stationären Rehabilitation oder Kur und der ambulanten Nachsorge», so Gerhard Zundel. Oft erkennt der behandelnde Arzt bereits bei der Voruntersuchung, dass sein Patient nach einem chirurgischen Eingriff fachgerechte Unterstützung in einem stationären Setting benötigt, um die Selbstständigkeit möglichst rasch wiederzuerlangen. In diesen Fällen wird der Patient bereits Wochen vor der Operation in der Reha- und Kurklinik EDEN angemeldet. «Für die Patienten ist es beruhigend zu wissen, was in den ersten Wochen nach dem Eingriff mit ihnen geschieht.»

### **Kurze Aufenthaltsdauer im EDEN**

Besonders profitieren die Patienten davon, dass ihre Behandlungen und Therapien optimal auf die Behandlungskonzepte der zuweisenden Orthopädiezentren abge-

stimmt sind. «Unsere Therapeuten mobilisieren die Patienten nach den Schemen, die der jeweilige Orthopäde vorgibt», sagt CEO Zundel. Für die Patienten wird ein individuelles Programm zusammengestellt, das zwei bis vier Therapieeinheiten pro Tag beinhaltet. Diese gezielte und massgeschneiderte Mobilisation ist denn auch verantwortlich dafür, dass die Patienten das EDEN meist nach durchschnittlich 17 Tagen verlassen können. «Im Vergleich zu den 23 Tagen, die eine durchschnittliche muskuloskeletale Rehabilitation in der Schweiz dauert, ist das sehr kurz.» Neben der Schulmedizin setzen die Ärzte und Therapeuten des EDEN ergänzend auch auf alternative Behandlungsformen. «Etwa Akupunktur oder Ganzkörper-Kältetherapie bei bis zu minus 110 °C gegen Schmerzen», ergänzt Gerhard Zundel.

### **Die Auskunftsperson**



Gerhard Zundel, CEO

### **Kontakt:**

EDEN Reha- & Kurklinik, Panoramastrasse 20, 3854 Oberried am Brienzensee  
Tel. 033 849 85 85, info@kurklinik-eden.ch  
www.kurklinik-eden.ch



**Link zur Website  
Reha- und Kur-  
klinik Eden**

## Aufenthalt im EDEN

Als Reha-Klinik mit Spezialisierung auf den Stütz- und Bewegungsapparat sowie als Kurhaus für erholungsbedürftige Gäste verbindet das EDEN die optimale medizinische Klinik-Infrastruktur mit der Hotellerie eines behaglichen Kurhauses. Der Aufenthalt wird individuell und familiär gestaltet. Neben medizinischen und therapeutischen Einrichtungen (Wellness-Therapiebad, Physiotherapie, Kältekammer usw.) bietet das EDEN Coiffeur, Pedicure, Massage, Cafeteria, Kurbar, Liegeterrasse, Kiosk, Gratisfahrten mit eigenem Bus, musikalische Unterhaltungsabende, 3-D-Kinoabende, Internet-Ecke und Gratis-WLAN im ganzen Haus.



**3 041**  
Patienten  
wurden 2020 im  
Berner Reha Zentrum  
behandelt.

## Berner Reha Zentrum

# Sicherheit und Selbstständigkeit zurückgewinnen

**In der Muskuloskelettalen Rehabilitation verbessern Patienten ihre körperliche Leistungsfähigkeit, damit sie selbstständig in ihr gewohntes Umfeld zurückkehren können. Viele von ihnen leiden noch unter weiteren Beschwerden.**

Sechs Wochen nach seinem letzten Arbeitstag fiel dem frischgebackenen Rentner Arthur Mosimann\* das Treppensteigen immer schwerer, und er hatte Mühe mit dem Atmen. Während der nächsten drei Wochen verspürte er eine zunehmende Schwäche in den Oberschenkeln, und er litt unter Muskelkater, ohne dass er Sport getrieben hätte. Als seine Beine wegen Wassereinlagerungen immer dicker wurden, suchte er den Hausarzt auf. Im Rahmen einer Computertomografie am Inselspital zeigte sich ein Herzbeutelerguss, weitere Untersuchungen ergaben erhöhte Werte des Muskelen-

zyms Creatinkinase sowie positive Rheumafaktoren. Die abschliessende Diagnose lautete: Myositis mit Herzbeteiligung. Myositis ist eine entzündliche Muskelerkrankung, die oft Schmerzen und eine Schwäche der Muskulatur hervorruft.

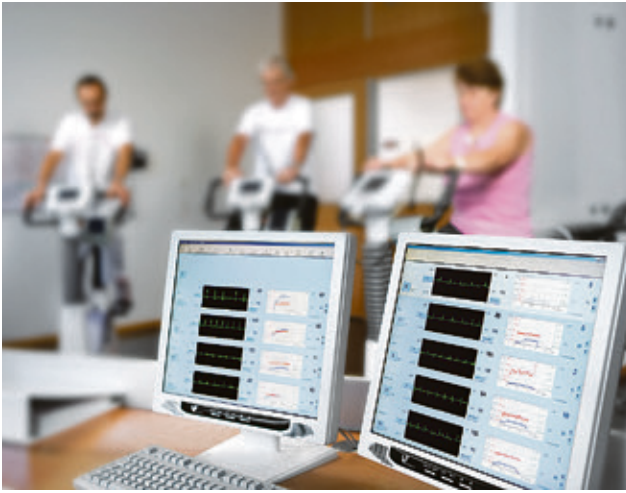
### **Unter Überwachung Kraft aufbauen**

Am Inselspital wird der Herzbeutelerguss punktiert und mit einer medikamentösen Therapie (Cortison und weitere immunsupprimierende Medikamente, die das überaktive Immunsystem unterdrücken sollen) begonnen. Arthur Mosimann ist jedoch zu schwach, um in seine Wohnung zurückzukehren. Er wird ins Berner Reha Zentrum nach Heiligenschwendi überwiesen, um dort unter medizinischer Überwachung wieder Kraft und Kondition aufzubauen und um die verschiedenen Medikamente weiter anzupassen. «Der Patient konnte sich nur mühsam mit Stöcken fortbewe-

gen, keinen Treppentritt bewältigen und litt unter starken Schmerzen», erinnert sich Dr. med. Ursula Steiger, Chefärztin der Muskuloskelettalen Rehabilitation.

### **Spezialisiert auf komplexe Erkrankungen**

In der Muskuloskelettalen Rehabilitation des Berner Reha Zentrums werden spitalbedürftige Patienten mit Erkrankungen oder Verletzungen des Bewegungsapparates behandelt – also nach orthopädischen Eingriffen, nach Verletzungen und Erkrankungen an Knochen, Gelenken, Muskeln oder Sehnen, mit Wirbelsäulenleiden, Arthrose, Osteoporose oder entzündlich-rheumatischen Erkrankungen. «Viele der Patienten leiden nebst ihrer Haupterkrankung häufig an weiteren Begleit- und Folgeerkrankungen. Die Behandlung dieser komplexen Krankheitsbilder ist anspruchsvoll und erfordert die interdisziplinäre Zusam-



menarbeit verschiedener Berufsgruppen – sowohl extern als auch intern», sagt die Cheförztn. Patienten wie Arthur Mosimann profitieren von dieser engen Zusammenarbeit der verschiedenen Spezialisten vor Ort sowie der besonderen Expertise, die das Berner Reha Zentrum auch in komplexen Systemerkrankungen wie Myositis, Rheuma oder Gefässentzündungen hat. Hilfreich ist auch die Infrastruktur des Reha Zentrums, die bis auf Operationssaal oder Notfallstation weitgehend der eines Spitals entspricht und die nebst hohen medizinischen und pflegerischen Leistungen vielfältige diagnostische Möglichkeiten und Laboruntersuchungen ermöglicht. «Wir können viele Untersuchungen direkt hier vor Ort durchführen, ohne dass die Patienten dafür in eine andere Klinik verlegt werden müssen», so Dr. med. Ursula Steiger.

### Massgeschneiderte Therapie

Myositis-Patient Mosimann hat mit den unerwünschten Nebenwirkungen der Cortisontherapie zu kämpfen: Gewichtszunahme, Erhöhung des Blutzuckerspiegels, Bluthochdruck und Muskelabbau. Während des Rehabilitationsaufenthaltes werden die zahlreichen Medikamente angepasst und neu aufeinander abge-

stimmt – keine einfache Aufgabe, gilt es doch immer abzuwägen zwischen der Beeinträchtigung durch die Erkrankung selbst und den auftretenden Nebenwirkungen durch die Therapie.

Ein wichtiger Bestandteil der individualisierten Rehabilitationsmassnahmen ist die Physiotherapie. Um den Schmerzen durch die Entzündung und dem drohenden Muskelabbau entgegenzuwirken, der als Nebenwirkung der Cortisonlangzeiteinnahme beschleunigt wird, absolviert Arthur Mosimann ein speziell angepasstes Trainingsprogramm. Das für die momentane Krankheitsaktivität angepasste Kraft- und Ausdauertraining erfolgt unter kardialer Überwachung, um allfällig auftretende Herzprobleme sofort zu erkennen. In einzelnen Therapiestunden trainiert er das Treppensteigen. Eine Ernährungsberaterin bringt ihm bei, mit welchen Lebensmitteln er den Blutzucker und das Gewicht unter Kontrolle halten kann und trotzdem genügend Eiweiss zu sich nimmt.

Patienten wie Arthur Mosimann sind für Cheförztn Steiger eine spannende Herausforderung: «Sie müssen einerseits akutmedizinisch überwacht und behandelt werden, gleichzeitig gilt es, die verschiedenen rehabilitativen Massnahmen

auf den aktuellen Gesundheitszustand abzustimmen. Immer mit dem Ziel, dass der Patient wieder selbstständig und möglichst schmerzfrei in sein früheres Leben zurückkehren kann.»

Arthur Mosimann verlässt das Reha Zentrum nach dreieinhalb Wochen – ohne Stöcke. Seine Entzündungswerte haben sich normalisiert, er hat sieben Kilo abgenommen, kann wieder Treppensteigen und verspürt vor allem keine Schmerzen mehr.

\*Name von der Redaktion geändert

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Ursula Steiger  
 Fachärztin FMH Rheumatologie, Fachärztin FMH Allgemeine Innere Medizin, Fachärztin FMH Physikalische Medizin & Rehabilitation, Cheförztn Muskuloskelettale Rehabilitation

### Kontakt:

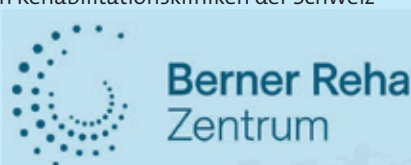
Berner Reha Zentrum  
 Schwendi 299, 3625 Heiligenschwendi  
 Tel. 033 244 33 84  
 u.steiger@rehabern.ch  
 www.rehabern.ch



Link zur Website  
 Berner Reha  
 Zentrum AG

## Berner Reha Zentrum

Das Berner Reha Zentrum ist ein SWISS REHA-zertifiziertes Rehabilitationszentrum für die Behandlung von muskuloskelettalen, kardiovaskulären, pulmonalen, internistischen und onkologischen sowie geriatrischen Erkrankungen. Als eine der führenden Rehabilitationskliniken der Schweiz bietet das Berner Reha Zentrum in schöner Umgebung ganzheitliche Rehabilitation und medizinische Weiterbehandlung an.



# beocare: Wertvolle Hilfe bei Angehörigenbetreuung



**9 505**

**Stunden haben  
beocare-Freiwillige  
im Jahr 2020  
pflegende Angehörige  
im Berner Oberland  
unterstützt.**

**Pflegende Angehörige sind oft rund um die Uhr im Einsatz, manchmal bis zur Erschöpfung. «beocare – Entlastung Angehörige SRK» bietet Entlastungshilfe an. Auszeiten helfen, wertvolle Energie zu tanken und wieder zu Kräften zu kommen.**

Zehntausende Menschen pflegen und betreuen in der Schweiz aufopferungsvoll Familienmitglieder, damit diese ihren Lebensabend im gewohnten Umfeld verbringen können. Sie sind Hauswirtschafter, Physio- und Ergotherapeutin, dann wieder Pflegeperson, Psychologin, Buchhalter, Koordinator, dabei noch Sohn oder Tochter,

Ehepartnerin sowie permanente Ansprechperson für alle. Was schleichend beginnt, wird zur Daueraufgabe. Pflegende Angehörige sind sich häufig nicht bewusst, was sie alles leisten und wie das an ihren Kräften zehrt. Vielen gelingt es nicht, die Balance zwischen all den Anforderungen und ihren eigenen Bedürfnissen zu finden, bedenken nicht, dass das auch ihre Lebenszeit ist.

Eigene Belastungen müssen frühzeitig erkannt werden. Sich rechtzeitig kompetente Unterstützung zu holen, ist für die eigene Lebensqualität essenziell. «beocare - Entlastung Angehörige SRK» sucht gemeinsam mit Betroffene-

nen nach Lösungen. Die diplomierten Pflegefachpersonen vermitteln fachkundige Freiwillige für die Betreuung, Sitzwache und Sterbebegleitung zuhause. Diese leisten den kranken, älteren oder sterbenden Menschen Gesellschaft, führen Gespräche mit ihnen, lesen ihnen etwas vor, spielen, kochen und essen mit ihnen, unternehmen einen Spaziergang oder sind einfach nur da. Während dieser Zeit können sich die pflegenden Angehörigen eine Auszeit gönnen. Verschnaufpausen helfen, Energie zu tanken.

**Schweizerisches Rotes Kreuz  
Croix-Rouge suisse**   
Kanton Bern - Canton de Berne

Das Schweizerische Rote Kreuz ist die grösste humanitäre Organisation der Schweiz. Das SRK Kanton Bern, Region Oberland, engagiert sich in den Bereichen Gesundheit, Entlastung und Bildung. 30 Mitarbeitende und 586 Freiwillige unterstützen Familien, Einzelpersonen und ältere Menschen mit folgenden Dienstleistungen: Fahrdienst, Notruf, Kinderbetreuung zu Hause und beocare – Entlastung Angehörige SRK und Bildung. Das Einzugsgebiet umfasst das gesamte Berner Oberland. Weitere Infos: [www.srk-bern.ch/oberland](http://www.srk-bern.ch/oberland).

## beocare – Entlastung Angehörige SRK

**Beratung:** Kostenlose Information über Entlastungsangebote.

**Entlastung:** Vermittlung von Freiwilligen für Kurzeinsätze, halbe Tage, ganze Tage oder Nachteinsätze. Nicht geleistet wird hauswirtschaftliche oder pflegerische Hilfe.

**Bildung:** Kurse für Freiwillige, Angehörige und Betreuende von älteren, kranken und sterbenden Menschen.

**Trauercafé SRK in Interlaken:** Monatlicher Austausch mit anderen Trauernden.

**Anlaufstelle Thun:** Tel. 033 225 00 87, [info-beocare@srk-bern.ch](mailto:info-beocare@srk-bern.ch)

**Aussenstelle Interlaken:** Tel. 033 826 50 60, [manuela.vonGunten@srk-bern.ch](mailto:manuela.vonGunten@srk-bern.ch)

**Aussenstelle Meiringen:** Tel. 033 972 39 39, [doris.trauffer@srk-bern.ch](mailto:doris.trauffer@srk-bern.ch)

**Aussenstelle Frutigen:** Tel. 033 672 22 37, [ursula.ming@srk-bern.ch](mailto:ursula.ming@srk-bern.ch)

**Aussenstelle St. Stephan:** Tel. 033 828 32 20, [martin.boesch@srk-bern.ch](mailto:martin.boesch@srk-bern.ch)

Tarife: je nach Dauer und Tageszeit CHF 20 bis CHF 80.



**beocare  
Entlastung  
Angehörige SRK**