

# Hellersen. Insight

Das Magazin der  
Sportklinik Hellersen

—  
02.2024

**VORSTANDSVORSITZENDER  
DIRK BURGHAUS IM INTERVIEW**

Kostenlos  
für Sie zum  
mitnehmen!

## Grenzenlose Gesundheit

Die Sportklinik Hellersen setzt auf  
internationale Perspektiven

ARAG Veranstaltungsausfall-Versicherung

## Sichern Sie Veranstaltungsausfälle ab

Sie investieren viel Herzblut, Zeit und Geld in die Veranstaltungen Ihres Vereins. Doch was ist, wenn Sie absagen oder verlegen müssen, zum Beispiel weil das Wetter die rote Karte zeigt? Dann trägt unsere Veranstaltungsausfall-Versicherung die entstandenen Kosten. So bleibt Ihr Verein finanziell im Spiel!

Mehr Infos unter [www.ARAG-Sport.de](http://www.ARAG-Sport.de)



*Jetzt informieren  
und absichern!*



# Editorial

Dirk Burghaus

Vorstandsvorsitzender Sportklinik Hellersen

Als Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik standen wir in der Vergangenheit bereits vor großen Herausforderungen. Die rasante Entwicklung im Gesundheitswesen, die hohen Anforderungen an eine verbesserte Patientenversorgung und die Notwendigkeit, sich den stetig wandelnden Rahmenbedingungen anzupassen, erforderten einen mutigen und innovativen Ansatz.

Um in dieser dynamischen Umgebung erfolgreich zu sein, haben wir im Rahmen der damals bevorstehenden Krankenhausplanung unseren Fokus auf die Spezialisierung gelegt und unsere Expertise in etablierten Fachrichtungen wie der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie gezielt optimiert. Gleichzeitig haben wir neue Angebote geschaffen, um den Bedürfnissen unserer Patienten gerecht zu werden. Diese strategische Neuausrichtung ermöglichte es uns, als Spezialklinik nicht nur die Versorgung zu verbessern, sondern auch unsere Position im Gesundheitsmarkt zu stärken.

Durch den Einsatz modernster Technologien und digitaler Lösungen haben wir unsere Abläufe optimiert und unsere Effizienz erheblich gesteigert. Diese Veränderungen markieren den Beginn einer kontinuierlichen Reise, auf der wir als Sportklinik Hellersen weiterhin innovativ bleiben möchten. In dieser Ausgabe der Hellersen Insight erfahren Sie, wie wir durch internationale Kooperationen eine Vorreiterrolle im Gesundheitswesen anstreben, um die Patientenversorgung zu verbessern und die Patientenzufriedenheit zu erhöhen.

Zusätzlich dürfen Sie sich auch in dieser Ausgabe wieder auf zahlreiche medizinische Beiträge freuen: Dr. Volker Stoll, Chefarzt der Kniechirurgie und Sporttraumatologie, erklärt in einem Interview die Ursachen von Kreuzbandverletzungen und stellt die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten vor. Zudem erläutert Dr. Stefan Nolte, Chefarzt der Konservativen Orthopädie im Deutschen Wirbelsäulen- und

Skoliosezentrum, warum ein Hexenschuss mehr als nur ein Rückenschmerz ist.

Und auch aus unserem Klinikalltag gibt es spannendes zu berichten. In der Rubrik „Ein Tag mit...“ begleiten wir einen Tag lang Oberarzt Elie Hassoun und das #TeamRöntgen vermittelt uns besondere Einblicke in ihre tägliche Arbeit. Darüber hinaus nehmen wir Sie mit auf eine emotionale Reise, in der Dr. Wolfgang Welke, Chefarzt der Speziellen Schmerzmedizin, dem Patienten Thomas Engelberg die Schmerzpumpe Synchromed III einsetzt und ihm so zu mehr Lebensqualität verhilft.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre.



Ihr Dirk Burghaus



# Inhalt

02  
24

Hellersen Insight

## Editorial

- 3 Dirk Burghaus**  
Vorstandsvorsitzender Sportklinik Hellersen

## Kurz notiert

- 6 Sportklinik-Ärzte erneut in Stern-Ärzteliste**  
Magazin Stern kürt Sportklinik Hellersen
- 7 Qualität auf Spitzenniveau**
- 8 Mehr Patientensicherheit durch Patient Blood Management**  
Sportklinik Hellersen brilliert in Handhygiene

## Fakten

- 10 Die Sportklinik in Zahlen**

## Patientenfeedback

- 11 Ihre Meinung ist uns wichtig!**

## Insight

- 18 Sportklinik Hellersen erneut unter TOP Kliniken Deutschlands und als TOP Fachklinik für internationale Patienten empfohlen**
- 24 Dr. Stefan Nolte als Mannschaftsarzt bei den Olympischen Spielen**
- 25 Sportklinik Hellersen unterstützt „Region der Lebensretter MK“**
- 28 Spezialisierung und Innovation im Fokus: Minister Karl-Josef Laumann zu Besuch in der Sportklinik Hellersen**

- 53 Die Gesundheit im Fokus**  
Betriebliches Gesundheitsmanagement an der Sportklinik Hellersen
- 55 Höchste Bildqualität für präzise Diagnosen**  
Ein Blick hinter die Kulissen der Röntgenabteilung
- 58 Ein Tag mit Dr. med. (Univ. Libanon) Elie Hassoun**  
Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie

## Gastbeitrag

- 20 Landessportbund NRW**  
Über 17.000 NRW-Vereine  
Sportanbieter Nummer 1
- 22 Kreissportbund Märkischer Kreis e.V.**  
Sport *und* Bildung? - Sport **ist** Bildung!

## Interview

- 12 Grenzenlose Gesundheit**  
Die Sportklinik Hellersen setzt auf internationale Perspektiven

## Aus den Fachbereichen

### Kniechirurgie und Sporttraumatologie

- 30 Kreuzband-Verletzungen**  
Wenn das Knie aus der Spur gerät

### Fuß- und Sprunggelenkchirurgie

- 32 Keine Sehne ist so kraftvoll, wie die Achillessehne**  
Ob Riss oder Entzündung: Der Erhalt der Sehne hat oberste Priorität



## Sportmedizin

### 35 Aktiv und gesund

Die Bedeutung von Bewegung für die Gesundheitsvorsorge

## Zentrum für Spezielle Schmerzmedizin

### 38 Neue Hoffnung durch innovative Schmerztherapie

Die Geschichte von Thomas Engelberg

## Endoprothetik

### 42 Von der Diagnose zur Endoprothese

Endoprothetik in der Rheumatologie

## Spezielle Wirbelsäulen Chirurgie

### 46 Die Spinalkanalstenose

Wenn jeder Schritt zur Qual wird

## Konservative Orthopädie

### 48 Der Hexenschuss

Mehr als nur ein Rückenschmerz

## Handchirurgie

### 51 Morbus Dupuytren

Wenn die Hände ihren Dienst verweigern

## Ratgeber

### 62 Rezepte

Frische Pasta mit Blattspinat in Pesto-Sahne-Soße mit Kirschtomaten und gebratenen Garnelen

Das original Sportklinik-Müsli

## Impressum

### Herausgeber

Sportklinik Hellersen  
Paulmannshöher Straße 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-0  
Fax 02351 945-2364  
info@hellersen.de  
www.sportklinik-hellersen.de

### Vorstandsvorsitzender

Dirk Burghaus

### Krankenhausträger

Sporthilfe NRW e. V.

### Marketing & Kommunikation

Sarah Burghaus (Leitung)

### Projektleitung

Sarah Burghaus

### Redaktion & Text

Marie Schulz, Viola Schütz

Nachdruck von Berichten und Fotos, auch auszugsweise, nur mit vorheriger Genehmigung der Sportklinik Hellersen.  
©Sportklinik Hellersen

### Bildnachweise

©Sportklinik Hellersen, ©Hanna Witte (Titel, Seite 12/14/15/17/58) ©LSB NRW / Bowinkelmann (Seite 20/21), ©LSB NRW / Andrea Bowinkelmann (Seite 22/23), Region der Lebensretter e.V. (Seite 25/26), Shutterstock: ©Inside Creative House (Seite 35), ©fizkes (Seite 48), ©freepik.com (Seite 41/42/46/63)

## Kurz notiert

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

## Sportklinik-Ärzte erneut in Stern-Ärzteliste



**Dr. Oliver Meier**  
Chefarzt für Spezielle  
Wirbelsäulenchirurgie



**Dr. Ulrich Schneider**  
Leitender Arzt  
Sportmedizin

Dr. Ulrich Schneider, Leitender Arzt der Sportmedizin, und Dr. Oliver Meier, Chefarzt für Spezielle Wirbelsäulenchirurgie im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum an der Sportklinik Hellersen, wurden erneut in die renommierte Stern-Ärzteliste aufgenommen. So wurde Dr. Ulrich Schneider für seine umfassende Erfahrung und seine herausragenden Leistungen im Bereich der Sportmedizin ausgezeichnet. Dr. Oliver Meier, ein führender Spezialist auf dem Gebiet der Wirbelsäulenchirurgie, setzt mit seiner Expertise im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum hohe Maßstäbe in der operativen Behandlung komplexer Wirbelsäulenerkrankungen. ▣



### AUSZEICHNUNG

## Magazin Stern kürt Sportklinik Hellersen

In Deutschland stehen Patienten nahezu 2.400 Krankenhäuser zur Auswahl. Um in diesem umfangreichen Angebot Orientierung zu bieten, veröffentlicht das Magazin „Stern“ regelmäßig umfassende Kliniklisten.

Hier wurde die Sportklinik Hellersen in den Bereichen Wirbelsäulenchirurgie sowie Kreuzbandriss und Meniskus gelistet.



Zur Ermittlung der besten Kliniken wurden neben einer gründlichen Analyse der medizinischen Reputation und der Patientenbewertungen auch qualitative Aspekte wie die Ausstattung, besondere Leistungen und die Einhaltung von Hygiene- und Qualitätsstandards berücksichtigt. „Wir sind stolz darauf, in diesen spezialisierten Bereichen wiederholt ausgezeichnet zu werden“, erklärt Vorstandsvorsitzender Dirk Burghaus und meint weiter: „Diese Anerkennung spiegelt unser Engagement für höchste medizinische Qualität und exzellente Patientenversorgung wider.“

Mit ihrem Fokus auf hervorragende medizinische Betreuung und kontinuierliche Verbesserung hat sich die Sportklinik Hellersen als führende Einrichtung im Bereich der Wirbelsäulenchirurgie sowie der Behandlung von Kreuzbandrissen und Meniskusverletzungen etabliert. ▣

## Kurz notiert

---

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

## Qualität auf Spitzenniveau

---

Die Sportklinik Hellersen setzt erneut hohe Maßstäbe in der medizinischen Versorgung: Die Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik hat erfolgreich die Rezertifizierung nach der internationalen Qualitätsmanagementnorm DIN EN ISO 9001 bestanden. Diese erneute Auszeichnung bestätigt das kontinuierliche Engagement des gesamten Hauses für höchste Standards in Bezug auf Qualität und Patientensicherheit.

Bereits 2021 erhielt die Sportklinik Hellersen erstmals das renommierte ISO 9001-Zertifikat. Nun, drei Jahre später, wurde die Zertifizierung erneut bestätigt, was die fortwährende Optimierung der Prozesse und die Erfüllung strenger Anforderungen dokumentiert. Die DIN EN ISO 9001 ist weltweit anerkannt und steht für exzellente Qualität im Management und in der Patientenversorgung. Diese Norm bescheinigt der Klinik nicht nur die Einhaltung hoher Qualitätsstandards, sondern auch die erfolgreiche Integration effektiver Risikomanagementstrategien. Dies führt zu einer erhöhten Wirtschaftlichkeit und einer besseren Patientenversorgung.

Ein wesentlicher Bestandteil der ISO 9001-Zertifizierung sind die regelmäßigen Überwachungsaudits und die umfassenden Rezertifizierungen, die alle drei Jahre stattfinden. Diese Prüfungen gewährleisten, dass die Qualitätsstandards kontinuierlich eingehalten und weiterentwickelt werden. Durch diesen Prozess sichert die Sportklinik



Hellersen nicht nur ihre herausragende Stellung im Gesundheitsmarkt, sondern unterstreicht auch ihre Zukunftsfähigkeit.

„Die Rezertifizierung der gesamten Sportklinik Hellersen ist nicht nur eine Bestätigung unseres anhaltenden Engagements, den Patienten eine Rundumversorgung auf Spitzenniveau zu bieten, sondern auch ein wichtiges Zeichen in einer Zeit, in der das Gesundheitswesen vor vielen Veränderungen und neuen Herausforderungen steht“, betont Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik und meint weiter: „Die erneute Auszeichnung zeigt, dass wir den aktuellen Anforderungen gerecht werden und darüber hinaus auch für die Zukunft optimal gerüstet sind, um die bestmögliche Versorgung für unsere Patienten sicherzustellen.“

## Kurz notiert

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

## Mehr Patientensicherheit durch Patient Blood Management



Die Sportklinik Hellersen hat sich dem deutschen und europäischen Patient Blood Management (PBM) Netzwerk angeschlossen und für ihre exzellenten Leistungen in diesem Bereich die Silberauszeichnung erhalten. Beim PBM handelt

es sich um ein innovatives medizinisches Konzept, das darauf abzielt, die körpereigenen Blutreserven zu stärken und die Sicherheit der Patienten zu erhöhen. Dies wird erreicht, indem Anämie frühzeitig erkannt und behandelt, Blutverluste reduziert und der Einsatz von Bluttransfusionen auf ein Minimum beschränkt wird.

„Durch unsere Mitgliedschaft im Patient Blood Management Netzwerk haben wir Zugang zu bewährten Praktiken und evidenzbasierten Leitlinien“, erklärt Doctor-Medic Oana Riediger, Chefärztin der Anästhesie an der Sportklinik Hellersen, und meint weiter: „Dies bedeutet konkret, dass wir präventive Maßnahmen ergreifen, um die Notwendigkeit von Bluttransfusionen zu minimieren, was für unsere Patienten eine schnellere Genesung und weniger postoperative Komplikationen bedeutet.“ Der Beitritt zum Netzwerk unterstreicht das Engagement der Sportklinik Hellersen für höchste Behandlungsstandards und umfassende Patientensicherheit. ▀

### AUSZEICHNUNG

## Sportklinik Hellersen brilliert in Handhygiene



In der Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik hat die Hygiene höchste Priorität. Dies bestätigt auch die Auszeichnung der Aktion „Saubere Hände“ mit dem Gold Zertifikat.

Die Zertifizierung ist ein komplexer Prozess, bei dem verschiedene Kriterien erfüllt werden müssen: Neben der Durchführung eines Aktionstages wird unter anderem auch der Verbrauch von Desinfektionsmitteln oder das Verhalten der Mitarbeiter in Bezug auf die Hygienemaßnahmen evaluiert. Die Abteilung Hygiene überwacht die Umsetzung der Maßnahmen, die durch die Aktion „Saubere Hände“ bewertet wurden.

Die Gold-Auszeichnung ist nicht nur eine Anerkennung für die harte Arbeit und das Engagement des gesamten Teams, sondern auch eine Motivation, weiterhin Spitzenleistungen im Bereich der Hygiene zu erbringen. Für die Patienten bedeutet dies ein hohes Maß an Sicherheit und Vertrauen in die Qualität der medizinischen Versorgung. ▀



# Ihre Wirbelsäule in den besten Händen

Im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum helfen wir Ihnen, Ihre Beweglichkeit wiederherzustellen und Ihre Schmerzen effektiv zu lindern. Unser spezialisiertes Team setzt auf einen ganzheitlichen Ansatz und behandelt jede Erkrankung individuell – sei es ein Bandscheibenvorfall, Ischiasschmerzen oder komplexe Wirbelsäulenprobleme wie Skoliosen.

Wir entwickeln maßgeschneiderte Therapieansätze, die Ihnen spürbare Erleichterung im Alltag verschaffen und Ihre Lebensqualität verbessern. Vertrauen Sie auf unsere Expertise – für eine schmerzfreie Zukunft!



**Chefarzt Dr. med. Stefan Nolte**

## **Konservative Orthopädie**

Tel. 02351 945-2249  
Fax 02351 945-2253  
sekretariat.nolte@hellersen.de



**Chefarzt Dieter Henigin**

## **Wirbelsäulen Chirurgie**

Tel. 02351 945-2106  
Fax 02351 945-2109  
mvz.neuro@hellersen.de



**Chefarzt Dr. med. Oliver Meier**

## **Spezielle Wirbelsäulen Chirurgie**

Tel. 02351 945-2551  
Fax 02351 945-2552  
sekretariat.meier@hellersen.de



# Fakten

## Die Sportklinik in Zahlen

02  
24  
Hellersen Insight



**260**  
Planbetten

**13**

medizinische  
Fachbereiche unter  
einem Dach

Die Sportklinik Hellersen steht für eine umfangreiche Versorgung, wenn es um Verletzungen an Knie, Hand, Schulter, Ellenbogen, Hüfte, Wirbelsäule oder Fuß- und Sprunggelenk geht. Abgerundet wird das Leistungsspektrum durch die Plastische und Ästhetische Chirurgie, die Sportmedizin und die Spezielle Schmerzmedizin.

**8.000**

stationäre  
Behandlungen  
pro Jahr

**40.000**

ambulante  
Patienten  
pro Jahr



**1.400**

Schmerz-  
patienten  
pro Jahr



**2.400**

Rückenschmerz-  
patienten  
pro Jahr



**4.500**

Gelenk-  
operationen  
pro Jahr



**569**

Mitarbeiterinnen  
und Mitarbeiter

\*inklusive Tochtergesellschaften

Stand Juni 2024



**1.030**

Meniskus-  
operationen  
pro Jahr



**2.000**

Knie-  
operationen  
pro Jahr



**850**

Knie- und  
Hüftprothesen  
pro Jahr



**1.000**

Schulter-  
operationen  
pro Jahr

# Patientenfeedback

Ihre Meinung ist uns wichtig!

„Heute vor 3 Jahren bin ich in der Sportklinik Hellersen operiert worden und „feiere“ heute meinen 3. Geburtstag in meinem neuen Leben. Ich bin immer noch dankbar für alles, was alle Mitarbeiter dieser Klinik für mich getan haben! Ich wünsche Ihnen alles Gute und kann diese Klinik zu 100 % weiterempfehlen.“

Google, April 2024

„Danke nochmal für eure tolle Arbeit, die Art und Weise wie ihr mit den Menschen umgeht! Weiter so!“

Klinikbewertungen, April 2024

„Sollte mir noch einmal Ähnliches passieren und die Sportklinik Hellersen mitsamt Herrn Henigin zwischenzeitlich an den Nordpol gezogen sein, dann werde ich, egal welche Widrigkeiten damit verbunden sein mögen, dorthin fahren, fliegen, laufen, schwimmen, egal was, damit man mir wieder helfen kann. Danke!“

Google, April 2024

„Alle sind kompetent, freundlich und haben das Herz am rechten Fleck!“

Klinikbewertungen, Juli 2024

„An das gesamte Küchenteam, ein großes Kompliment für die Höflichkeit, Sauberkeit, Auswahl der Speisen, Getränke, Preise, etc.“

Website, Juni 2024

„Hier fühlt man sich super aufgehoben. Immer ein motiviertes und gut gelauntes Personal! Ein kompetentes Ärzteteam, das sich auch Zeit nimmt.“

Google, Februar 2024

„Ich habe mich ganz wunderbar aufgehoben gefühlt, alles hat hervorragend geklappt. Ich war von vorne bis hinten sehr zufrieden. Ein dickes Dankeschön.“

Website, Juni 2024

„Wir möchten uns von ganzem Herzen für die ausgezeichnete Betreuung bedanken, die unsere Tochter während ihres Aufenthalts in Ihrer Klinik erhalten hat. Wir fühlten wir uns stets gut aufgehoben. Ihre Freundlichkeit und Aufmerksamkeit haben uns sehr beeindruckt und dazu beigetragen, dass wir uns während des gesamten Aufenthalts wohl und sicher gefühlt haben. Absolut empfehlenswert!“

Google, Mai 2024

„Mich hat Chefarzt Dr. Markus Leyh operiert. Ich bin dankbar, dass es solche guten und netten Ärzte noch gibt. Wirklich der Hammer. Auch die lockere Art möchte ich noch positiv erwähnen.“

„Er ist ein kompetenter Arzt, der sich Zeit nimmt und außerdem mit seiner freundlichen und sehr humorvollen Art sofort ein vertrauensvolles Verhältnis schafft.“

Google, Juli 2024

„Beste Entscheidung! Danke an alle für die 10/10 Behandlung. Jedem zu empfehlen! Ich würde hier sogar, wenn es geht, 10 Sterne verteilen.“

Google, Mai 2024

„Alle Mitarbeiter waren ausgesprochen warmherzig, jederzeit ansprechbar und freundlich. Vielen Dank!“

Google, Juli 2024

Wir freuen uns über Ihre Bewertungen auf Facebook, Google, Klinikbewertungen oder Jameda.

## Interview

---

Dirk Burghaus  
Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen



# Grenzenlose Gesundheit – Die Sportklinik Hellersen setzt auf internationale Perspektiven

**V**eraltete Strukturen, eine unzureichende Managementlage und eine Spezialklinik, die unter Millionenverlusten litt – mit dieser herausfordernden Situation sah sich Dirk Burghaus konfrontiert, als er die Position des Vorstandsvorsitzenden der Sportklinik Hellersen übernahm. In einem Interview mit der Hellersen Insight erklärt er, wie es ihm durch gezielte Umstrukturierungen und eine klare Vision gelungen ist, die Fachklinik nicht nur wieder auf Kurs zu bringen, sondern auch über den Tellerrand hinauszublicken und die „Deutschland-Bubble“ zu verlassen.

**Welche Herausforderungen haben Sie in der Anfangsphase Ihrer Tätigkeit in der Sportklinik Hellersen bewältigen müssen?**

*Dirk Burghaus:* Ich habe 2016 als externer Turn-around-Spezialist gestartet. Zu dieser Zeit stand die Klinik kurz vor der Insolvenz und ich traf auf eine Situation, die in vielerlei Hinsicht sehr rückständig war. Die Klinik war nach erfolgreichen Jahrzehnten in schwierige Zeiten geraten, bedingt durch Millionenverluste, verpasste Entscheidungen und mehrere Wechsel im Vorstand und Präsidium. Es wurde teilweise noch mit Schreibmaschinen gearbeitet, und das Thema Digitalisierung war kaum präsent. Das war allerdings kein Einzelfall; viele Krankenhäuser befanden sich in einer ähnlichen Lage – und auch heute ist das in einigen Einrichtungen noch spürbar. Somit waren dringende Umstrukturierungs- und Modernisierungsmaßnahmen unumgänglich.

Im Mai 2017 wurde ich zum Vorstand ernannt. In der ersten Phase der Neuausrichtung lag der Schwerpunkt auf der Effizienzsteigerung interner Abläufe und der dringend erforderlichen Digitalisierung. Diese Maßnahmen waren essenziell, um die Wettbewerbsfähigkeit der Klinik zu sichern und die Arbeitsplätze der damals rund 350 Mitarbeitenden zu erhalten. Parallel dazu haben wir neue Fachbereiche etabliert, um die medizinische Expertise weiter auszubauen und das Leistungsspektrum der Klinik zu erweitern.

Seitdem haben wir den digitalen Wandel konsequent vorangetrieben und mehrere groß angelegte Projekte erfolgreich umgesetzt. Dabei haben wir umfassende Hardware- und Softwarelösungen eingeführt, die es uns ermöglichten, die Klinik organisatorisch und technologisch ins 21. Jahrhundert zu führen.

**Wenige wissen, dass 2017/2018 die Geburtsstunde der Krankenhausplanung NRW war. Welche Schritte haben Sie unternommen, um die Sportklinik Hellersen auf die Krankenhausreform in NRW vorzubereiten?**

*Dirk Burghaus:* Als ich die Führung der Sportklinik Hellersen übernommen habe, habe ich mich intensiv mit der Frage beschäftigt, wie wir die Klinik zukunftssicher aufstellen können. Besonders mit

Blick auf die anstehende Krankenhausplanung in NRW, die damals viele noch nicht ernst genommen haben.

Daher haben wir das Thema Spezialisierung konsequent vorangetrieben und unsere Expertise kontinuierlich ausgebaut. Bereits etablierte Fachrichtungen, wie die Knie-, Schulter-, und Ellenbogenchirurgie, wurden gezielt optimiert. Dadurch sind wir als Fachklinik ideal auf die Herausforderungen der Krankenhausreform vorbereitet und arbeiten stetig daran, unser Angebot weiter zu perfektionieren.

Ein Beispiel dafür ist die Übernahme der Schmerzmedizin aus Letmathe im Jahr 2019 unter der Leitung von Dr. Wolfgang Welke, die sich seither zu einer der führenden Schmerzkliniken in Deutschland entwickelt hat und auch international einen hervorragenden Ruf genießt. Zusätzlich haben wir mit Dr. Oliver Meier die Spezielle Wirbelsäulenchirurgie aufgebaut und das Deutsche Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum etabliert. Hiermit haben wir ein absolutes Alleinstellungsmerkmal und in dieser Form gibt es nichts Vergleichbares im weiten Umkreis.



**Die Sportklinik Hellersen wurde erneut von FOCUS als TOP Regionales Krankenhaus ausgezeichnet.**



Dirk Burghaus mit Dr. Markus Leyh, Chefarzt der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie

Durch diese strategischen Entscheidungen konnten wir nicht nur die Patientenversorgung verbessern, sondern auch unsere Position als Fachklinik für die Krankenhausreform optimal festigen. Viele Kliniken haben diesen Prozess schlichtweg verschlafen und stehen nun vor der Herausforderung, in kurzer Zeit Änderungen umzusetzen. Wir haben diese Entwicklung früh erkannt und uns kontinuierlich darauf vorbereitet. Heute sehen wir uns sehr gut aufgestellt für die Herausforderungen der kommenden Jahre.

#### **Wie sahen denn Ihre Überlegungen und strategischen Ansätze damals aus?**

*Dirk Burghaus:* Bei der Krankenhausplanung muss man davon ausgehen, dass niemand von den handelnden Akteuren die Patientenversorgung verschlechtern möchte. Natürlich spielen Kosteneinsparungen und die Bewältigung steigender Kosten eine große Rolle und es gibt sicherlich Zielkonflikte, aber grundsätzlich streben alle ein effizientes und sicheres Gesundheitswesen mit bestmöglicher Patientenversorgung an. Es gibt hier sicherlich viele Ansätze und Wege, die man diskutieren kann. Dieser Prozess der strategischen Aufstellung dauert unter Umständen Jahre. Deshalb kann man den Akteuren in den anderen Bundesländern nur raten, hier schnellstmöglich die Weichen zu stellen und sich mit entsprechender Expertise auszustatten.

#### **Welche Herausforderungen sehen Sie in der Aufteilung der Zuständigkeiten zwischen Bund und Ländern im Gesundheitswesen – gerade mit Blick auf die Krankenhausreform?**

*Dirk Burghaus:* Im deutschen Gesundheitswesen gibt es zwei Ebenen, die man klar unterscheiden muss. Auf der einen Seite ist die Krankenhausplanung Sache der Länder. Jedes Bundesland entscheidet selbst, wie viele Krankenhäuser es gibt, wo sie sich befinden und welche speziellen Versorgungsleistungen angeboten werden.

Auf der anderen Seite steht der Bund, vertreten durch den Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach und das Bundesgesundheitsministerium.

**„Wir werden mit der Sportklinik Hellersen die Deutschland-Bubble verlassen und beide Welten – die nationalen Möglichkeiten und die internationalen Entwicklungen – miteinander kombinieren, um innovative Ansätze zu schaffen und so den permanenten Herausforderungen zu begegnen.“**

**Dirk Burghaus**

Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen

Diese sind für die bundesweiten Regelungen verantwortlich, dazu zählen beispielsweise die Vergütungsstrukturen der Krankenhäuser, also wie viel Geld diese für ihre Behandlungen von den Krankenkassen erhalten. Der Bund legt den finanziellen und rechtlichen Rahmen fest, innerhalb dessen alle Krankenhäuser in Deutschland arbeiten.

Momentan kann man vorsichtig davon ausgehen, dass der Bund die Krankenhausreform NRW, die seit acht Jahren läuft, als grobe Blaupause für andere Bundesländer nutzen wird. Um diese Reform in einem angemessenen Zeitraum voranzubringen, muss Karl Lauterbach die Erkenntnisse aus NRW, wie etwa zu Leistungsgruppen und anderen wichtigen Aspekten der Krankenhausplanung, auf die Bundesebene übertragen und in den anderen Bundesländern umsetzen. Allerdings benötigt er dafür die Zustimmung aller Länder, was oft eine Herausforderung darstellt.

#### **Wie bewerten Sie die Pläne von Gesundheitsminister Karl Lauterbach zur Ambulantisierung?**

*Dirk Burghaus:* Ein zentrales Thema, das auch auf Bundesebene entschieden wird, ist die Ambulan-



tisierung, also die Frage, welche Leistungen im Krankenhaus ambulant statt stationär erbracht werden können. Gesundheitsminister Lauterbach vertritt die Ansicht, dass 25 Prozent der bisher stationär durchgeführten Eingriffe ambulant erfolgen könnten. Auf den ersten Blick klingt das nach einer Entlastung für die Krankenhäuser, da weniger Patienten über Nacht bleiben und auch die Krankenkassen entlastet werden, da ambulante Eingriffe kostengünstiger sind.

Doch diese Rechnung ist nicht so einfach. Die Fixkosten eines Krankenhauses bleiben auch bei mehr ambulanten Eingriffen hoch – sie entstehen größtenteils am Operationstag und nicht durch die Übernachtung der Patienten. Wenn es keinen finanziellen Ausgleich gibt, könnte die Ambulantisierung die ohnehin angespannte Finanzierung der Krankenhäuser weiter verschlechtern.

Deshalb ist es für Krankenhäuser strategisch wichtig, sich auf die Ambulantisierung vorzubereiten. In unserem Fall haben wir unsere Abläufe so umgestellt, dass wir ambulante Operationen in einem angepassten Setting durchführen können, ohne dass es für die Patienten Nachteile gibt. Gleichzeitig nutzen wir die frei werdenden Kapazitäten, um mehr stationäre Eingriffe wie Endoprothetik und Wirbelsäulenchirurgie durchzuführen. Damit sind wir nicht nur auf die Ambulantisierung vorbereitet, sondern können auch Wartelisten abbauen und unser stationäres Angebot weiter stärken.

#### **Wie planen Sie, internationale Kompetenzen zu nutzen, um innovative Ansätze im Gesundheitswesen zu fördern?**

*Dirk Burghaus:* Wir müssen in Deutschland lernen, dass sich die Welt nicht in unserer „Deutschland-Bubble“ bewegt, sondern unseren Blick über die Landesgrenzen hinaus richten. Das Gesundheitswesen hat sich international stark entwickelt und große Player im Gesundheitswesen investieren zunehmend im Ausland, anstatt den deutschen Markt weiterzuentwickeln.

Anders als in Deutschland stehen Ländern wie den USA, Kanada, Skandinavien und den arabischen Staaten erhebliche finanzielle Mittel zur Verfügung, die in das Gesundheitswesen investiert werden und dessen Weiterentwicklung vorantreiben.



Dirk Burghaus im Gespräch mit Dr. Joachim Hagenah, Chefarzt der Endoprothetik an der Sportklinik Hellersen.

**„Durch den Austausch von Wissen und Technologien können wir länderübergreifende medizinische Standards etablieren, die die Patientenversorgung erheblich verbessern.“**

**Dirk Burghaus**

Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen

Es ist entscheidend, dass wir uns fragen, ob wir den Gesundheitsmarkt in Deutschland für private Investoren unattraktiv machen und alles aus öffentlichen Mitteln finanzieren wollen oder ob wir eine gesunde Mischung aus öffentlicher Finanzierung und privatwirtschaftlichen Investitionen finden. Wir werden mit der Sportklinik Hellersen die Deutschland-Bubble verlassen und beide Welten – die nationalen Möglichkeiten und die internationalen Entwicklungen – miteinander kombinieren, um innovative Ansätze zu schaffen und so den permanenten Herausforderungen zu begegnen.

Unsere Dependence in den Vereinigten Arabischen Emiraten ist ein Beispiel dafür, wie wir internationale Kooperationen aufbauen. Dort haben wir bereits erfolgreiche Operationen durchgeführt und sind kontinuierlich in der Region präsent. Wir unterhalten vor Ort sehr gute Kontakte zu Behörden, Versicherungen, Krankenhausbetreibern, Investoren und Ärzten.

**Wie planen Sie, durch den Wissensaustausch länderübergreifende**

**medizinische Standards zu etablieren?**

*Dirk Burghaus:* Durch den Austausch von Wissen und Technologien können wir länderübergreifende medizinische Standards etablieren, die die Patientenversorgung erheblich verbessern. Dieser Austausch erfolgt durch den Einsatz moderner digitaler Lösungen, wie etwa Videosprechstunden und KI-gestützte Gesundheitssysteme, die in vielen Ländern bereits erfolgreich implementiert sind. Diese Technologien ermöglichen es uns, eine effizientere und zugänglichere Gesundheitsversorgung anzubieten, die über die Landesgrenzen hinaus funktioniert. Während der technologische Fortschritt z. B. in den Arabischen Emiraten rasant voranschreitet, stoßen wir in Deutschland oft auf Bedenken – meistens hinsichtlich des Datenschutzes.

Ja, Datenschutz ist wichtig, aber er darf Innovationen nicht hemmen und dafür sorgen, dass Deutschland den Anschluss verliert. Zu oft hören wir hier: „Das geht nicht. Datenschutz.“ Diese Verhinderungsmentalität muss aufhören.

Es ist unerlässlich, diese Hemmnisse zu überwinden, um die Vorteile, die solche Technologien bieten, zu nutzen und mit der internationalen Entwicklung Schritt zu halten.



### Welchen Nutzen hat das Know-how der Sportklinik Hellersen für die Kooperationspartner in den Vereinigten Arabischen Emiraten?

*Dirk Burghaus:* Gerade in den Vereinigten Arabischen Emiraten gibt es ein sehr freundliches Umfeld für die Entwicklung von Gesundheitskonzepten und es besteht eine große Nachfrage nach der Kompetenz, die wir mitbringen.

Wir bringen auf Managementseite unser Know-how mit - das heißt, wir können ein Krankenhaus vor Ort managen und die Mediziner entsprechend einsetzen und ausbilden. Unsere Ärzte können im Rahmen eines Gesamtkooperationskonzepts freigestellt werden, um dort für uns unter der „Schirmherrschaft“ der Sportklinik zu arbeiten.

Ein wesentlicher Vorteil in Deutschland ist das arbeitnehmerfreundliche Umfeld, insbesondere bei Arbeitsverträgen. Im Nahen Osten gibt es keinen solchen Schutz. Wer dort gekündigt wird, ist nahezu sofort ohne Anstellung, da weder Kündigungsschutz noch Gewerkschaften existieren. Das hat sowohl Vor- als auch Nachteile.

Wir schließen das Problem durch die Brücke zwischen unserer Klinik und den Kooperationspartnern vor Ort. Wir stellen medizinisches Wissen zur Verfügung, ohne die Mediziner direkt vor Ort anzustellen, sondern nutzen das Sicherheitsnetz der Sportklinik und anderer Partnerkrankenhäuser.

### Wie helfen die internationalen Kooperationen dabei, den Fachkräftemangel zu bekämpfen?

*Dirk Burghaus:* Wir möchten unsere Aktivitäten in der arabischen Welt weiter ausbauen und gleichzeitig die medizinische Nachwuchsförderung in Deutschland stärken. Dazu führen wir bereits Gespräche mit Behörden- und Regierungsvertretern in Kairo, mit dem Ziel ein gemeinsames Konzept zu entwickeln, um als erstes Krankenhaus außerhalb der Arabischen Emirate arabische Fachärzte auszubilden. Diese Ausbildung ermöglicht den Ärzten, parallel zur deutschen Facharztweiterbildung auch die arabische Qualifikation zu erwerben, sodass sie ohne Anerkennungsverfahren in beiden Regionen praktizieren können. ▀

**„Durch diese strategischen Entscheidungen konnten wir nicht nur die Patientenversorgung verbessern, sondern auch unsere Position als Fachklinik für die Krankenhausreform optimal festigen.“**

**Dirk Burghaus**

Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen



Dirk Burghaus, Healthcare und Turnaround Consultant und Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen.

## Insight

### Auszeichnungen

# Sportklinik Hellersen erneut unter TOP Kliniken Deutschlands und als TOP Fachklinik für internationale Patienten empfohlen

## FOCUS Gesundheit zeichnet Spezialklinik in gleich fünf Kategorien aus

Auch in diesem Jahr führt FOCUS Gesundheit die Sportklinik Hellersen wieder in der Liste der TOP Kliniken in Deutschland auf. Dabei empfiehlt das Nachrichtenmagazin die Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik für 2025 in gleich fünf Kategorien.

- TOP Regionales Krankenhaus Nordrhein-Westfalen
- TOP Nationale Fachklinik für Wirbelsäulenchirurgie
- TOP Nationale Fachklinik für Sportmedizin/-Orthopädie
- TOP Nationale Fachklinik für Hüftchirurgie
- TOP Fachklinik für internationale Patienten

Die Klinik erhielt zum dritten Mal die Auszeichnungen als TOP Regionales Krankenhaus sowie als TOP Fachklinik in den Bereichen Wirbelsäulenchirurgie, Hüftchirurgie und Sportmedizin. Zum zweiten Mal wurde sie außerdem als TOP Fachklinik für internationale Patienten empfohlen. Neben der medizinischen Expertise begutachtet das Recherche-Institut FactField, das für FOCUS Gesundheit die Bewertung durchführt, dazu relevante Aspekte für die Betreuung und Versorgung internationaler Patienten. Dazu zählen unter anderem die Mehrsprachigkeit, ein internationaler Patientenservice sowie insbesondere die Erfahrung mit internationalen Patienten. „Wir



sind außerordentlich stolz darauf, dass die Sportklinik Hellersen auch in diesem Jahr wieder zu den besten Kliniken Deutschlands zählt und auch als Fachklinik für internationale Patienten anerkannt wird. Diese Auszeichnung unterstreicht unsere Fähigkeit, Patienten auf internationaler Ebene auf höchstem Niveau medizinisch zu versorgen“, betont Vorstandsvorsitzender Dirk Burghaus.

### Viele Patienten aus den Vereinigten Arabischen Emiraten

Dank der Speziellen Wirbelsäulenchirurgie hat die Sportklinik Hellersen in den letzten Jahren einen deutlichen Anstieg internationaler Patienten verzeichnet. „Besonders viele Patienten aus dem Mittleren Osten reisen zu uns, um sich behandeln zu lassen“, erklärt Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen.

Deutschland genießt vor allem in Katar und den Golfstaaten einen ausgezeichneten Ruf im medizinischen Bereich, insbesondere bei der Behandlung von Knochen- und Gelenkerkrankungen. Deshalb entscheiden sich zahlreiche Patienten aus Bahrain, den Vereinigten Arabischen Emiraten, Kuwait und Saudi-Arabien für eine Behandlung in der Sportklinik Hellersen.

Für die Auszeichnung Deutschlands TOP Kliniken untersuchen FOCUS Gesundheit und FactField Stichproben aus allen 1.643 öffentlichen Krankenhäusern in Deutschland und 14.447 Fachkliniken. Neben umfangreichen Befragungen und Expertenempfehlungen wertet das Institut öffentliche Datenquellen und die Qualitätsberichte der Kliniken aus. Zudem fließen in die Analyse die Patientenzufriedenheit und die Weiterempfehlungen durch Kollegen ein. Sowohl niedergelassene Ärzte als auch Kollegen in anderen Krankenhäusern wurden befragt. Die Auswertung der verschiedenen Punkte ergibt das Gesamtergebnis. Dabei erlangt die medizinische Qualität die stärkste Gewichtung.



### Sportklinik-Ärzte erneut als Top-Mediziner gelistet

Neben der Auszeichnung der Klinik selbst haben es auch die Ärzte der Sportklinik Hellersen in die FOCUS-Ärzteliste geschafft: Dr. Ulrich Schneider, Leitender Arzt der Sportmedizin, wurde erneut in der Kategorie Sportmedizin ausgezeichnet. Dr. Petra Scheffer, Chefärztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, erhielt die Ehrung für ihre Expertise im Bereich Botox & Filler.

Zusätzlich wurde Dr. Ralf Wied, Neurochirurg an der Sportklinik Hellersen und im angegliederten MVZ, für seine herausragende Arbeit im Märkischen Kreis zum zweiten Mal in Folge als TOP Mediziner im Bereich Wirbelsäulenchirurgie ausgezeichnet. Diese wiederholten Ehrungen unterstreichen die exzellente Qualität der medizinischen Versorgung, die die Sportklinik Hellersen sowohl stationär als auch ambulant bietet.

# Über 17.000 NRW-Vereine Sportanbieter Nummer 1



© LSB NRW / Bowinkelmann

**D**ie Welt der Sportanbieter ist groß. Kommerzielle Fitness-Studios, Personal Trainer, selbstorganisierter Lauffreize bemühen sich um Interessierte. Doch unangefochten an der Spitze steht weiterhin der Vereinssport. Mit seiner großen Geschichte, die bis ins 19. Jahrhundert reicht, gilt er bei einigen als angestaubt – gewissermaßen von gestern. Doch das Gegenteil ist der Fall. Sport im Verein ist modern, mit einer Vielzahl von Angeboten für alle Altersgruppen, für Bewegungsmuffel genauso wie für Menschen, die an Spitzenleistungen Gefallen finden. Ein Blick auf die reinen Zahlen bestätigt: Sportanbieter Nummer 1 ist und bleibt der Verein.

Fast jeder dritte NRW-Bürger (29,3 Prozent) ist einem Sportverein zugehörig, insgesamt sind sich 5,3 Millionen Menschen in 17.435 Sportvereinen verbunden. Gegenüber 2023 wurde ein Plus von 4,27 Prozent (217.657 Mitglieder mehr) erzielt, das vor allem auf die gestiegenen Anmeldungen von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre (insgesamt 105.228 mehr)

zurückzuführen ist. Sie bleiben mit fast 1,7 Millionen Mitgliedschaften auch die größte Altersgruppe mit Interesse an Bewegung und Miteinander im Sportverein, gefolgt von den 41-60-Jährigen mit gut 1,27 Millionen Mitgliedschaften. Die über 61-Jährigen kletterten erstmals knapp über die Millionengrenze.

Angesichts dieser positiven Entwicklung ist ein Aufatmen im Vereinssport wahrnehmbar. Denn auch die Sportvereine in NRW hatte Corona auf eine harte Belastungsprobe gestellt. Ausfallende Angebote, gewöhnungsbedürftiger Online-Sport oder auch fehlende Treffs im Vereinsheim oder auf dem Sportplatz hatten sich auch auf die Statistiken nicht positiv ausgewirkt.

## Aufschwung nach Corona

Doch das Tal ist durchschritten und der Aufschwung ist spürbar. „Die Nachwehen der Krise sind weitgehend überstanden. Die vielfältigen Vereinsangebote sind nicht nur unverändert attraktiv für Menschen aller Altersklassen, sondern tragen wesentlich zur Bildung sowie Gesundheit bei und schützen vor Einsamkeit“, sagt Stefan Klett, Präsident des Landessportbundes NRW (LSB) zur aktuellen Statistik.

LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen ergänzt, was für den Vereinssport jetzt von besonderer Bedeutung ist, um den erfolgreichen Kurs zu verstetigen: „Die herausragende Arbeit des Ehrenamts an der Vereinsbasis braucht jetzt zusätzliche Unterstützung durch Kommunen und Land. Es muss dringend in die Sanierung von Sportstätten und die



© LSB NRW / Bowinkelmann



© LSB NRW / Bowinkelmann

Gewinnung und Qualifizierung von Übungsleitungen sowie Trainern\*innen investiert werden. Jeder Euro an Förderung ist dort sinnvoll angelegt und bringt ein Mehrfaches an Gewinn für unser Land.“

Übrigens: Der Westdeutsche Fußballverband hat mit 1,8 Millionen Menschen mit Abstand die meisten Mitglieder, gefolgt vom Westfälischen Turnerbund mit 323.000 und dem Tennissport (318.000 Mitglieder). Das zeigt die nach wie vor beeindruckende Attraktivität des Fußballs -zusätzlich verstärkt durch die Europameisterschaft in diesem Jahr. Doch es gibt auch eine Vielzahl von Sportarten, die oft noch ein wenig unter dem Radar der Statistiker sind. Stellvertretend für diesen Trend steht der Triathlon, der für viele Ausdruck eines neuen Lifestyles geworden ist mit Wettkampfreisen zu entlegenen Zielen wie z.B. Hawaii, oder auch einem Equipment vom aerodynamischen Helm bis zum Hightech-Rennrad.



© Entwurfswerk.de

**Ein Fazit:** Der Vereinssport ist und bleibt in seiner Vielfalt unangefochten. Er setzt auf Tradition mit zum Beispiel seinen Schützenvereinen genauso wie auf Trends und Boomsportarten, bietet Gemeinschaft und eine Plattform für Engagement und ist damit für jung und alt gleichermaßen attraktiv. Man muss sich trotz aller Herausforderungen keine Sorgen machen um die Zukunft des Breitensports!

## Gastbeitrag

---

Kreissportbund Märkischer Kreis e.V.  
Kirsten Nölle

# Sport *und* Bildung? - Sport **ist** Bildung!

---

02  
24

Hellersen Insight

© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann



**K**napp 20 Jahre ist es her, dass Günther Nülle - damals Schulsportbeauftragter und heute 1. Vorsitzende des Kreissportbundes Märkischer Kreis e.V. - im Auftrag der Bezirksregierung Arnsberg und gemeinsam mit weiteren engagierten Akteuren die sogenannte Vielseitigkeitssichtung an Grundschulen in Iserlohn ins Leben gerufen hat. 2014 bekam die Sportförderung der Stadt zusätzlichen Aufwind durch ein von der Landesregierung angestoßenes Projekt. Und auch heute ist und bleibt „Bewegung für die Kleinsten“ trotz schwieriger Finanzsituation ein ganz großes Thema.

In seinen Anfängen war die Vielseitigkeits-sichtung zunächst primär als objektive Talentsichtung für das Sport-Teilinternat am Hemberg gedacht. Neben der Ermittlung von Größe und Gewicht gab es fünf Stationen, um die motorischen Grundeigenschaften zu überprüfen. Viele Jahre haben so die besonders leistungsstarken Schüler\*innen die Möglichkeit bekommen, ihre sportliche Veranlagung durch drei zusätzliche, im Schulkontext stattfindende Sporteinheiten pro Woche noch weiter auszubauen.

Im Jahr 2014 hat Iserlohn aufgrund des bereits bestehenden Sportförderungskonzeptes neben 32 anderen Kommunen in NRW den Zuschlag für die Teilnahme am Projekt „KommSport“ bekommen. Neben der damit verbundenen finanziellen Förderung des Landes hat auch die Stadt Iserlohn zusätzlich eigene Mittel in die Stärkung des Kinder- und Jugendsports investiert.



© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

An nahezu allen Iserlohner Grundschulen konnte daraufhin der „Motorische Test für NRW“ (kurz MT1) durchgeführt werden. Er besteht aus insgesamt acht unterschiedlichen Testaufgaben. Neben der Talentförderung stand nunmehr die individuelle und ganzheitliche Betrachtung der einzelnen Schüler\*innen im Mittelpunkt, sodass unter Mithilfe der Iserlohner Sportvereine insbesondere auch Angebote für bewegungsauffällige, übergewichtige Kinder und Kinder mit Migrationsgeschichte gefördert werden sind. Der gesamte Testapparat ist im zweiten und vierten Schuljahr organisiert worden und hat durch die wissenschaftliche Begleitung durch die Universität Duisburg-Essen zudem wichtige Erkenntnisse im Bereich von Standortfakten geliefert. Unabhängig

© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann



vom individuellen Abschneiden beim MT1 gibt es für jedes Kind eine Urkunde und für die jeweilige Schule beziehungsweise die Eltern eine detaillierte Auswertung.

Das Projekt hat im Zuge der Zeit durch den Wechsel der Landesregierung einen neuen Namen bekommen und lief ab 2019 unter „Sportplatz Kommune“ weiter. Über die Jahre hat sich ein großer Pool an Testhelfer\*innen gebildet, die bei der Durchführung des MT1 in den jeweiligen Schul-Sporthallen unterstützen.

Seit 2022 ist auch diese Förderung nunmehr ausgelaufen. Geld muss überall eingespart werden, aber Sport im Kindesalter ist und bleibt für die körperliche und mentale Entwicklung enorm wichtig. Aus diesem Grund werden die sportmotorischen Testungen in Iserlohn mithilfe städtischer Finanzmittel fortgeführt, um auch den politischen Diskurs weiter zu forcieren. Es sind die erwachsenen Entscheidungsträger, die sich für eine bewegte Zukunft der jüngsten Generation einsetzen müssen. Mut macht, dass im schulischen Kontext, im Sportverein und in der Sportinfrastruktur vielfach Anlässe zur Bewegung bestehen, die es weiter zu pflegen gilt.

Interessierte, die Fragen haben oder Kontakte vermittelt bekommen möchten, können sich an den Kreissportbund Märkischer Kreis e.V. wenden:

info@ksb-mk.de  
Tel.: 02374 7568 130  
www.ksb-mk.de



# Dr. Stefan Nolte als Mannschaftsarzt bei den Olympischen Spielen



Dr. Stefan Nolte, Verbandsarzt der Deutschen Sportschützen und Chefarzt der Konservativen Orthopädie im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum an der Sportklinik Hellersen, begleitete auch in diesem Jahr die deutsche Mannschaft der Sportschützen zu den Olympischen Spielen. Mit seiner langjährigen Erfahrung ist er eine feste Größe bei internationalen Wettkämpfen. Seine Expertise bei den Olympischen Spielen reicht zurück bis Athen 2004 und umfasst Stationen in London 2012 und Rio 2016.

Dieses Jahr fanden die Wettbewerbe der Schützen in Châteauroux, südlich von Paris, statt. Dort wurde in der Vergangenheit eine moderne Schießanlage erbaut, die ideale Bedingungen für die Wettkämpfe in Pistole, Gewehr und Flinte bot. Hier war der Spezialist verantwortlich für die deutschen Schützen. Auch Athleten aus anderen Nationen, die keinen eigenen Arzt mithatten, wurden von ihm betreut.

Bei den Trainingseinheiten agierte der Mannschaftsarzt meist im Hintergrund: „Die beste Zeit für mich

war, als ich nichts zu tun hatte, denn das bedeutete, dass keine Athleten verletzt waren.“ Da der Chefarzt viele der Sportler aus vergangenen Wettkämpfen persönlich kennt, weiß er, wie er ihnen nicht nur medizinisch, sondern auch mental zur Seite stehen kann. Neben typischen Beschwerden wie Muskelsehnenüberlastungssyndromen kümmerte sich der Experte auch um alltägliche Gesundheitsprobleme wie Husten, Schnupfen und Übelkeit. „Es sind nicht nur sport-spezifische orthopädische Krankheitsbilder, sondern auch hausärztliche Aufgaben,“ erklärt Dr. Stefan Nolte in einem Interview mit der Hellersen Insight.

Die Sportklinik Hellersen hat eine lange Tradition in der Betreuung von Athleten. Gegründet, um nach dem Krieg nicht versicherte Sportler medizinisch zu versorgen, war die Spezialklinik von Anfang an eine zentrale Anlaufstelle für verletzte Sportler. „Unser Träger ist die Sporthilfe als Tochter des Landessportbundes und damit war die Beziehung zum Sport gegeben“, erklärt der Mannschaftsarzt. Über die Jahre hat die Klinik zahlreiche Sportler aus verschiedenen Disziplinen medizinisch versorgt, darunter Schützen, Wintersportler und Radfahrer.

Besondere Erinnerungen verbinden Dr. Nolte mit den Olympischen Spielen in Rio, wo die deutsche Schießmannschaft drei Gold- und zwei Silbermedaillen gewann. Für ihn ist die Arbeit bei den Olympischen Spielen immer noch etwas Einzigartiges. „Besonders das olympische Dorf, dort trifft man viele bekannte Sportler. Es ist eine außergewöhnliche Atmosphäre“, beschreibt er seine Eindrücke aus den vergangenen Jahren. ■

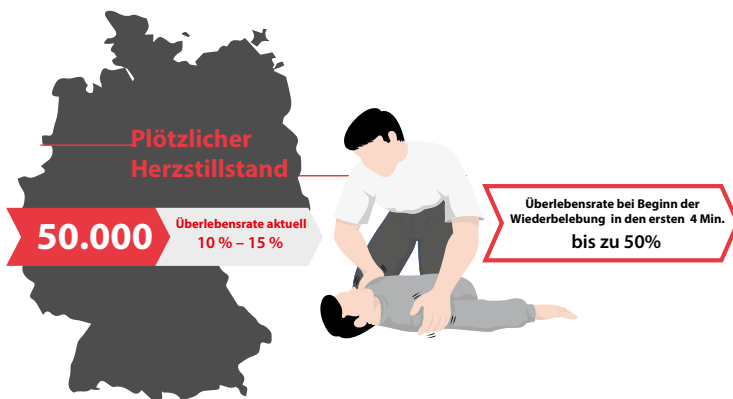
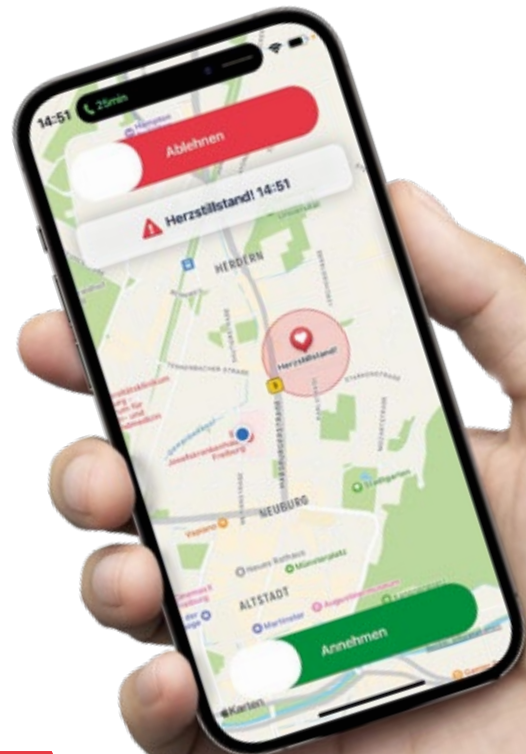


## Sportklinik Hellersen unterstützt „Region der Lebensretter MK“

Jährlich erleiden über 70.000 Menschen in Deutschland außerhalb eines Krankenhauses einen plötzlichen Herzstillstand. Die Überlebensrate liegt dabei lediglich bei 10 Prozent – eine alarmierende Zahl, die die immense Bedeutung schneller und effektiver Ersthilfe unterstreicht. Schließlich können bereits nach 3 bis 5 Minuten ohne Kreislaufaktivität irreversible Hirnschäden auftreten, während die Rettungswagen im Märkischen Kreis im Durchschnitt 8 bis 12 Minuten zum Einsatzort benötigen.

Um die Überlebenschancen in solchen Notfällen zu erhöhen, engagiert sich die Sportklinik Hellersen aktiv für die Initiative „Region der Lebensretter MK“. Die Initiative ermöglicht es medizinischem Personal, sich zu registrieren und über eine App alarmiert zu werden, um als Ersthelfer die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu überbrücken. Ausgenommen sind hierbei Verkehrsunfälle. Zum Dank für ihr Engagement erhalten alle im Netzwerk registrierten Mitarbeiter der Sportklinik Hellersen einen zusätzlichen, bezahlten Urlaubstag pro Jahr.

„Die schnelle Reaktion bei einem Herzstillstand ist entscheidend, da der plötzliche Herztod zu den



häufigsten Todesursachen gehört. Im letzten Jahr wurden 55.000 Menschen vom Rettungsdienst reanimiert, jedoch haben nur 51 Prozent der Fälle sofortige Hilfe durch Ersthelfer erfahren“, erläutert Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen und meint weiter: „Neben unserem geschulten medizinischen Personal geben wir auch Verwaltungsmitarbeitern die Möglichkeit, während der Arbeitszeit an Reanimationsschulungen teilzunehmen und so die Notfallversorgung im Märkischen Kreis zu stärken.“

Neben Schulungen für das medizinische Fachpersonal zur Auffrischung der Reanimationskenntnisse übernimmt Andreas Rabe, Pflegedienstleiter der Sportklinik Hellersen, auch die Fortbildung der Verwaltungsmitarbeiter. Diese müssen mindestens drei Kurse absolviert haben, um sich in der Ersthelfer-App registrieren zu können. Als engagierter Ersthelfer, der bereits im Vorfeld in der App registriert war und schon viermal zu einem Einsatz gerufen wurde, liegt ihm das Projekt besonders am Herzen. „Leider werden in Deutschland viel zu selten Erste-Hilfe-Maßnahmen durchgeführt“, bedauert er. Deshalb freut er sich besonders, dass sein Arbeitgeber die Initiative unterstützt.

Für die Registrierung in der Ersthelfer-App werden Qualifikationen wie Approbationen oder entsprechende Ausbildungsnachweise des medizinischen Personals anerkannt. Nicht-medizinisches Personal kann durch drei Schulungen die erforderlichen



Kenntnisse erwerben. „Durch die Teilnahme der Sportklinik Hellersen kommen wir unserem Ziel näher, das reanimationsfreie Intervall auf ein Minimum zu verkürzen und den Märkischen Kreis zu einer Region der Lebensretter zu machen“, freut sich Susanne Weber, Oberärztin in der Sportklinik Hellersen und ärztliche Leitung des Rettungsdienstes im Märkischen Kreis. Sie begleitet federführend die Umsetzung in der Spezialklinik und prüft die Nachweise, die von den Mitarbeitern zur Teilnahme erbracht werden müssen.

Um seinen Dank für das Engagement der Spezialklinik zu übermitteln, war Landrat Marco Voge persönlich in der Sportklinik Hellersen vor Ort: „Die Aktion der Sportklinik Hellersen ist vorbildlich. Sie motiviert dazu, sich als Lebensretter zu registrieren und ehrenamtlich Leben zu retten. Daher großer Dank für die innovative Idee und das Engagement der Klinikleitung. Wir haben nach knapp einem Jahr bereits 600 Lebensretter im MK. Das ist eine beeindruckende Zahl, die wir gerne noch nach oben schrauben möchten. Dabei hilft die Unterstützung im Werben um neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr, besonders aus dem medizinischen Bereich. Das System ist eine wichtige Ergänzung zum Regelrettungsdienst. Es gab bislang fast 1.000 Alarmierungen. Im Einzelfall ist auch Leben gerettet worden. Vielen Dank an alle, die mitmachen!“



## Schön ist, was mir gefällt!

### Ästhetische Chirurgie von Mensch zu Mensch

Bei unserem Expertenteam ist Ihre selbstbestimmte Schönheit in guten Händen. Unsere erfahrenen Ärztinnen bieten Ihnen eine individuelle Beratung und Behandlung. Dabei legen sie viel Wert auf eine ehrliche Aufklärung und ein natürliches Ergebnis unter der Einhaltung höchster medizinischer Qualitätsstandards.

■ Sportklinik Hellersen  
Zentrum für Plastische,  
Rekonstruktive und  
Ästhetische Chirurgie  
Paulmannshöher Straße 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2228

Folgen Sie uns auf

 [facebook.com/aesthetikhellersen](https://facebook.com/aesthetikhellersen)

 [instagram.com/aesthetikhellersen](https://instagram.com/aesthetikhellersen)



# Spezialisierung und Innovation im Fokus: Minister Karl-Josef Laumann zu Besuch in der Sportklinik Hellersen

**D**ie Krankenhausreform in Nordrhein-Westfalen setzt zunehmend auf spezialisierte Versorgungsstrukturen, um eine hochwertige und effiziente medizinische Betreuung zu gewährleisten. Aus diesem Anlass besuchte Karl-Josef Laumann, Minister für Arbeit, Gesundheit und Soziales, die Sportklinik Hellersen. Während seines Besuches hob er hervor, wie wichtig die Spezialisierung für die zukünftige Krankenhausplanung in Nordrhein-Westfalen ist – ein Weg, den die Sportklinik Hellersen seit Jahren erfolgreich und konsequent verfolgt.

Nach einer kurzen Besichtigung der Sportklinik Hellersen erläuterte Vorstandsvorsitzender Dirk Burghaus die strategische Ausrichtung der Klinik für die Zukunft, insbesondere im Kontext der Krankenhausplanung in Nordrhein-Westfalen. So hob er im Gespräch mit dem Minister hervor, wie wichtig die konsequente Spezialisierung für die Zukunft der Klinik und der medizinischen Versorgung im Land ist: „Seit Jahren setzen wir auf konsequente Spezialisierung, um die Herausforderungen der Krankenhausreform optimal zu meistern und uns als führende Klinik in unseren Fachbereichen weiter zu etablieren.“

Unter der Leitung von Dirk Burghaus wurde die Klinik seit 2017 stetig weiterentwickelt: Bewährte Fachbereiche wie die Knie-, Schulter- und Ellenbogenchirurgie wurden weiter optimiert, während neue Spezialabteilungen wie die Spezielle Schmerzmedizin und die Spezielle Wirbelsäulenchirurgie aufgebaut wurden.



Minister Karl-Josef Laumann erhielt von Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen, und Stefan Klett, Präsident der Sporthilfe NRW e.V., ein von den Mitarbeitern der Sportklinik Hellersen signiertes Trikot.



**Unter Anleitung von Dr. Joachim Hagenah, Chefarzt der Endoprothetik, testet Minister Karl-Josef Laumann die neue Robotertechnologie.**

In diesem Zusammenhang betonte Minister Karl-Josef Laumann die herausragende Bedeutung spezialisierter Kliniken für die medizinische Versorgung in Nordrhein-Westfalen: „Wir haben in NRW hochqualifizierte Fachkliniken, die durch ihre Expertise einen wichtigen Beitrag zur medizinischen Versorgung leisten. Die Sportklinik Hellersen ist dafür ein gutes Beispiel, wie spezialisierte Kliniken den Anforderungen der Krankenhausreform gerecht werden und zugleich höchste medizinische Qualität bieten.“

Ein weiterer Programmpunkt des Ministerbesuchs war die Grundsteinlegung und der Kick-off der Robotertechnologie für die Endoprothetik und damit der Auftakt für die Implementierung des neuen Robotik-Zentrums der Sportklinik. In Zukunft wird der Bereich weiter ausgebaut, wobei die Robotertechnologie eine zentrale Rolle spielen wird, um die Präzision und Effizienz der Eingriffe weiter zu steigern. „Wir werden unseren Status als Qualitäts- und Technologieführer weiter ausbauen und den Medizinstandort Lüdenscheid zum Wohle aller Patientinnen und Patienten stärken“, betonte Dirk Burghaus. Besonders in der Kniechirurgie wird die Robotik als ein entscheidender Schritt in die Zukunft gesehen. Minister Karl-Josef Laumann nutzte die Gelegenheit, die neueste Technologie selbst auszuprobieren. Unter der fachkundigen Anleitung von Dr. Joachim

Hagenah nahm er das System aus nächster Nähe in Augenschein und zeigte sich beeindruckt: „Die Sportklinik Hellersen demonstriert eindrucksvoll, wie modernste Technologie im Gesundheitswesen eingesetzt wird.“

Zum Abschluss des Ministerbesuchs überreichten Dirk Burghaus und Stefan Klett, Präsident der Sporthilfe NRW e.V., Minister Karl-Josef Laumann ein besonderes Gastgeschenk: Ein von den Mitarbeitern der Sportklinik signiertes Trikot, das den starken Teamgeist innerhalb der Klinik symbolisiert.

Stefan Klett würdigte dabei die bedeutende Rolle der Spezialklinik: „Die Sportklinik Hellersen setzt mit ihrem klaren Fokus auf Spezialisierung und Innovation Maßstäbe für die medizinische Versorgung im Bereich der Orthopädie und Sportmedizin. Sie ist ein wichtiger Partner für den Sport in Nordrhein-Westfalen, mit seinen 17.500 Vereinen mit 75 Sportarten sowie 5,32 Millionen Mitgliedschaften, und trägt maßgeblich zur Förderung von Gesundheit und Leistung bei.“

# Kreuzband-Verletzungen: Wenn das Knie aus der Spur gerät

Ein Experteninterview mit Chefarzt Dr. Volker Stoll über Ursachen, Prävention und Behandlungsmöglichkeiten von Kreuzbandverletzungen

**K**reuzbandverletzungen gehören mit zu den häufigsten Knieproblemen, die in der Sportklinik Hellersen behandelt werden. Sie machen rund 20 bis 30 Prozent der Knieoperationen aus. Besonders gefährdet sind Sportler, die Sportarten mit schnellen Richtungswechseln und Drehbewegungen ausüben. Doch auch im Alltag kann es zu einem Kreuzbandriss kommen. In einem Interview mit der Hellersen Insight erklärt Dr. Volker Stoll, Chefarzt der Kniechirurgie und Sporttraumatologie, warum Kreuzbandverletzungen so häufig sind, welche Rolle das Kreuzband im Knie spielt und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt.

**Wie viel Prozent der Knieoperationen in der Sportklinik Hellersen sind in etwa Eingriffe am Kreuzband?**

*Dr. Volker Stoll:* Grundsätzlich kommen Kreuzbandverletzungen sehr häufig vor. Bei uns machen sie etwa 20 bis 30 Prozent der Knieoperationen aus. Noch häufiger sind die Meniskus-Eingriffe, mit etwa 40 Prozent. Knorpelbehandlungen und Beinachsenkorrekturen machen weitere 20 bis 30 Prozent aus.



**Warum ist dies so eine häufige Verletzung? Welche Funktion hat das Kreuzband?**

*Dr. Volker Stoll:* Ein Kreuzbandriss wird häufig durch Drehbewegungen mit festgestelltem Fuß verursacht, insbesondere beim Fußball, Skifahren oder Handball. Aber auch bei kniebelastenden Sportarten wie Badminton, Volleyball, Tennis oder Squash. Es kann auch unabhängig vom Sport auftreten.

Das Knie ist ein polizentrisches Gelenk, das bedeutet, dass es sich um viele Achsen dreht. Dabei fungiert das vordere Kreuzband als zentraler Stabilisator und stabilisiert das Knie während der Bewegung. Bei einer Schädigung dieses Bandes übernehmen die Menisken und andere Bänder sekundäre Stabilisierungsfunktionen, damit das Knie nicht aus dem Ruder läuft.

Allerdings hält der Meniskus diesem Druck nicht lange stand und wird ebenfalls in Mitleidenschaft gezogen, ebenso wie der Knorpel. Eine Kreuzbandverletzung geht oft mit Begleitbeschwerden einher, da das Kreuzband geschützt inmitten des Kniegelenks liegt. Daher ist es nicht ungewöhnlich, dass neben dem Kreuzband auch andere Strukturen wie Menisken und Bänder im Rahmen eines Rotationstraumas beeinträchtigt werden.

### **Kann eine Kreuzbandverletzung verhindert werden?**

*Dr. Volker Stoll:* Nicht direkt. Einige Menschen haben von Natur aus lockere Strukturen, wodurch ihr Knie überbeweglich ist und sie anfälliger für Kreuzbandverletzungen sind. Sie sind daher besonders auf eine gut entwickelte Muskulatur angewiesen. Stabilisationstraining in Form von Muskelaufbau und Koordinationstraining kann die Kniestrukturen schützen. Insbesondere sportartspezifisches Training das Rotationen und entsprechende Muskelaufbauten beinhaltet, ist hilfreich. Die Muskulatur schützt und unterstützt das Kniegelenk, kann jedoch das Kreuzband nicht ersetzen. Wenn es also verletzt ist, ist in den meisten Fällen eine operative Behandlung nötig.

### **Sie sagten, ein Kreuzband kann auch ohne Sport reißen. Wann zum Beispiel?**

*Dr. Volker Stoll:* Ein ganz einfaches Beispiel: Jemand tritt in ein Loch. Durch die Überstreckung des Bandes kann es dann häufig zu einer hinteren Kreuzbandverletzung kommen. Diese Art von Verletzung wird jedoch oft übersehen oder falsch interpretiert, weshalb einige Patienten erst spät bei uns in der Klinik vorstellig werden.

Das vordere Kreuzband reißt eher, wenn der Betroffene hängen bleibt und das Knie dann verdreht. Die Ursache ist also fast immer eine Rotationsbewegung bei festgestelltem Fuß.

### **Welche verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?**

*Dr. Volker Stoll:* Die gängigste Behandlungsmethode ist die Kreuzbandplastik. Dazu wird eine körpereigene Sehne, üblicherweise die Semitendinosus-Sehne, verwendet, um das Kreuzband zu rekonstruieren. Die Semitendinosus-Sehne setzt an der Innenseite des Schienbeinkopfes an.



**„Da der Eingriff minimalinvasiv durchgeführt wird, ist eine rasche Mobilisierung möglich.“**

**Dr. Volker Stoll**

Chefarzt Kniechirurgie und Sporttraumatologie

### **Wann ist der Patient nach der Operation wieder fit?**

*Dr. Volker Stoll:* Da der Eingriff minimalinvasiv durchgeführt wird, ist eine rasche Mobilisierung möglich. Der Patient wird direkt nach der Operation unter physiotherapeutische Anleitung an Unterarmgehilfen mobilisiert und kann das operierte Bein bereits hälftig belasten. Die Vollbelastung ist nach circa 4-5 Wochen möglich und man kann zunehmend ohne Gehilfen laufen. Kniebelastende Sportarten können frühestens nach 9-12 Monaten ausgeübt werden.

### **Gibt es noch weitere Verletzungen am Kreuzband?**

*Dr. Volker Stoll:* Ja, das Kreuzband kann auch gezerrt sein. Dann ist eine konservative Behandlung möglich. Sollten jedoch Instabilitätsphänomene verbleiben, müsste eine Kontrolluntersuchung durchgeführt werden. ▀

## Aus dem Fachbereich

Fuß- und Sprunggelenkchirurgie

02  
24

Hellersen Insight



# Keine Sehne ist so kraftvoll, wie die Achillessehne

Ob Riss oder Entzündung:

Der Erhalt der Sehne hat oberste Priorität

**W**ie ein Peitschenknall hallt es im Ohr. Ein typisches Anzeichen für den Riss der Achillessehne. Achillessehnenverletzungen gehören zu den häufigsten Verletzungen am Fuß- und Sprunggelenk. Meist sind sie auf einen Sportunfall zurückzuführen – aber nicht immer. Und die Achillessehne muss auch nicht zwangsläufig reißen. Eine Entzündung kommt ebenso häufig vor und kann sehr schmerzhaft sein. Hier liegt die Ursache häufig im altersbedingten Verschleiß. Als Leitende Ärztin der Fuß- und Sprunggelenkchirurgie an der Sportklinik Hellersen ist Andrea Knichel Spezialistin auf dem Gebiet der Füße. Im Klinikmagazin Hellersen Insight klärt sie über die verschiedenen Verletzungen an der Achillessehne auf sowie über die jeweiligen Behandlungsmöglichkeiten.

Die Achillessehne verbindet die Wadenmuskulatur mit dem Fersenbein und dient der Kraftübertragung. Sie ermöglicht uns, zu gehen und den Fuß zu strecken. Ist die Achillessehne verletzt, fällt nicht

nur das Laufen schwerer, weil das Abrollen über den Vorfuß nicht mehr möglich ist, die Betroffenen sind auch unsicher im Stand, da es keine Verbindung gibt, um den Fuß vorne zu stabilisieren. Das



Problem: Die Kraft, die von der sehr ausgeprägten Wadenmuskulatur über die Achillessehne auf den Fuß übertragen wird, kann nicht einfach 1:1 durch eine andere Sehne ersetzt werden. Daher wird auch bei einem Riss – wenn möglich – mit allen Mitteln versucht, die Originalachillessehne zu erhalten und die Sehnenenden wieder zusammenzubringen.

### Umkippl-Plastik: Nach der Naht die beste Methode für den Patienten

Bei einem akuten Trauma, häufig die klassische Sportverletzung, ist dies in der Regel kein Problem. Die Sehne wird im Rahmen eines operativen Eingriffs genäht. Ein akutes Trauma kann natürlich auch bei älteren Menschen und auch ohne Sport vorkommen. „Hier reicht manchmal schon ein normaler Ausfallschritt, damit die Achillessehne reißt. Das liegt auch daran, dass die Sehne im Alter spröde wird und deshalb eine einfache Belastung zum Reißen ausreicht. Dann besteht meistens schon eine Vorschädigung“, erklärt Andrea Knichel. Entscheidend ist dann der Zeitpunkt der Diagnose. „Gerade in diesen Fällen ist es nicht selten, dass der Riss schon ein paar Wochen oder auch Monate zurückliegt, bevor die Patienten bei uns vorstellig werden. Das Problem ist dann, dass sich die Sehnenenden zurückgebildet haben und man schauen muss, dass Material gewonnen wird, um wieder einen Kontakt zwischen den Sehnenenden herzustellen. Wir bezeichnen den Eingriff als Umkippl-Plastik“, erklärt Andrea Knichel. Indem die Achillessehne halbiert und umgeklappt verlängert wird, kann sie überlappend vernäht werden. Das hat den Vorteil, dass der Zug des Wadenmuskels erhalten bleibt und so die meiste Stabilität und Kraft zurückgewonnen werden kann.

### Alternative Sehnentransfer

Ist dieses Verfahren nicht mehr möglich, muss auf die zweitbeste Variante zurückgegriffen werden: Ein Sehnentransfer. Auch hier muss eine Sehne gewählt werden, die mit einem Muskel verbunden ist. „Wir verwenden dazu daher eine der beiden Beugesehnen der Großzehe. Die Sehne ist kleiner, kann aber mit ihren Aufgaben wachsen und kräftiger werden. Sie ist nur ein Ersatz, um wieder Sicherheit bei der

normalen Standbelastung und beim Gehen zu erlangen, erklärt Andrea Knichel.

Damit die Behandlung so gut wie möglich erfolgen kann, rät die Fußspezialistin frühzeitig, die Symptome ernst zu nehmen und diese bei einem Spezialisten abzuklären. Nicht über den Vorfuß abrollen zu können, eine Unsicherheit im Stand oder nicht mehr sicher laufen zu können, sind bereits ernste Anzeichen, dass etwas nicht in Ordnung ist und weisen eventuell auch schon auf einen Riss der Sehne hin.

### Degenerative Veränderung: Die Verdickung der Achillessehne

Etwas anders sehen die Symptome bei einer Verdickung der Achillessehne aus. Hier ist vor allem der Schmerz ausschlaggebend. Dieser macht sich zunächst möglicherweise nur beim Sport, beim



Bergaufgehen oder beim Treppensteigen bemerkbar. Doch irgendwann schmerzt jeder Schritt und der Betroffene fängt an zu humpeln. Dies löst schließlich auch Beschwerden in angrenzenden Bereichen aus, wie zum Beispiel in der Muskulatur an Hüfte und Kniegelenken. Eine einfache Untersuchung mit Abtasten der Sehne führt in der Regel schon zu der Diagnose. Ein MRT kann zusätzlich eine mögliche Teilverletzung nachweisen.



# SCHMERZEN IM FUSS ODER SPRUNGGELENK?

**Wir helfen Ihnen dabei!**

**Ihre Spezialklinik für Orthopädie,  
Unfallchirurgie, Sportmedizin und  
Endoprothetik!**

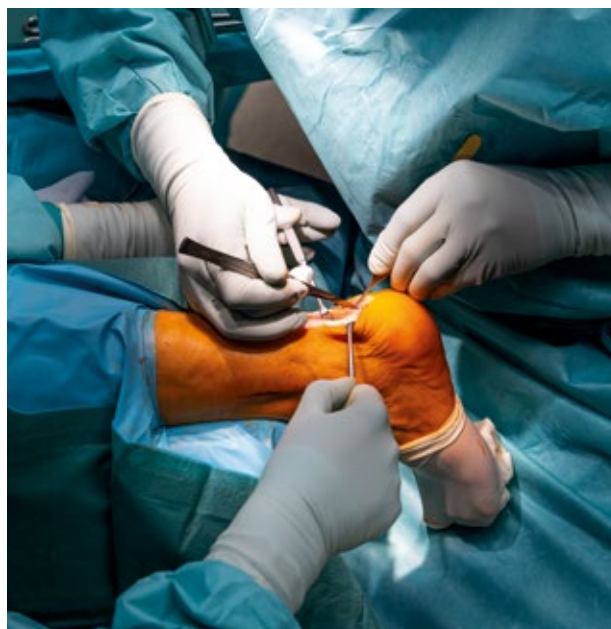
## Behandlungsschwerpunkte

- Vorfußchirurgie: Hallux valgus, Krallenzehe, Hallux rigidus
- Rückfußchirurgie: Korrektur des erwachsenen Knick-Plattfuß, Ballenhohlfuß, Spitzfuß
- Behandlung und Rekonstruktion von Bandverletzungen, Achillessehnenverletzungen



**Andrea Knichel**

Leitende Ärztin  
Fuß- und Sprunggelenkchirurgie,  
Kinderorthopädie



Eine Verdickung der Achillessehne ist die Folge einer ständigen Überlastung der Sehne, die sich über Jahre hinweg entwickeln kann. Dies kommt noch häufiger vor als ein Achillessehnenriss.

Der Fachbegriff lautet Achillodynie. Dies betrifft am häufigsten Menschen mittleren Alters, insbesondere wenn diese wieder in den Sport einsteigen wollen und die Belastung zu schnell steigern. Aber auch Jüngere trifft die Erkrankung, wenn wiederholt Mikrotraumen stattfinden, wie zum Beispiel beim Joggen oder auch beim täglichen Bewegen von schweren Geräten in der Arbeitswelt. „Eine kleine Einblutung ist ein erstes Zeichen für einen Teilriss, welcher rasch größer werden kann“, nennt Andrea Knichel einige Beispiele.

Zunächst wird versucht konservativ zu behandeln. Bleiben diese über ein Jahr lang hinweg erfolglos, kann eine Operation Abhilfe schaffen. Bei dem Eingriff wird das defekte Sehnenmaterial ausgeschält und die Sehne so wieder verdünnt vernäht. Die Belastung kann hiernach schneller aufgenommen werden als bei einem richtigen Achillessehnenriss, da die Sehne längs gespalten wird. **7**

Folgen Sie uns

 [facebook.com/sportklinikhellersen](https://facebook.com/sportklinikhellersen)

 [instagram.com/sportklinikhellersen](https://instagram.com/sportklinikhellersen)

[www.sportklinik-hellersen.de](http://www.sportklinik-hellersen.de)

# Aktiv und gesund – Die Bedeutung von Bewegung für die Gesundheitsvorsorge

**E**in morgendlicher Spaziergang, eine Joggingrunde im Park oder die Fahrradtour mit Freunden – es ist unbestritten, dass körperliche Aktivität ein wesentlicher Bestandteil in der Gesundheitsförderung ist. So hilft regelmäßige Bewegung nicht nur bei der Prävention zahlreicher Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Problemen, Diabetes mellitus, Krebs und psychiatrischen Erkrankungen, sondern kann auch als wichtiger Bestandteil der Therapie bei chronischen Beschwerden dienen.

„Bewegung und Sport können wie ein Medikament ohne wesentliche Nebenwirkungen verstanden werden und tragen somit effektiv zur Lebensverlängerung bei“, meint Dr. Ulrich Schneider, Leitender Arzt der Sportmedizin. Auch die positiven Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System sind nicht von der Hand zu weisen: Eine aktive Lebensweise senkt beispielsweise den Blutdruck und wirkt sich vorteilhaft auf den Fettstoffwechsel aus, was dazu führt, dass das Risiko einer Arteriosklerose gesenkt werden kann.

## Die Botenstoffe aus der Muskulatur

Die vielen positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf die Gesundheit sind das Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels verschiedener Faktoren. Ein entscheidender Mechanismus liegt dabei in der Muskulatur begründet. „Durch Bewegung werden Botenstoffe, auch bekannt als Myokine, freigesetzt, die eine Vielzahl positiver Effekte in den verschiedenen Organsystemen des Körpers bewirken“, erklärt Dr. Ulrich Schneider.



# Doctolib

**Buchen Sie Termine  
auch einfach online!**



**Termine unabhängig  
von unseren Sprechzeiten  
vereinbaren**



**Digitale Terminbestätigungen  
& Erinnerungen erhalten**



**Arzttermine einfach  
verschieben und stornieren**



Die Myokine tragen zur Steigerung der Fettverbrennung, zur Stärkung des Immunsystems, zur Bekämpfung von Entzündungen und Infektionen sowie zur Vorbeugung schwerwiegender Krankheiten wie Krebs, Diabetes und Demenz bei.

**„Bewegung und Sport können wie ein Medikament ohne wesentliche Nebenwirkungen verstanden werden und somit effektiv zur Lebensverlängerung beitragen.“**

**Dr. Ulrich Schneider**  
Leitender Arzt der Sportmedizin

Die Entdeckung der Myokine in den frühen 2000er Jahren hat viel zum Verständnis darüber, wie körperliche Aktivität die Gesundheit fördert, beigetragen. Unterschiedliche Trainingsformen wie Krafttraining oder moderates beziehungsweise intensives Ausdauertraining führen zu einer differenzierten Ausschüttung der Myokine.

## **Die Bedeutung der Telomere bei Alterungsvorgängen**

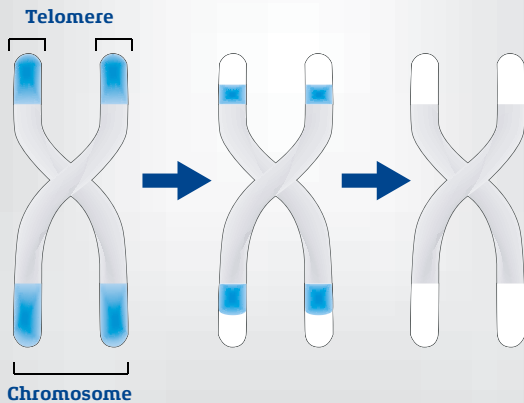
Neben der Freisetzung der Myokine liegt ein weiterer Ansatz, um die positiven Effekte von körperlicher Aktivität zu verstehen, im Bereich der Telomere.

### **Myokine**

- Myokine sind Proteine, die während der Muskelkontraktion entstehen.
- Sie dienen als Signalstoffe und können verschiedene biologische Prozesse in verschiedenen Geweben und Organen regulieren.
- Durch Bewegung ausgelöste Myokine können entzündungshemmende und antioxidative Effekte haben und somit zur Vorbeugung von Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs beitragen.

## Alterungsprozess

Mit zunehmendem Alter verkürzen sich die Telomere des Menschen immer mehr.



Die Telomere sind die Schutzkappen an den Enden unserer Chromosomen und haben die Aufgabe, unser Erbgut zu schützen. Jedes Mal, wenn es zu einer Zellteilung kommt, verkürzen sich die Telomere. Sind sie so kurz, dass sie nicht mehr schützend auf die Chromosomen wirken können, stirbt die Zelle ab. Mit diesem Mechanismus sind die Alterungsvorgänge im Körper maßgeblich verbunden: Wenn die Telomere zu kurz werden und ihre schützende Funktion verlieren, sind die Chromosomen anfälliger für Schäden, was zu Funktionsstörungen und sogar zum Zelltod führen kann.

### Ausdauertraining als „Anti-Aging-Medizin“

In diesem Kontext ist eine durchgeführte Studie mit 125 Teilnehmern besonders aufschlussreich. Hier wurde untersucht, wie verschiedene Trainingsarten die Aktivität der Telomerase und die Länge der Telomere beeinflussen. Bei der Telomerase handelt es sich um ein Enzym, das die Telomere, also die schützenden Enden der Chromosomen, verlängert und somit den Alterungsprozess verlangsamt. Die Probanden der Studie wurden in verschiedene Gruppen aufgeteilt: Während eine Gruppe den bisher vorherrschenden inaktiven Lebensstil fortsetzten, betrieben die anderen Studienteilnehmer jeweils

Ausdauertraining, Intervalltraining und Krafttraining. Die Studienergebnisse zeigten, dass regelmäßiges Ausdauertraining (3-mal 45 Minuten pro Woche) zu einer signifikanten Steigerung der Telomerase-Aktivität führte. „Regelmäßiges Ausdauertraining wirkt also wie eine Anti-Aging-Medizin“, resümiert Dr. Ulrich Schneider.

Laut dem Mediziner haben Forschung und Studien in den letzten Jahren viel dazu beigetragen, die Bedeutung von regelmäßiger Bewegung besser zu verstehen. Durch wissenschaftliche Untersuchungen konnten verschiedene positive Effekte von körperlicher Aktivität auf die Gesundheit und das Wohlbefinden aufgedeckt werden. Angesichts dieser Ergebnisse gibt es also viele gute Gründe, aktiv zu bleiben. ▀

### Telomere

- Telomere sind DNA-Sequenzen an den Enden der Chromosomen, die diese während der Zellteilung schützen und den Alterungsprozess beeinflussen.
- Regelmäßiges Ausdauertraining führte zu einer signifikanten Steigerung der Telomerase-Aktivität und verhinderte die Verkürzung der Telomere.
- Durch regelmäßigen Ausdauersport wird der Alterungsprozess ausgebremst.



**Dr. med. Ulrich Schneider**

Leitender Arzt  
Sportmedizin/ Innere Medizin

#### Ambulanz

Tel. 02351 945-2281  
Fax 02351 945-2283  
sekretariat.schneider@hellersen.de

Aus dem Fachbereich

Zentrum für Spezielle Schmerzmedizin

# Neue Hoffnung durch innovative Schmerztherapie

Die Geschichte von Thomas Engelberg

02  
24

Hellersen Insight



Mit einem Stück Kuchen feierten Dr. Wolfgang Welke und Patient Thomas Engelberg den Erfolg der Erstimplantation der Schmerzpumpe.

**A**ls Thomas Engelberg seinen Weg in die Sportklinik Hellersen fand, hatte er bereits eine lange, schmerzhafte Reise hinter sich. Angefangen mit einem langen Krankenhausaufenthalt und anschließender Rehabilitation war er verzweifelt auf der Suche nach einer Lösung, um seine chronischen Schmerzen zu lindern. Sein Bewegungsapparat war stark eingeschränkt, lange Strecken laufen konnte er nicht mehr und um die Schmerzen erträglich zu machen, musste er oft gekrümmt gehen. Die erhoffte Linderung blieb trotz verschiedener Schmerztherapien, die unzählige Medikamente und hohe Dosierungen umfassten, aus. Auf den Rat einer kompetenten Ärztin fand er schließlich den Weg zu Dr. Wolfgang Welke, Chefarzt des Zentrums für Spezielle Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen.

**„Kürzlich bin ich Opa geworden und freue mich jetzt schon auf die Zukunft mit meinen Lieben.“**

**Thomas Engelberg**

Nachdem Thomas Engelberg zahlreiche Schmerzmedikamente ausprobiert hatte, empfahl ihm Dr. Wolfgang Welke die neuartige Schmerzpumpe, die eine erhebliche Verbesserung der Lebensqualität für Patienten mit therapieresistenten Schmerzen versprach. Zunächst wurde ihm die Schmerzpumpe Synchronmed II von Medtronic implantiert. Als die Batterie erschöpft war, entschied der Chefarzt, dem Patienten die neueste Generation auf dem Markt, die Synchronmed III, einzusetzen. So wurde Thomas Engelberg der erste Patient deutschlandweit, der die innovative, voll implantierbare Medikamentenpumpe von Dr. Welke an der Sportklinik Hellersen eingesetzt bekommen hat.

Bei der Synchronmed III handelt es sich um eine elektronische Schmerzpumpe mit einer Lithiumbatterie, die eine Lebensdauer von etwa acht Jahren hat. Ein großer Fortschritt bei diesem Gerät liegt in der Softwareoberfläche, die eine drahtlose Verbindung mit iPad oder iPhone ermöglicht. „Man kann drahtlos mit einem iPad, iPhone oder einem anderen Endgerät Kontakt zur Pumpe aufnehmen, was besonders im Operationssaal viele Vorteile bietet“, erklärt Dr. Wolfgang Welke. Beispielsweise kann der Programmierer einige Meter entfernt sitzen, während die Pumpe eingebaut wird, was die Sterilität verbessert.

**„Ein Patient, der beispielsweise dreimal täglich 60 Milligramm Morphin nimmt, bekommt über die Pumpe nur noch ein Milligramm pro Tag.“**

**Dr. Wolfgang Welke**  
Chefarzt des Zentrums  
für Spezielle Schmerzmedizin



Auch die Nachfüllung der Schmerzpumpe ist einfacher und schneller geworden. Früher musste ein Magnet auf den Patienten gelegt werden, und ein externes Programmiergerät kam zum Einsatz. Heute kann dieses im Anschluss an die Befüllung drahtlos mit einem iPad erledigt werden, was nur zwei Minuten dauert. „Da Patienten alle vier Wochen zur Befüllung kommen müssen, ist diese Zeitersparnis enorm,“ betont der Chefarzt des Zentrums für Spezielle Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen.



Ein weiterer wichtiger Vorteil der innovativen Schmerzpumpe liegt in der erheblichen Reduktion der Medikamentendosis. In der Regel beginnt eine Schmerztherapie mit der Einnahme von oralen Medikamenten, die jedoch oft Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme oder Wesensveränderungen mit sich bringen. Durch die Schmerzpumpe kann die Dosis um den Faktor 150 verringert werden. „Ein Patient, der beispielsweise dreimal täglich 60 Milligramm Morphinum nimmt, bekommt über die Pumpe nur noch ein Milligramm pro Tag,“ erläutert Dr. Wolfgang Welke. Die Anwendung über das Nervenwasser hat jedoch eigene Nebenwirkungen, weshalb zunächst getestet wird, ob der Patient diese Form der Medikamentengabe verträgt. Erst wenn dies erfolgreich ist und eine Schmerzlinderung von mindestens 50 % erreicht wird, wird die Synchromed III implantiert.

Seit der Implantation der Schmerzpumpe hat sich das Leben von Thomas Engelberg grundlegend verändert. Die Tabletten, die er vorher mehrmals täglich einnehmen musste, sind nun überflüssig. Die Gefahr, mehr als die verschriebene Dosis zu nehmen, besteht nicht mehr. „Die Medikamentenpumpe gibt mir mehr Selbstvertrauen und hilft enorm bei den täglichen Aufgaben, die vorher oft eingeschränkt oder gar nicht möglich waren,“ berichtet der Patient erleichtert.



**„Die Medikamentenpumpe gibt mir mehr Selbstvertrauen und hilft enorm bei den täglichen Aufgaben, die vorher oft eingeschränkt oder gar nicht möglich waren.“**

**Thomas Engelberg**

Obwohl die Pumpe anfangs an der implantierten Stelle spürbar war, hat Thomas Engelberg sich schnell daran gewöhnt. Bewusst wird ihm das Gerät nur, wenn er etwas hebt und der Gegenstand zufällig an die Implantationsstelle kommt. Diese kurzen Momente des Unbehagens sind jedoch gering im Vergleich zu den Vorteilen, die die Pumpe bietet.

Seit der Implantation hat der Schmerzpatient neue Lebensziele. Früher hatte er oft negative Gedanken und große Angst, dass nichts mehr funktionieren würde. Heute, als Familienvater von mittlerweile zwei erwachsenen Kindern und Großvater, blickt er optimistisch in die Zukunft. „Kürzlich bin ich Opa geworden und freue mich jetzt schon auf die Zukunft mit meinen Lieben,“ erzählt er. Besonders stolz ist er auf seine Frau, die in den schlimmsten Zeiten seine größte Stütze war und es noch immer ist. ■





# Gemeinsam stark.

## Ihre Gesundheit in den besten Händen.

Schmerzen im Bewegungsapparat? Probleme beim Laufen oder bei Armbewegungen? Unsere Fachärzte des Medizinischen Versorgungszentrums der Sportklinik Hellersen sind für Sie da. Wir bieten ein breites Leistungsspektrum in den Bereichen Orthopädie, Neurochirurgie, Unfallchirurgie und Anästhesiologie.

### **MVZ für Neurochirurgie in der Sportklinik Hellersen**

Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2106  
Fax 02351 945-2109  
[mvz.neuro@hellersen.de](mailto:mvz.neuro@hellersen.de)

### **Praxis für Orthopädie in der Sportklinik Hellersen**

Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2100  
Fax 02351 945-2104  
[mvz.ortho@hellersen.de](mailto:mvz.ortho@hellersen.de)

### **Praxis für Orthopädie in Lüdenscheid-Mitte**

Knapper Straße 34  
58507 Lüdenscheid  
Tel. 02351 787-3992  
Fax 02351 787-3994  
[mvz-ks@hellersen.de](mailto:mvz-ks@hellersen.de)

### **Praxis für Chirurgie und Unfallchirurgie in Lüdenscheid-Mitte**

Wilhelmstraße 1  
58511 Lüdenscheid  
Tel. 02351 2327-3  
Fax 02351 3805-12  
[mvz-ws@hellersen.de](mailto:mvz-ws@hellersen.de)

### **Praxis für Orthopädie und Unfallchirurgie**

Nordengraben 8  
58636 Iserlohn  
Tel. 02371 1297-1  
Fax 02371 2962-0  
[mvz-ng@hellersen.de](mailto:mvz-ng@hellersen.de)

### **Praxis für Anästhesiologie in Lüdenscheid-Mitte**

Rathausplatz 23  
58507 Lüdenscheid  
Tel. 02351 3999-4  
Fax 02351 3999-5  
[mvz-rp@hellersen.de](mailto:mvz-rp@hellersen.de)

Bei uns stehen Sie als Patient im Mittelpunkt. Unsere Fachärzte nehmen sich viel Zeit für eine gründliche Diagnostik und eine auf Sie abgestimmte Therapie. Durch die direkte Anbindung an die Sportklinik Hellersen ist eine stationäre Weiterbehandlung auf Wunsch jederzeit schnell und effizient möglich.

Aus dem Fachbereich

Endoprothetik

# Von der Diagnose zur Endoprothese

Endoprothetik in der Rheumatologie



**G**eschwollene Finger, Schmerzen im Knie oder in der Schulter – für Rheumatiker ist schon das Aufstehen am Morgen eine Qual und der Versuch, eine Tasse zu greifen, kann zu stechenden Schmerzen führen. Für viele Patienten mit einem rheumatischen Krankheitsbild ist eine Endoprothese oftmals die letzte Rettung, um ein Stück Lebensqualität zurückzugewinnen. In einem Interview mit der Hellersen Insight erläutert Bernd Irlenbusch, Leitender Oberarzt der Endoprothetik und Spezialist für Knie- und Hüftprothesen, die komplexe Erkrankung Rheuma und erklärt die chirurgischen Behandlungsoptionen, die Rheumatikern zur Verfügung stehen.

### Welche Kriterien müssen erfüllt sein, damit ein Patient mit rheumatischen Erkrankungen ein Kandidat für eine Endoprothese ist?

*Bernd Irlenbusch:* Allgemein gelten für die Indikationsstellung zur Versorgung mit einem künstlichen Gelenk bei Rheumatikern ähnliche Kriterien wie bei Patienten mit klassischer Arthrose. Maßgeblich sind zunächst die klinischen Beschwerden, die die Patienten im Rahmen der Anamnese schildern. Hierbei bewerte ich insbesondere die mögliche Gehstrecke, die Schmerzen und die Bewegungseinschränkungen des Patienten.

Ein weiterer entscheidender Aspekt sind die krankhaften Befunde bei der körperlichen Untersuchung. Neben den physischen Befunden, wie Bewegungseinschränkungen und Steifigkeit, sind auch bildgebende Verfahren wie MRT, Röntgen, ggf. Ultraschall und CT für die Diagnostik bei Rheuma- und Arthrosepatienten unerlässlich.

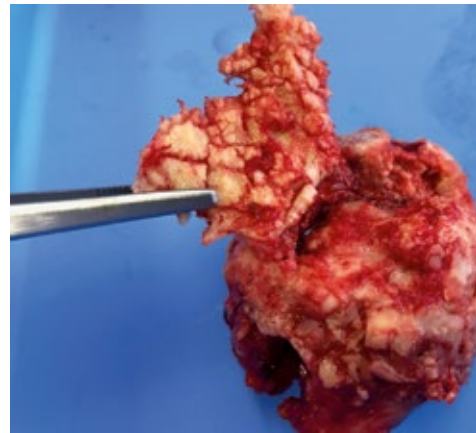
Ein kleiner, aber wesentlicher Unterschied in der Rheumatologie ist die Röntgeneinteilung nach Larsen, Dale und Eijk (LDE), die die Erkrankung in fünf Stadien klassifiziert. In den Stadien 0, 1 oder 2 ist in der Regel kein endoprothetischer Ersatz nötig, während in den Stadien 3, 4 und 5 ein künstliches Gelenk in Betracht kommt. Die Krankheitsvorgeschichte des Patienten spielt ebenfalls eine wichtige Rolle bei der Entscheidung für eine Endoprothese.

### Welche chirurgischen Optionen stehen den Patienten mit Rheuma zur Verfügung, wenn konservative Maßnahmen nicht mehr ausreichend sind?

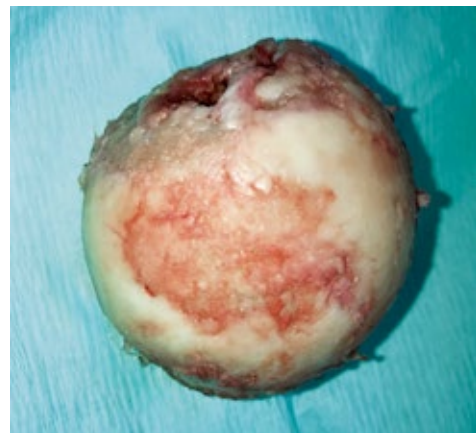
*Bernd Irlenbusch:* Die Wahl des Behandlungsverfahrens hängt maßgeblich vom Beschädigungsgrad des Gelenks ab, gemessen an den oben beschriebenen LDE-Röntgenstadien. Da Rheuma nicht nur die Gelenke und den gelenknahen Knochen befällt, sondern auch das umliegende Weichteilgewebe wie Sehnen, Sehnenscheiden, Schleimhäute und Schleimbeutel betrifft und oft benachbarte Gelenke mit einbezieht, spielt dies eine wichtige Rolle bei der Entscheidungsfindung.

Im Frühstadium (0 bis 2) erfolgt die Entfernung der entzündeten Gelenkschleimhaut, eine sogenannte Synovialektomie, die je nach betroffenem Gelenk

offen oder arthroskopisch durchgeführt wird, ggf. auch in Kombination mit einer Radionuklid-Injektion (sog. Radiosynoviorthese). In den fortgeschrittenen Stadien 3, 4 oder 5, wenn das Gelenk bereits stark geschädigt ist, kommen ein künstliches Gelenk (Endoprothese), eine Versteifung oder die teilweise Entfernung von Gelenkteilen in Betracht. Während bei größeren Gelenken wie Hüfte oder Knie meist eine Endoprothese eingesetzt wird, sind in der Fuß- und Handchirurgie oft versteifende Operationen oder Resektionen (sog. Resektionsarthroplastiken) üblich, bei denen Teile des Knochens entfernt werden, um Schmerzen zu lindern oder die Funktion zu verbessern.



**Hüftkopf eines Patienten mit rheumatoider Arthritis: Völliger Gewebszerfall aufgrund der Entzündung und Zerstörung des Gelenks.**



**Hüftkopf bei Arthrose: Der Knochenkopf ist noch sichtbar, während der Knorpel im zentralen Bereich abgeschliffen ist.**



Röntgenaufnahme einer völlig zerfallenen linken Hüfte.



Röntgenaufnahme nach der Operation mit eingesetztem Hüft-Totalendoprothesen (TEP).

### Wie können Rheumapatienten am besten auf eine Endoprothesen-Operation vorbereitet werden?

*Bernd Irlenbusch:* Vor einer Operation muss ein Rheumatiker optimal hinsichtlich seines körperlichen Entzündungszustandes eingestellt sein und darf sich in keinem akuten Schub befinden. Das bedeutet, dass Laborwerte und Medikamente perfekt abgestimmt sein sollten. Patienten werden gebeten aktuelle Befunde ihres behandelnden Rheumatologen, inklusive Blutbild und Laborwerte, mitzubringen. Besonders die Medikation spielt eine zentrale Rolle: Die meisten Rheumamedikamente können heutzutage weiter eingenommen werden, doch bei den modernen Biologika sowie Leflunomid ist Vorsicht geboten. Hierbei handelt es sich um spezielle Medikamente, die gezielt das Immunsystem ansprechen. Sie sind sehr wirksam bei entzündlichen Erkrankungen wie rheumatoider Arthritis, können jedoch das Immunsystem schwächen und das Risiko für Infektionen während und nach einer Operation erhöhen. Deshalb sollten diese in Absprache mit dem internistischen Rheumatologen und Chirurgen vor größeren Eingriffen pausiert werden, um das Infektionsrisiko zu minimieren. Eine enge Zusammenarbeit zwischen diesen Ärzten ist wichtig, um genau zu entscheiden, welche Medikamente pausiert wer-

den müssen und welche weiter eingenommen werden können. Ansonsten drohen oben beschriebene Infektionsrisiken oder umgekehrt Rheumaschübe.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist der Zustand der Haut. Rheumatiker, die immunmodulierende Medikamente einnehmen, dürfen keine auffälligen Hautveränderungen haben, da sie ebenbesagtes Infektionsrisiko tragen. Bei Patienten mit Schuppenflechte und Arthritis ist dies besonders zu berücksichtigen.

Die Nachsorge („Wie geht es nach der OP weiter?“) sollte auch bereits in der Vorbereitung angesprochen werden. Es muss geklärt sein, welche Rheumaklinik für die Reha in Frage kommt und wie die Nachbehandlung organisiert wird. Hilfsmittel wie Spezial-Gehhilfen (Arthritiker-Stützen), Bandagen oder Rollatoren müssen vor der Operation angesprochen und ggf. bereitgestellt werden. Bei Rheumatikern mit schweren Handdeformitäten reicht eine klassische Unterarmgehstütze oft nicht aus, weshalb speziell angepasste Gehhilfen und Hilfsmittel benötigt werden. All diese Aspekte werden in der Sprechstunde besprochen und organisiert.

## LDE-Einteilung im Röntgen

**Grad 0:** unauffälliger Befund

**Grad 1:** geringe Veränderungen (Weichteilschwellung, gelenknahe Demineralisation und/oder geringe Gelenkspaltverschmälerung)

**Grad 2:** definitive Veränderungen (mindestens eine kleine Erosion)

**Grad 3:** deutliche Veränderungen (ausgeprägte Erosionen und eindeutige Gelenkspaltverschmälerung)

**Grad 4:** schwere Veränderungen (große Erosionen, Gelenkspalt i.d.R. nicht mehr erkennbar)

**Grad 5:** mutilierende Veränderungen (Gelenkflächendestruktion)

**„Die subjektive Zufriedenheit der Rheumatiker ist oft höher als bei Nicht-Rheumatikern: Sie sind in der Regel zufrieden mit den Ergebnissen.“**

**Bernd Irlenbusch**

Leitender Oberarzt der Endoprothetik

Ein weiteres, nicht unwesentliches Phänomen ist die Möglichkeit eines Rheumaschubs nach dem operativen Eingriff. Der OP-Reiz kann körperlichen Stress auslösen und einen Rheumaschub verursachen, bei dem die Entzündungswerte steigen und sich der Allgemeinzustand der Patienten verschlechtert. Die Gelenke bewegen sich dann schlechter, werden steif, und die Patienten erfahren starke generalisierte Schmerzen. In solchen Fällen wird es oft sehr schwierig, die Patienten wieder aus dem Bett zu bekommen.

**Welche langfristigen Ergebnisse und Lebensqualität können Patienten mit Rheuma nach einer erfolgreichen Endoprothesen-Implantation erwarten?**

*Bernd Irlenbusch:* Das Einsetzen von Hüft- oder Knieendoprothesen führt, trotz teilweise deutlich schwierigeren Ausgangssituationen, in der Regel zu erfreulichen Ergebnissen. Die subjektive Zufriedenheit der Rheumatiker ist oft höher als bei Nicht-Rheumatikern: Sie sind in der Regel zufrieden mit den Ergebnissen. ▀

### Wie lange hält ein künstliches Gelenk?

*Bernd Irlenbusch:* Generell lässt sich sagen, dass etwa 90 Prozent der Hüftendoprothesen auch nach 15 Jahren noch gut funktionieren. Nichtsdestotrotz beginnt in diesem Zeitraum der mechanisch bedingte Verschleiß und Abrieb der beweglichen Teile. Deshalb wird sowohl Rheumatikern als auch Nicht-Rheumatikern empfohlen, spätestens 5 bis 7 Jahre nach Einsetzen der Endoprothese jährliche Kontrolluntersuchungen durchführen zu lassen – ähnlich wie regelmäßige Kontrollbesuche beim Zahnarzt.

### Welche Risiken und Komplikationen sind bei Rheumapatienten nach einer Endoprothesen-Operation am häufigsten?

*Bernd Irlenbusch:* Die Risiken ähneln zunächst einmal denjenigen bei Arthrose-Patienten, also Blutungsrisiko, Thrombose etc. Ein spezifisches Risiko ist das erhöhte Infektrisiko gegenüber Patienten ohne Rheumamedikamente, da die Wundheilung in den ersten zwei Wochen stark mit der Medikation verknüpft ist.

Sicherlich erschwert der häufig vorhandene mehrgelenkige Befall die Mobilisation von Rheumatikern, weswegen hier langsamere Fortschritte in der Reha zu beobachten sind.

Aus dem Fachbereich

Spezielle Wirbelsäulenchirurgie

# Die Spinalkanalstenose – Wenn jeder Schritt zur Qual wird

Die Tücken des Alters



**I**m Alter werden Schmerzen im Rücken und in den Beinen oft zur Qual. Jeder Schritt wird zur Herausforderung, jede Bewegung zu einem Akt der Überwindung. Denn mit den Jahren verändern sich nicht nur die äußeren Merkmale unseres Körpers, sondern auch die inneren Strukturen. Oftmals ist die Wirbelsäule, ein tragender Bestandteil des Bewegungsapparats, davon betroffen. Hinter den alltäglichen Beschwerden verbirgt sich oft eine weitreichendere Diagnose: die Spinalkanalstenose.

Die Wirbelsäule ist ein fundamentaler Bestandteil unseres Körpers, geformt aus Wirbelkörpern, die man sich wie viereckige Bauklötze vorstellen kann. Zwischen diesen Wirbelkörpern liegen die Bandscheiben, die als Abstandhalter dienen und eine flexible Bewegung der Wirbelsäule ermöglichen. Doch

mit fortschreitendem Alter beginnen diese Bandscheiben zu degenerieren. Der einst flüssige Kern verliert an Feuchtigkeit und Volumen, was zu einem allmählichen Austrocknen und Schrumpfen führt. Dadurch werden die Bandscheiben dünner und der Abstand zwischen den Wirbeln schwindet.

„Wenn der Abstand zwischen den Wirbeln abnimmt, passen die kleinen Gelenke, die die Wirbel miteinander verbinden, nicht mehr genau aufeinander. Dies kann zu einer Instabilität führen, bei der die Wirbel zu wackeln und zu rutschen beginnen - ein Phänomen, das in Fachkreisen als Wirbelkörpergleiten bekannt ist“, erläutert Dr. Oliver Meier, Chefarzt der Speziellen Wirbelsäulenchirurgie im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum an der Sportklinik Hellersen.

Durch das Gleiten der Wirbelkörper wird der Raum im hinteren Teil der Wirbelsäule, der sogenannte Spinalkanal, zunehmend eingeengt. Der Spinalkanal, der sich in der Mitte der Wirbelsäule befindet und einem Rohr ähnelt, wird an den betroffenen Stellen enger. Diese Verengung kann zu Kompressionen der Nervenwurzeln im Spinalkanal führen, was wiederum Schmerzen und andere Symptome verursachen kann.

## „Wir müssen dann handeln, wenn die Lebensqualität abnimmt.“

„Außerdem kann die fehlende exakte Passform der Gelenke zu einer Arthrose führen, einem Verschleiß der Gelenke“, erklärt Dr. Oliver Meier. „Dies ist ein natürlicher Teil des Alterungsprozesses und tritt auch bei anderen Gelenken, wie den Knien, Schultern und Fußgelenken auf. Bei einer Arthrose werden die Gelenkflächen größer, was wiederum zu einer weiteren Verengung des Spinalkanals beitragen kann.“

Wenn die Lebensqualität durch eine Spinalkanalstenose stark beeinträchtigt ist und selbst kurze Spaziergänge zur Tortur werden, ist eine Operation unumgänglich. Schließlich wird mit Fortschreiten der Erkrankung der zentrale Kanal in der Wirbelsäule immer enger, während die Gelenkflächen weiterwachsen und dadurch der Raum weiter verkleinert wird. „Ich habe Patienten, die mittlerweile nur noch



10 Meter gehen können. Durch die eintretenden Schmerzen müssen sie dann stehen bleiben oder sich hinsetzen“, berichtet der Chefarzt und meint weiter: „Wir müssen dann handeln, wenn die Lebensqualität abnimmt.“

Die Operation zur Behandlung einer Spinalkanalstenose beginnt mit der Erweiterung des verengten Kanals, um den Druck auf die Nerven zu reduzieren. Dieser Prozess, bekannt als Dekompression, zielt darauf ab, die Symptome zu lindern. Zuerst erfolgt ein kleiner Schnitt entlang der Wirbelsäule, um den betroffenen Bereich zugänglich zu machen. Anschließend werden die Bandscheiben und Knochen sorgfältig entfernt, um Platz für die Nerven zu schaffen. Wenn eine zusätzliche Instabilität der Wirbelsäule vorliegt, werden Schrauben und Stäbe eingesetzt, um die Wirbel zu stabilisieren. Diese modernen dynamischen Verfahren ermöglichen es, die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu erhalten, während gleichzeitig die notwendige Stabilität gewährleistet wird. Dadurch wird die Schmerzfreiheit verbessert, und die Gehstrecke deutlich verlängert. ▀



Aus dem Fachbereich

Konservative Orthopädie

# Der Hexenschuss – Mehr als nur ein Rückenschmerz

Wenn der Rücken streikt und die Bandscheibe Alarm schlägt

02  
24

Hellersen Insight



**P**lötzliche Rückenschmerzen können uns buchstäblich ausbremsen und unseren Alltag erheblich beeinträchtigen. Ein allzu bekanntes Phänomen ist der Hexenschuss. Über 90 Prozent der Bevölkerung haben bereits einen Hexenschuss erlebt, meistens in jüngeren Jahren, wenn die Bandscheiben noch elastisch sind. Doch was genau steckt dahinter, und wie unterscheidet er sich von anderen Rückenbeschwerden? Diese Fragen klärt Dr. Stefan Nolte, Chefarzt der Konservativen Orthopädie im Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum, in einem Interview mit der Hellersen Insight.



### Herr Dr. Nolte, was genau ist ein Hexenschuss?

*Dr. Stefan Nolte:* Ein Hexenschuss ist ein akuter Schmerz im Rücken und eigentlich eine sinnvolle Reaktion des Körpers. Stellen Sie sich vor, die Wirbelsäule besteht aus vielen verschiedenen Wirbeln und Bandscheiben, die zahlreiche Bewegungssegmente bilden. Wenn in einem dieser Segmente eine Mikroverletzung, wie beispielsweise ein kleiner Riss in einer Bandscheibe, auftritt, reagiert der Körper sofort mit einem Schutzreflex. Die Muskulatur verkrampft, um das betroffene Segment zu stabilisieren und weitere Schäden zu verhindern. Dieser Muskelkrampf ist schmerzhaft und genau das ist der Hexenschuss.

### Woher kommt der Begriff Hexenschuss?

*Dr. Stefan Nolte:* Der Begriff Hexenschuss stammt aus dem Mittelalter. Der „Schuss“ bezieht sich auf den unerwarteten Schmerz, der so plötzlich eintritt, dass die Menschen sich von einem Moment auf den anderen oft nicht mehr bewegen können, da der Körper in dem Schutzreflex verharrt. Die Verbindung zur Hexe hat den Ursprung, dass die Hexe das Böse verkörpert. Es wurde angenommen, dass der plötzliche Schmerz durch einen Fluch oder eine böse Tat der Hexe verursacht wurde.

### Worin liegt der Unterschied zwischen einem Hexenschuss und einem Bandscheibenvorfall?

*Dr. Stefan Nolte:* Es muss nicht unbedingt einen Unterschied geben. Ein Hexenschuss kann als Ausdruck einer Mikroverletzung auf Bandscheibenebene auftreten und sich zu einem Bandscheibenvorfall entwickeln. Ein Bandscheibenvorfall tritt auf, wenn der Kern einer Bandscheibe durch den äußeren Ring tritt. Dies ist im MRT oder CT sichtbar. Ein Hexenschuss kann also das erste Anzeichen eines Bandscheibenvorfalles sein.

**„Die Kunst liegt darin, den Schmerz zu lindern, ohne den Schutzreflex komplett aufzulösen.“**

**Dr. Stefan Nolte**  
Chefarzt Konservative Orthopädie

### Welche physikalischen Maßnahmen werden bei Überlastung der Muskeln ergriffen?

*Dr. Stefan Nolte:* Wie gesagt, die Muskulatur verkrampft als Schutzreflex, um das betroffene Segment zu stabilisieren. Dies ist schmerzhaft und wird meist mit Wärme behandelt, da diese die Durchblutung verbessert und die Muskelspannung reduziert. Beliebte Methoden sind Wärmflaschen oder warme Bäder. Es ist jedoch wichtig, die Muskelspannung nicht vollständig zu lösen, da der Muskelkrampf eine wichtige Schutzfunktion hat. Länger anhaltende Anspannung kann zu Mikroentzündungen in den Sehnenansätzen führen, ähnlich wie beim allseits bekannten Tennisellenbogen, wo im Ursprungsbereich der Muskulatur eine Entzündung entsteht, was starke Schmerzen verursacht. Im Rücken, wo die Muskulatur am Beckenkamm entspringt, können ebenfalls erhebliche Druckschmerzen auftreten, die durch entzündungshemmende Injektionen gelindert werden können.



## „Eine frühzeitige Behandlung kann helfen, chronische Beschwerden zu verhindern und die Lebensqualität schnell wiederherzustellen.“

Dr. Stefan Nolte

Chefarzt Konservative Orthopädie

### Wie wird der Hexenschuss in der Konservativen Orthopädie behandelt?

*Dr. Stefan Nolte:* Bei einem stark ausgeprägten Hexenschuss lindern wir die Überlastung der Muskeln durch physikalische Maßnahmen und das Einspritzen von Medikamenten. Wenn Muskelursprünge am Beckenkamm und an der Wirbelsäule sehr druckschmerzhaft sind, spritzen wir dort niedrigdosiert antientzündliche Medikamente, oft kombiniert mit Betäubungsmitteln, um die Muskulatur zu entspannen. Diese Behandlung darf jedoch nicht zu stark dosiert werden, um den Schutzreflex nicht zu durchbrechen und eine erneute Belastung der Bandscheiben zu vermeiden. Die Kunst liegt darin, den Schmerz zu lindern, ohne den Schutzreflex komplett aufzulösen.


### Wann ist eine ärztliche Behandlung notwendig?

*Dr. Stefan Nolte:* Eine Behandlung ist notwendig, wenn die Schmerzen extrem stark sind und die Bewegungsfreiheit erheblich eingeschränkt ist. In solchen Fällen stehen die Schmerzbewältigung und Schmerztherapie im Vordergrund. Eine frühzeitige Behandlung kann helfen, chronische Beschwerden zu verhindern und die Lebensqualität schnell wiederherzustellen. Es ist wichtig, die Mechanismen hinter einem Hexenschuss zu verstehen, um den Heilungsprozess zu unterstützen und weitere Verletzungen zu vermeiden.

### Haben Sie Tipps zur Vorbeugung eines Hexenschusses?

*Dr. Stefan Nolte:* Über 90 Prozent der Bevölkerung haben bereits einen Hexenschuss erlebt, meistens in jüngeren Jahren, wenn die Bandscheiben noch elastisch sind und Mikrorisse entstehen können. Ältere Personen sind seltener betroffen, da

ihre Bandscheiben weniger elastisch sind. Eine gut trainierte Muskulatur spielt eine entscheidende Rolle bei der Vorbeugung von Bandscheibenverletzungen, da sie die Wirbelsäule stützt und das Risiko von Mikroverletzungen auf Bandscheibenebene reduziert. Mein Beispiel, was ich dafür immer gerne anbringe, ist der Vergleich mit einem Schiffsmast: Ist die Takelage stabil, hält der Mast viel aus. Ähnlich ist es mit der Wirbelsäule – eine starke Muskulatur mindert das Risiko von Bandscheibenschäden. Dagegen führt eine schwache Muskulatur zu Verkrampfungen und erhöht das Risiko von Hexenschüssen.

Man kann einen Hexenschuss nicht vollständig ausmerzen – schließlich handelt es sich um einen natürlichen Alterungsprozess der Wirbelsäule. Nach einem Hexenschuss sollten Betroffene behutsam mit einem Muskelaufbautraining beginnen, aber nicht zu früh und nicht zu intensiv. Das Gewebe benötigt Zeit, um auszuheilen, und in den ersten sechs Wochen ist es nicht voll belastbar. Daher ist es wichtig, Geduld zu haben und das Training behutsam anzugehen, um eine erneute Überlastung zu vermeiden. 

### 5 Tipps zur Vorbeugung eines Hexenschusses

- 1. Regelmäßige Bewegung:** Sportarten wie Radfahren oder spezielle Rückenübungen sind besonders hilfreich, um einen Hexenschuss vorzubeugen.
- 2. Ergonomischer Arbeitsplatz:** Eine gesunde Sitz- und Stehhaltung kann durch die ergonomische Einrichtung des Arbeitsplatzes gefördert werden.
- 3. Richtiges Heben und Tragen:** Schwere Lasten sollten immer mit gebeugten Knien und geradem Rücken gehoben werden. Das Vermeiden von ruckartigen Bewegungen und das Tragen von Gegenständen nahe am Körper reduzieren die Belastung der Rückenmuskulatur erheblich.
- 4. Gewichtskontrolle:** Ein gesundes Körpergewicht reduziert die Belastung der Rückenmuskulatur und hilft, Rückenschmerzen zu verhindern.
- 5. Regelmäßige Dehnübungen:** Fördern die Flexibilität und beugen Muskelverspannungen vor.

# Morbus Dupuytren – Wenn die Hände ihren Dienst verweigern

Ein Blick auf Ursachen, Behandlungsmöglichkeiten und Nachsorge

**I**n unserem täglichen Leben spielen unsere Hände eine maßgebliche Rolle und fungieren als unentbehrliche Werkzeuge. Doch wenn sich die Finger krümmen und ihre volle Streckung verlieren, erfahren Betroffene zum Teil drastische Einschränkungen. Häufig können Erkrankte keinen Handschuh mehr anziehen und ihre Hand nicht vollständig einsetzen. Ausweichbewegungen schleichen sich in den Alltag. Die Ursache hierfür: Morbus Dupuytren.

Bei Morbus Dupuytren handelt es sich um eine gutartige Erkrankung, bei der der Körper in der Handinnenfläche übermäßig viel Bindegewebe produziert und dieses sich vor allem verhärtet und zusammenzieht. Es äußert sich durch die Bildung von Schwielen in der Hohlhand, häufig am Ring- oder Kleinfinger, sowie durch die Entstehung von Knötchen und harten Strängen. „Mit zunehmendem Krankheitsverlauf können die Finger verkrümmen und sich nicht mehr vollständig strecken lassen“, erklärt Tanja Czarnotta, Oberärztin in der Handchirurgie in der Sportklinik Hellersen. So kann der Dupuytren, obwohl gutartig, erhebliche Beeinträchtigungen mit sich bringen, sobald die Finger ihre Streckfähigkeit einbüßen. Viele Betroffene kommen aber relativ spät, da die Erkrankung in der Regel nicht schmerzhaft ist.



Bei der Dupuytren'schen Kontraktur hängt die Wahl der Behandlung vom Stadium der Erkrankung ab. In einem frühen Stadium, in dem nur Knoten und kleine Stränge auftreten, ist der betroffene Finger voll streckfähig. In der Regel ist keine Intervention erforderlich. Da es zeitlich sehr unterschiedlich ist, wie schnell sich diese kleinen Knoten und Stränge zusammenziehen und aus dem 1. Stadium höhergradig werden und somit eine Bewegungseinschränkung hervorrufen, kann durch die Anwendung von Röntgenreizstrahlen die weitere Ausdehnung und das Zusammenziehen (die „Kontraktur“) verringert werden und der Verlauf hinausgezögert werden.



„Wenn die Finger nicht mehr vollständig gestreckt werden können, wird eine operative Entfernung des Bindegewebes erforderlich, um die Beweglichkeit wiederherzustellen und dem Patienten seine Lebensqualität zurückzugeben“, erläutert die Oberärztin.

Zum Teil besteht jedoch nach einer Operation die

**„Wir zeigen unseren Patienten direkt nach der Operation Übungen, die sie täglich durchführen sollten. Wichtig ist, dass man trotz Fäden und Verband tägliche Streckübungen direkt nach der Operation durchführt nach unserer Anleitung, sonst können sich auch die Narben zusammenziehen und das Ergebnis verschlechtern.“**

**Tanja Czarnotta**  
Oberärztin Handchirurgie

Möglichkeit eines Rückfalls, da die genetische Veranlagung ein Hauptfaktor (80%) der Krankheit ist. Daher können lediglich die Bindegewebsstränge entfernt werden, während die Krankheit selbst durch genetische Faktoren im Körper verbleibt. Da nicht bekannt ist, ob Rückfälle bereits nach wenigen Jahren oder erst nach 20 Jahren auftreten können, ist der Verlauf der Erkrankung unvorhersehbar. „Diese Unsicherheit ist ein wesentlicher Grund, warum im frühen Stadium, wenn nur kleine Knoten vorhanden sind und die Finger noch vollständig gestreckt werden können, eine Operation eher vermieden wird“, resümiert Tanja Czarnotta.

Wie bei jedem chirurgischen Eingriff besteht auch

bei der Behandlung von Morbus Dupuytren das Risiko von Komplikationen. Dazu gehören anhaltendes Taubheitsgefühl in den Bereichen, wo die Haut abgehoben wurde, Kälteempfindlichkeit und Steifheit. Gelegentliche Wundheilungsstörungen können ebenfalls auftreten. Eine gewissenhafte Nachsorge ist jedoch entscheidend, um diese erfolgreich zu behandeln. Das Risiko für alle Komplikationen insgesamt beträgt 3 - 39 %.

Nach der Operation ist es laut der Expertin immens wichtig direkt mit einem Übungsprogramm zu starten. „Daher zeigen wir unseren Patienten direkt nach der Operation Übungen, die sie täglich durchführen sollten. Wichtig ist, dass man trotz Fäden und Verband tägliche Streckübungen direkt nach der Operation nach unserer Anleitung durchführt, sonst können sich auch die Narben zusammenziehen und das Ergebnis verschlechtern.“

Natürlich erhält jeder Patient am Entlassungstag ein Rezept für die ambulante Krankengymnastik zur intensiven Beübung. „Nachdem die Fäden nach etwa zwei Wochen entfernt werden, sollten die Narben regelmäßig mit Cremes massiert werden, um ihre Empfindlichkeit zu reduzieren und die Geschmeidigkeit zu verbessern.“ Hierdurch werden die Nervenenden stimuliert und es kommt schneller zur Verbesserung des Gefühls im operierten Bereich. ▀



# Die Gesundheit im Fokus

Betriebliches Gesundheitsmanagement an der Sportklinik Hellersen



**S**ich fit und gesund fühlen – ein Wunsch, den die meisten Menschen hegen, der aber durchaus keine Selbstverständlichkeit ist. Eine gesunde Lebensführung durch bewusste Ernährung, Sport und Entspannung ist in den vergangenen Jahrzehnten immer mehr in den Fokus der Gesellschaft gerückt, mit der Intention, genau dies zu erreichen. Sich rundum gesund und wohlfühlen, zeugt von einer hohen Lebensqualität.

Als Sportklinik identifizieren wir uns mit diesen Werten. Tagtäglich sorgen wir für die Gesundheit unserer Patienten, fördern ihre Beweglichkeit und unterstützen sie in ihrer Fitness. Was wir uns für unsere Patienten wünschen, wünschen wir uns auch für unsere Mitarbeitenden. Ein wesentlicher Bestandteil, um dies zu erreichen, ist das BGM.

**„Sich rundum gesund und wohlfühlen, zeugt von einer hohen Lebensqualität.“**

### Wofür steht BGM?

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) umfasst sowohl betriebliche Maßnahmen zum Arbeits- und Gesundheitsschutz als auch zur Gesundheitsförderung sowie das Eingliederungsmanagement. Der Arbeits- und Gesundheitsschutz minimiert die persönlichen Gesundheitsrisiken und geht mit rechtlichen verpflichtenden Maßnahmen einher. Ein Beispiel dafür sind die Arbeitsplatzbegehungen, um Belastungen zu identifizieren und zu analysieren sowie die ergonomische Beratung am Arbeitsplatz

## „Wir nehmen die Mitarbeitenden mit und schauen gemeinsam, wo Bedarf besteht.“

**Leonie Schauandt**  
Leitung Personal

zur individuellen Lösungsfindung. In einem größeren Kontext betrachtet hat das BGM daher auch mit der Zufriedenheit am Arbeitsplatz zu tun.

BGM ist ein sich entwickelnder Prozess, mit dem Ziel eines ganzheitlichen Konzeptes. „Es geht darum, sich die verschiedenen Bereiche anzuschauen und bedarfsgerechte Lösungen zu finden. Dazu brauchen wir die Unterstützung der Mitarbeiterschaft. Wir nehmen die Mitarbeitenden mit und schauen gemeinsam, wo Bedarf besteht“, erklärt Leonie Schauandt, Personalleitung der Sportklinik Hellersen.

### Das Leistungsangebot: Was bieten wir an?

Das Gesundheitspilotprojekt „bewango“ im Herbst 2022 legte den Grundstein für ein neu durchdachtes BGM-Konzept. Für drei Monate wurde den Mitarbeitenden ein Programm, bestehend aus Gesundheitscoachings, Fachberatungen in Ernährung, Bewegung und Entspannung, Online-Sportkursen sowie Übungen zur mentalen Gesundheit bereitgestellt.

„Auf dieser Grundlage entwickelten wir unser eigenes Konzept weiter. Bereits jetzt können Mitarbeitende verschiedene Leistungen in der Sportmedizin in Anspruch nehmen. Dazu gehört beispielsweise eine Rumpfkraftmessung mit dem ‚Back-Check‘ sowie eine Körperzusammensetzungsanalyse zu vergünstigten Mitarbeiterpreisen. Zusätzlich bietet die Sportmedizin einen Fitnesscheck an, der insbesondere für Sport-Einsteiger sinnvoll ist, und von vielen Krankenkassen bezuschusst wird. Nach einer entsprechenden Einführung steht Mitarbeitenden das Gerätetraining im klinikeigenen Fitnessraum kostenlos zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es regelmäßig Basketballtraining für Mitarbeitende, und wir organisieren die Teilnahme am jährlichen AOK-Firmenlauf sowie am Stadtradeln. Ein besonderes Highlight im Rahmen des BGM war die diesjährige



## „Weitere Anregungen werden jederzeit gerne aufgenommen und auf ihre Umsetzbarkeit geprüft.“

**Stefan Krakor**  
Sporttherapeut

Kanutour auf der Ruhr. Weitere Anregungen werden jederzeit gerne entgegengenommen und auf ihre Umsetzbarkeit geprüft“, führt Stefan Krakor aus der Sportmedizin Hellersen auf, der einzelne BGM-Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in der Sportklinik unterstützt.

### Wo geht die Reise hin?

Ein großes Projekt ist der Ausbau der Maßnahmen zur Gesundheitsförderung im Bereich Fitness. Bestehende Angebote werden weiterentwickelt und um weitere Projekte ergänzt. Die Planungen laufen bereits und müssen auf die jeweiligen Herausforderungen, Bedürfnisse und Erfordernisse in der Klinik abgestimmt werden. „Derzeit sind wir in Gesprächen mit Krankenkassen und möglichen Kooperationspartnern. Dabei geht es zum einen um die Finanzierung von Maßnahmen und zum anderen um die Nutzung des Wissens von Fachkräften für die geplanten Maßnahmen. Natürlich bestehen durch die Aufstellung der Klinik bereits intern vielfache gesundheitsrelevante Kompetenzen, auf die wir gerne zurückgreifen möchten“, sagt Leonie Schauandt. ▀

## Höchste Bildqualität für präzise Diagnosen

Ein Blick hinter die Kulissen der Röntgenabteilung

**O**hne qualitativ hochwertige Röntgenaufnahmen ist es für unsere Ärzte an der Sportklinik Hellersen schwierig, präzise Diagnosen zu stellen. Hier kommt unser #TeamRöntgen ins Spiel: Das engagierte Team aus sieben Mitarbeiterinnen sorgt für die sorgfältige Durchführung und Auswertung der Röntgenuntersuchungen, um den Ärzten zuverlässige Bilder zu liefern. Täglich arbeiten sie daran, höchste Standards in der Bildgebung zu gewährleisten. Jeder Schritt – von der Vorbereitung der Patienten bis zur Analyse und Qualitätskontrolle der Aufnahmen – wird genau überwacht, um eine exakte Diagnose sicherzustellen.

### Wie sieht ein typischer Arbeitsalltag im Röntgen aus?

Der Arbeitsalltag im Röntgen beginnt pünktlich um 7.30 Uhr mit der Ablösung der Kollegin, die den 24-Stunden-Bereitschaftsdienst übernommen hat. Die reguläre Arbeitszeit für das restliche Team startet um 8.00 Uhr. Nach einer kurzen Übergabe werden die Aufgaben und Arbeitsplätze verteilt. Neben dem Empfang müssen die Röntgenräume von jeweils zwei Mitarbeiterinnen besetzt werden. Auch das Büro darf nicht außer Acht gelassen werden – hier wechselt sich die Abteilungsleitung mit ihrer Stellvertretung ab.

„Eine Besonderheit unseres Teams ist die Rotation der Arbeitsplätze. Da wir eine kleine Abteilung sind, ist es wichtig, dass jede Mitarbeiterin alle Aufgabenbereiche beherrscht. So gewährleisten wir die notwendige Flexibilität und einen reibungslosen Ablauf“, erklärt Caroline Lambrecht, Stellvertretende Leitung im Röntgen.

Während der Ambulanzen betreut das Team sowohl stationäre als auch ambulante Patienten und erstellt voll-digitale Röntgenaufnahmen.

Nach dem regulären Arbeitstag bleibt eine Kollegin in der Abteilung und übernimmt den Bereitschaftsdienst bis zum nächsten Morgen. Selbstverständlich wird vor der Übergabe die Abteilung gründlich für den kommenden Tag vorbereitet: Alle Räume werden desinfiziert, und die technischen Geräte werden heruntergefahren.



## Welche täglichen Aufgaben meistert das #TeamRöntgen?

Jeder Arbeitsplatz im Röntgen hat spezifische Aufgaben. Am Empfang werden Patienten angemeldet und Telefonate entgegengenommen, CDs gebrannt und Röntgenbilder sowie Dokumente verwaltet. Die Röntgenräume A und B sind mit je zwei Kolleginnen besetzt, die gemeinsam an den Aufnahmen arbeiten. Sie überprüfen und bearbeiten die Patientenprotokolle und Bilder, kontrollieren die richtige Indikation, die Darstellung des Körperteils und die Bildqualität und formatieren die Bilder für Druck und digitales Speichern.

Im Leitungsbüro werden administrative Aufgaben wie die Erstellung und Kontrolle von Dienstplänen sowie die Kommunikation mit dem Materialprüfungsamt, der Ärztekammer und den Technikern übernommen.



## Wie laufen die Vorbereitungen für eine Röntgenuntersuchung ab?

Die Vorbereitung der Patienten auf eine Röntgenuntersuchung erfolgt in mehreren sorgfältigen Schritten, um die Qualität der Aufnahmen und die Sicherheit zu gewährleisten. Zunächst überprüft das Team den Röntgenauftrag und sieht sich gegebenenfalls Voraufnahmen an. Auch wichtige Fragen wie die Möglichkeit einer Schwangerschaft oder das Einholen einer Einverständniserklärung von Erziehungsberechtigten werden im Vorfeld geklärt.

Anschließend wird der Raum entsprechend dem zu untersuchenden Körperteil vorbereitet, einschließlich der Bereitstellung notwendiger Hilfsmittel. Wenn der Patient aufgerufen wird, muss er in der Kabine das zu untersuchende Körperteil freimachen. Dies ist notwendig, da Kleidung das präzise Einstellen auf die Körperregion verhindern kann. Nachdem Schmuck und andere Gegenstände, die die Körperstelle überdecken könnten, entfernt wurden, erklärt das Team dem Patienten, welche Position er einnehmen muss, um optimale Ergebnisse zu erzielen.

## Wie wird die Sicherheit der Patienten beim Röntgen sichergestellt?

Die Sicherheit unserer Patienten beim Röntgen wird durch ein sorgfältig abgestimmtes Schutzkonzept gewährleistet. Zunächst sorgt die umfassende Ausbildung des Personals, das entweder als Medizinisch-Technische Radiologieassistentin (MTRA) oder mit vergleichbarer medizinischer Qualifikation ausgebildet ist, für den sicheren Umgang mit Röntgenstrahlung. Ein wichtiger Faktor ist der Abstand zur Strahlenquelle, da die Dosis mit zunehmendem Abstand deutlich abnimmt.



„Die größte Minimierung der Strahlendosis erreichen wir durch die präzise Einblendung auf das darzustellende Körperteil. So groß wie nötig und so klein wie möglich“, betont Andra Ludwig, Abteilungsleitung im Röntgen.

Modernste Technik unterstützt das Team bei der Bildaufnahme: Belichtungsautomatik-Systeme messen die Strahlenmenge in Echtzeit und stoppen die Strahlerzeugung, sobald die voreingestellte Dosis erreicht ist.

Eine präzise Diagnose und die damit verbundene Entscheidung des Arztes, ob eine Röntgenaufnahme erforderlich ist, sind ebenfalls entscheidend, um die Sicherheit des Patienten während des Röntgens zu gewährleisten. „Der beste Schutz erfolgt durch eine sorgfältige Indikation des Arztes. Die fortlaufenden Schulungen unseres Teams sowie der Einsatz neuester digitaler Technologien runden unsere



Schutzmaßnahmen ab. So gewährleisten wir eine präzise Diagnose bei minimaler Strahlenbelastung“, erklärt Caroline Lambrecht.

### Wie erfolgt das Qualitätsmanagement im Röntgen?

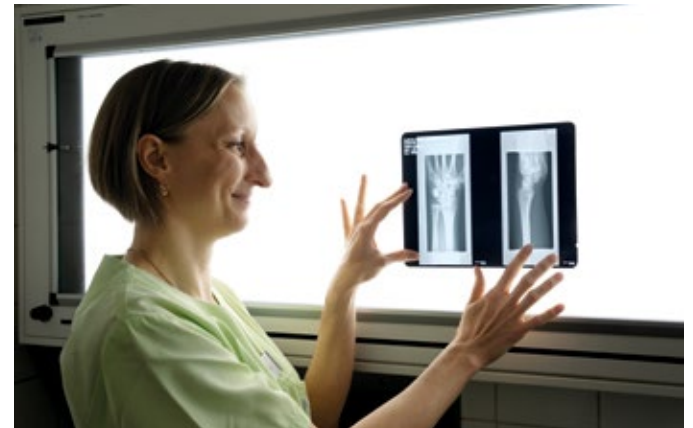
Um die hohe Qualität der Röntgenbilder sicherzustellen, setzen wir auf ein umfassendes Qualitätsmanagement. Dies beinhaltet regelmäßige QM- und Team-Meetings, in denen die Prozesse kontinuierlich überprüft und optimiert werden.

Ein wesentlicher Bestandteil ist die Einhaltung der Qualitätssicherungsmaßnahmen gemäß der Strahlenschutzverordnung im Auftrag der Ärztekammer Westfalen-Lippe. Dabei werden alle Räume alle zwei Jahre überprüft, inklusive der Einreichung von Röntgenaufnahmen, technischen Berichten und Konstanzprüfungen sowie TÜV-Berichten.

Neben kontinuierlichen Schulungen des Teams werden regelmäßige Konstanzprüfungen und technische Wartungen an den Röntengeräten und Druckern durchgeführt, um eine gleichbleibende Bildqualität zu gewährleisten.

### Wie ist das Team auf Notfälle vorbereitet?

Durch die regelmäßige Teilnahme an Reanimations-schulungen bleibt das #TeamRöntgen immer auf dem neuesten Stand der Notfallversorgung und ist so



bestens für einen Notfall gewappnet. Zusätzlich ist rund um die Uhr ein Bereitschaftsdienst eingerichtet, der eng mit der Notfallambulanz zusammenarbeitet.

Um bei der Patientenaufnahme in Notfällen maximale Flexibilität bieten zu können, wird modernste Technik wie ein deckenmontierter Röntgenröhrenhub und kabellose digitale Flachdetektoren eingesetzt. Mithilfe dieser Geräte werden Ergebnisse in Sekunden geliefert und bieten die nötige Freiheit bei der Positionierung von Notfallpatienten, beispielsweise bei der Untersuchung von Patienten, die liegend im Rettungswagen transportiert wurden. ▀

## Insight

---

Aus unserer Klinikwelt

# Ein Tag mit Dr. med. (Univ. Libanon) Elie Hassoun

---

Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie  
und Traumatologie

02  
24

Hellersen Insight



**H**aben Sie sich schon einmal gefragt, was ein Oberarzt überhaupt den ganzen Tag macht? Wie sieht der Alltag eines Arztes aus, der nicht nur operiert, sondern auch Patienten betreut, sich mit Kollegen austauscht, komplexe Diagnosen stellt und dennoch nie die Ruhe verliert? Unter der Rubrik „Ein Tag mit...“ begleiten wir Dr. med. (Univ. Libanon) Elie Hassoun, Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie, durch seinen abwechslungsreichen Arbeitstag in der Sportklinik Hellersen.

### 7.21 Uhr:

Wie jeden Morgen startet der Arbeitstag von Elie Hassoun mit der Visite. Gemeinsam mit zwei weiteren Oberärzten versorgt er die Patienten, beantwortet Fragen und überprüft die Heilungsverläufe. Eine ältere Dame, die nach einer Fußoperation weiterhin immobil ist, erhält von den Oberärzten besondere Aufmerksamkeit. Schließlich kann sie nicht einfach „blind“ nach Hause entlassen werden. Die Ärzte ordnen an, sicherzugehen, dass sie im betreuten Wohnen ausreichend Unterstützung erhält. Während der Visite geben die Ärzte Anweisungen an das Pflegepersonal für die Mobilisierung der Patienten und den Verbandswechsel.

### 7.45 Uhr:

Zeit für die gemeinsame Frühbesprechung der Fachbereiche Endoprothetik und der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie. Eine junge Assistenzärztin stellt die Unfallhergänge vor. Dabei kommen auch die zugehörigen Röntgenbilder zur Sprache.

### 8.18 Uhr:

Der erste operative Eingriff des Tages beginnt. Es handelt sich um eine ambulante Operation, bei der ein sogenannter K-Draht unter örtlicher Betäubung entfernt wird. Dieser Draht war zuvor zur Stabilisierung eines gesprengten Schultergelenks eingesetzt worden. Der Oberarzt erklärt den Eingriff und das verwendete Dog Bone-System, das weiterhin im Körper verbleibt, während der K-Draht nun fachmännisch entfernt wird.

### 9.09 Uhr:

Nach der Operation diktiert Dr. Hassoun den OP-Bericht und trägt die postoperative Anordnung in das Nachbehandlungsschema für die Station ein, damit alle wissen, welche Maßnahmen nach der Operation erforderlich sind. Parallel laufen bereits die Vorbereitungen für die zweite Operation des Tages: Eine Schulterdacherweiterung zur Behandlung eines Impingement-Syndroms. Hierbei handelt es sich um eine Engstelle zwischen Oberarm und Schulterdach. Der Oberarzt führt den Eingriff arthroskopisch durch



und entfernt entzündete Schleimbeutel. Zusätzlich wird ein Schulterdachhaken entfernt, um die knöchernen Enge aufzulösen und so die Beweglichkeit der Schulter zu verbessern.

### 11.10 Uhr:

Zusammen mit Dr. Christian Ohm, Leitender Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie führt Dr. Elie Hassoun die dritte Operation des Tages durch, um eine Fraktur des Handgelenks zu korrigieren. Diese Fraktur, die erst seit sieben Tagen besteht, wird sorgfältig wieder in die richtige Position gebracht und mit einer Platte fixiert.

### 12.00 Uhr:

Bevor es weiter zur Ambulanz geht, tauschen die beiden Oberärzte sich zu neuesten OP-Techniken aus. Dieser Austausch ist besonders wertvoll, da er dazu beiträgt, dass wichtiges Wissen im Ärzteteam weitergegeben wird. „Normalerweise bin ich am OP-Tag bis 16:00 Uhr im OP. Da es heute jedoch ruhiger ist, kann ich nun die Kollegen in der Ambulanz unterstützen, wo immer viel los ist“, erklärt Dr. Hassoun.

In der Ambulanz angekommen, warten bereits die ersten Patienten. Ein junger Patient, der sich bei einem Sturz an einem Schrank vermutlich den kleinen Zeh gebrochen hat, klagt über Schmerzen. Nach den Röntgenaufnahmen ist der Bruch bestätigt. Der Junge muss nun sechs Wochen auf Sport verzichten, was ihm sichtlich zu schaffen macht. Dr. Hassoun empfiehlt ihm, den sogenannten Fersengang zu benutzen, um den Zeh zu schonen.

Im nächsten Behandlungszimmer sitzt ein Mann mittleren Alters, der unter starken Schulterschmerzen leidet. Vor sechs Wochen wurde er am Ellenbogen operiert, mit dem Ergebnis war er zufrieden, da die Ellenbogenschmerzen sich deutlich verbessert haben. Allerdings traten vor zwei Tagen neue Beschwerden auf: Akute Schmerzen in der Schulter. Der Patient ist Diabetiker, was den Schulter- und Ellenbogenspezialisten vermuten lässt, dass er an einer sogenannten Schultersteife, auch Frozen Shoulder genannt, leidet – eine Erkrankung, die bei Diabetikern häufiger auftritt. Der Arzt erklärt dem Patienten, dass die vollständige Wiederherstellung der Schulterbeweglichkeit bis zu einem halben Jahr dauern kann. Zur weiteren Abklärung der Beschwerden empfiehlt er dem Patienten Dehnübungen und eine Kernspintomographie, um die Diagnose zu sichern.

### 13.30 Uhr:

Weiter geht es für Dr. Hassoun auf Station. Den Patienten, bei dem er am Morgen die ambulante Operation durchgeführt hat, besucht er noch einmal persönlich. Zur Entlassung beantwortet er noch ausführlich die letzten Fragen und gibt weitere Anweisungen an das Pflegepersonal, bevor der Patient nach Hause gehen darf.



### 14.00 Uhr:

Für den Oberarzt geht es zurück in den OP, wo seine Lieblingsdisziplin auf ihn wartet: Eine Ellenbogen-Operation. Es handelt sich um einen Eingriff zur Behandlung einer Ellenbogensteife infolge hochgradiger Arthrose. Bei dieser Arthrolyse ist höchste Konzentration gefragt, da das Ziel der Operation darin besteht, das steife Gelenk wieder beweglicher zu machen. Dies wird erreicht, indem überschüssiges Knochenmaterial abgefräst und das Gelenk gründlich gereinigt wird. Der Eingriff erfordert besondere Präzision, da in unmittelbarer Nähe von Nerven und Blutgefäßen operiert wird.

### 15.30 Uhr:

Nach der Operation kehrt Dr. Hassoun an seinen Schreibtisch zurück und widmet sich der sorgfältigen Überprüfung und Aktualisierung der Patientenakten, um sicherzustellen, dass alle medizinischen Informationen präzise und aktuell sind. Er dokumentiert neue Befunde, Diagnosen und Behandlungspläne und erstellt maßgeschneiderte Therapieempfehlungen. Mit der umfassenden Vorbereitung auf die kommenden Operationen am nächsten Tag beendet er seinen erfolgreichen Arbeitstag. ▀

### Zur Person

Studierte in Libanon

Facharztbildung in Deutschland abgeschlossen

**Dr. med. (Univ. Libanon) Elie Hassoun** absolvierte sein Medizinstudium an der Universität Libanon, wo er auch seinen Doctor of Medicine erwarb. Nach seinem Abschluss zog er nach Deutschland, wo er seine Facharzt Ausbildung erfolgreich abschloss. Im Jahr 2018 begann er als Facharzt in der Sportklinik Hellersen. Hier verfeinerte er in den folgenden Jahren seine operativen Fähigkeiten stetig, lernte, komplexe Eingriffe effizient zu planen und durchzuführen, und bewies seine Expertise in der Patientenversorgung. Heute ist er als Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie tätig.

## 3 Fragen an Dr. med. (Univ. Libanon) Elie Hassoun

### Wie bereiten Sie sich auf komplexe Operationen vor?

*Elie Hassoun:* „Für komplexe Operationen bereite ich mich oft eine Woche im Voraus vor, besonders bei seltenen Eingriffen. Ich studiere die relevante Anatomie in Fachbüchern und nutze zunehmend Online-Ressourcen. Es gibt viele nützliche Portale, auf denen wir Operationen anschauen und Videos zur Verfügung gestellt bekommen, die erklären, wie bestimmte Systeme eingebaut werden. Neben den Online-Ressourcen besuche ich regelmäßig Fortbildungen und Workshops, um neue Techniken zu erlernen und bestehende Fähigkeiten zu verfeinern. Wir üben komplexe Eingriffe auch in speziellen Kursen, an denen ich teilnehme.“

### Gibt es besondere Momente, die Sie in Ihrer Karriere inspiriert haben?

*Elie Hassoun:* „Besonders inspirierend war für mich der Aufbau meiner Expertise in der Ellenbogenchirurgie. Ich habe viel von einem Kollegen in der Sportklinik gelernt und konnte mein Wissen durch Fortbildungen erweitern. Ein besonders motivierendes Erlebnis war ein Kurs mit einem der bekanntesten Ellenbogenchirurgen Deutschlands. Dieser Tag hat mir den Anstoß gegeben, meine Kenntnisse in diesem Bereich weiter zu vertiefen.“

### Wieso haben Sie sich für die Ellenbogenchirurgie entschieden?

*Elie Hassoun:* „Die Komplexität von Ellenbogen-Erkrankungen sehe ich als faszinierende Herausforderung, die mich motiviert. Die seltenen und komplexen Erkrankungen am Ellenbogen bieten eine spannende Möglichkeit zur Weiterentwicklung und haben meine berufliche Leidenschaft gestärkt.“



# Frische Pasta mit Blattspinat

## in Pesto-Sahne-Soße mit Kirschtomaten und gebratenen Garnelen

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

### Zutaten für ca. 2 Portionen:

- Pasta aus dem Frischeregal, ca. 150 g pro Portion)
- Frischer Blattspinat, etwa eine Handvoll
- Pesto Genovese aus dem Glas
- Ein Becher Schlagsahne 30 Prozent Fett
- Kirschtomaten
- Garnelen
- Knoblauch
- Chili
- Parmesan

### Die Zubereitung:

- 1) Die Sahne mit ein bis zwei Teelöffeln Pesto mischen und beiseitestellen.
- 2) Eine Knoblauchzehe fein hacken. Eine Handvoll Kirschtomaten halbieren. Anschließend die Chilischote klein schneiden – alternativ können auch Chiliflocken als Gewürz genutzt werden.
- 3) Als nächstes setzen Sie das Salzwasser auf, um die Pasta zu kochen. In einer zweiten Pfanne die Garnelen mit Salz und Pfeffer anbraten. Währenddessen den Knoblauch und Chili in ein wenig Öl anschwitzen.



- 4) Den Sahne-Pesto-Mix angießen und zum Kochen bringen. Spinat und Kirschtomaten zugeben und weiter leicht köcheln, bis die Sahne bindet. Eine halbe Hand Parmesan untermischen und mit Salz und Pfeffer sowie Chili abschmecken.

- 5) Die bissfeste Pasta direkt aus dem Topf in die Soße geben und durchschwenken. Es darf ruhig etwas Nudelwasser mit dabei sein. Garnelen dazu geben und vermengen, alles auf dem Teller anrichten und mit Parmesan bestreuen.

**Guten Appetit!**

# Das original Sportklinik-Müsli

Immer wieder wird Küchenchef Matthias Weßel nach dem Rezept für das selbstgemachte Sportklinik-Müsli gefragt.

An dieser Stelle verrät er das Geheimnis:

## Zutaten für ca. 2 Portionen:

- 200 g Naturjoghurt
- 20 ml Sahne
- 16 g Zucker
- 24 g Speisehafer
- 12 g Gerstenflocken
- 12 g Roggenflocken
- 12 g Weizenflocken
- 12 g Sonnenblumenkerne
- 40 g Äpfel

## Die Zubereitung:

- 1) Den Speisehafer fein mahlen und mit dem restlichen Getreideflocken vermengen. Anschließend beides über Nacht mit etwas Wasser einweichen lassen.
- 2) Naturjoghurt, Sahne und Zucker mischen sowie Äpfel klein schneiden und zum Joghurt dazu geben.
- 3) Anschließend ebenfalls die eingeweichte Getreidemischung dazu geben und alles gründlich vermengen.
- 4) Wer möchte, kann das fertige Müsli zum Schluss natürlich noch mit einigen Toppings nach Wahl, wie zum Beispiel frischem Obst oder Nüssen, verfeinern. Und fertig ist das gesunde Frühstück.

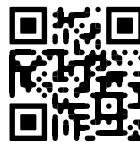
**Guten Appetit!**





## #TeamHellersen sucht Menschen für Menschen.

Die Spezialklinik  
für Orthopädie,  
Unfallchirurgie,  
Sportmedizin und  
Endoprothetik.



## Jetzt online bewerben! Wir stellen ein...

- Facharzt für Anästhesiologie (m/w/d)
- Facharzt für Allgemeinmedizin oder Facharzt für Innere Medizin (m/w/d)
- Assistenzarzt Orthopädie und Unfallchirurgie (m/w/d)
- Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)
- Operationstechnischer Assistent (m/w/d)
- Chirurgisch-technischer Assistent (m/w/d)
- Gesundheits- und Krankenpfleger für den OP (m/w/d)
- OP-Helfer / OP-Assistenz (m/w/d)
- Personalreferent (m/w/d)
- Informatiker / Medizininformatiker (m/w/d)
- Stellv. Leitung Medizincontrolling / Leistungsabrechnung (m/w/d)

Die Sportklinik Hellersen ist bundesweit eine der führenden Spezialkliniken für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik. Unser **#TeamHellersen** steht für ein familiäres Haus mit einer langen Tradition und großen Expertise – seit 75 Jahren.

Unser Fokus: Die Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten wiederherzustellen, zu erhalten und zu fördern. Unsere DNA: Wir gemeinsam – von Mensch zu Mensch. Denn nur gemeinsam können wir den Klinikgästen unsere geballte Spitzenleistung bieten – sowohl medizinisch als auch menschlich.

Zu unseren medizinischen Kompetenzen gehören die Behandlung von orthopädischen Verletzungen und Erkrankungen, die Implantation von Endoprothesen sowie die Sportmedizin. Die Spezielle Schmerzmedizin sowie die Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie runden das Klinikspektrum ab.

■ Sportklinik Hellersen  
Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2031  
Fax 02351 945-2131  
karriere@hellersen.de

Folgen Sie uns auf



Weitere aktuelle Stellenanzeigen finden Sie auf  
[www.karriere.hellersen.de](http://www.karriere.hellersen.de)