

# MENSCHEN IM MARIENHOSPITAL

Patienten

Ärzte &amp; Mitarbeiter

Besucher &amp; Gäste

Technik &amp; Infos

## AUF EIN WORT

SCHWESTER LIBERATA RICKER



### Ehrenamtliche gesucht

Schwester Liberata, ab Juli wird in Deutschland die Wehrpflicht ausgesetzt. Damit gibt es auch keine Zivildienstleistenden mehr. Werden die Zivis dem Marienhospital nicht sehr fehlen?

Doch, unbedingt. Die Zivis werden uns fehlen. Wir hatten im Schnitt jedes Jahr sechs bis acht Zivildienstleistende bei uns in der Klinik. Vier davon waren jeweils im Pflegedienst eingesetzt, die übrigen in den verschiedenen Bereichen des Hauses tätig. Jetzt müssen wir ohne sie auskommen.

Und wie? Bieten Sie ein FSJ an oder sogar zweijährige Stellen nach dem neuen Bundesfreiwilligengesetz? Was planen Sie?

Wir setzen auch in Zukunft auf ehrenamtliche Helfer. Wir haben schon seit Jahren einen Kreis von zehn Ehrenamtlichen. Diesen Kreis gilt es zu erweitern.

### Welche Aufgaben haben die Ehrenamtlichen?

Die Ehrenamtler helfen zwischen 8 und 12 Uhr vormittags. Sie gehen den Stationsschwestern zur Hand, bringen Patienten zu den Untersuchungen oder Operationsterminen, helfen bei der Essensausgabe. Vor allem aber haben sie Zeit, sich den Patienten zuzuwenden. Das ist besonders wichtig.



Foto: mas

Im Marienhospital, dem einzigen katholischen Krankenhaus der Stadt, kommen Patienten in den Genuss modernster Medizin, professioneller Pflege und menschlicher Fürsorge.

## Marienhospital Pionier beim Herzscreening

### Familienzimmer lindern depressive Verstimmungen nach der Geburt

„Wir bieten unseren Patienten nicht nur sorgfältige Pflege, sondern setzen auch alles daran, immer auf dem neuesten Stand der Medizintechnik zu bleiben“, erläutert Schwester Liberata Ricker, Leiterin des Marienhospitals Darmstadt. Das wissen die Patienten und honorieren es. Die Beliebtheit des Krankenhauses am Waldrand schlägt sich seit Jahren in kontinuierlich wachsenden Patientenzahlen nieder. Allein im vergangenen Jahr ließen sich 14.149 Menschen im Marienhospital behandeln, stationär und ambu-

lant – insgesamt 467 Patienten mehr als im Vorjahr.

Den deutlichsten Anstieg verzeichnen die Krankenhausstatistiker bei den ambulanten Behandlungen: Die Zahl der Eingriffe stieg um 413 Fälle auf insgesamt 7.258 Behandlungen an. Größten Anteil hat die Augenheilkunde vor der Orthopädie, der Plastischen Chirurgie und der Chemotherapie. „Diesen Zuwachs verdanken wir dem Ausbau unseres orthopädischen Gelenkzentrums“, resümiert Schwester Liberata. Auch die stationären

Behandlungen nahmen leicht zu. Die Verweildauer blieb mit durchschnittlich 4,91 Tagen nahezu konstant.

Seinen Platz als führende Geburtsklinik in Darmstadt behauptete das Marienhospital auch 2010: 1.430 Säuglinge kamen in Südhessens beliebtester Entbindungsklinik zur Welt – ein Plus von 50 Geburten im Vergleich zu 2009. „Wir belegen mit unserer Geburtsabteilung landesweit den fünften Platz. Damit wir auch in Zukunft zu den ersten Adressen für werdende Eltern gehören, planen wir den Ausbau der Abteilung“, erklärt die Klinikleiterin. Vorgesehen ist ein Neubau mit modernen Kreißsälen und Familienzimmern. „Diese Zimmer sind bei jungen Eltern sehr beliebt. Wir unterstützen diesen Trend, denn wir beobachten, wie sehr die Anwesenheit des Partners jungen Müttern hilft und die häufig nach der Geburt auftretenden depressiven Phasen mildert.“

Vor fast fünf Jahren hat das Marienhospital als erste Klinik in Deutschland das Herzscreening für Neugeborene eingeführt. „Wir waren Trendsetter, wie beim Hörscreening. Während sich das Hörscreening inzwischen als Kassenleistung etabliert hat, sind wir nach wie vor die einzige Klinik in Hessen, die das Herzscreening anbietet. Fünfundachtzig Prozent aller Eltern nutzen es und bezahlen es teilweise selbst: Den Löwenanteil steuert unsere Ordensgemeinschaft aus Spenden bei, allein fast 55.000 Euro im vergangenen Jahr.“ +

## Röntgenbilder liegen im Marienhospital nur noch digital vor

Neues Röntgenübertragungssystem spart Zeit und Kosten und schont die Ressourcen

„Mit dem neuen Übertragungssystem dauert die Auswertung der Röntgenbilder nur noch eine Minute und wir sehen das fertige Bild auf dem Bildschirm“, erklärt Ulrike Burow, Medizinisch-technische Radiologie-Assistentin (kurz MTRA)

Folie. So können die Kassetten immer wieder verwendet und neu beschrieben werden. Die Aufnahmen werden auf einen Monitor übertragen und von dort aus im Patienten-Archivierungssystem des Krankenhauses, dem so genannten PACS, gespeichert. Die alten Röntgenbilder der Patienten werden jedoch nicht digitalisiert. „Das wäre zu viel Aufwand“, weiß die erfahrene MTRA.

Am Bildschirm können die Aufnahmen bei Bedarf auch gleich bearbeitet werden: „Wir können die Bilder heller oder dunkler machen, auf CD brennen oder in ganz seltenen Fällen auch ausdrucken.“ Das ist allerdings kaum nötig, denn die Belegärzte des Marienhospitals haben von allen Computern im Krankenhaus aus Zugriff auf die digitalisierten Röntgenbilder. „Für die Befundung der Bilder sind ausschließlich Radiologen oder Teilradiologen verantwortlich“, erklärt Ulrike Burow. Im Marienhospital übernehmen sieben Belegärzte die Auswertung der Aufnahmen im so genannten Befundungsraum. Die Chirurgen

Joachim Herber, Dr. Andreas Strack, Dr. Jochen Britsch, Dr. Peter Mayenschein, Dr. Roman Fendl sowie die Internisten Dr. Ulrich Ehrle und Dr. Albrecht Dörr haben eine Ausbildung zum Teilradiologen absolviert und werten die Röntgenbilder aus.

Anders ist es mit den Befunden des Computertomographen (CT). Sie werden von einem Radiologen mit CT-Erfahrung ausgewertet. Dazu hat das Marienhospital eine Kooperation mit dem Darmstädter Klinikum: Zweimal pro Woche – immer dienstags und donnerstags vormittags – kommt ein Radiologe des Klinikums ins Marienhospital, um die CT-Aufnahmen vor Ort auszuwerten. Allerdings können auch zu jeder anderen Tages- und Nachtzeit – zum Beispiel bei Notfällen oder am Wochenende – CT-Untersuchungen gemacht werden. Per Teleradiologie, also mithilfe elektronischer Datenübertragung, können die Ergebnisse seit 2010 an die radiologische Abteilung im Klinikum übermittelt werden, wo ein Radiologe die Auswertung übernimmt. +



Foto: Zörn

Ulrike Burow hat das neue Röntgenübertragungssystem im Griff.

im Marienhospital. Seit Anfang des Jahres ist das neue Röntgenübertragungssystem im Einsatz und spart den sechs Mitarbeitern in der Röntgenabteilung im ersten Stock nicht nur viel Zeit, sondern dem Krankenhaus auch noch Geld.

„Die klassischen Röntgenbilder gibt es bei uns nicht mehr“, erläutert Ulrike Burow. Die Röntgenaufnahmen aus den beiden Röntgenräumen werden mittlerweile auf der Speicherfolie einer speziellen Kassette gespeichert, anstatt – wie früher üblich – auf einem Film. Diese Kassette, ein bisschen größer als DIN-A5-Format, wird anschließend in das neue Gerät geschoben. Das System liest die Daten auf der Speicherfolie zunächst aus und löscht sie anschließend auf der

## Dr. Klein als Leitender Arzt im Amt bestätigt

Joachim Herber zum Stellvertreter gewählt

Der Alte ist der Neue: Die ärztliche Verantwortung für das Marienhospital liegt weiterhin in den Händen von Dr. med. Manfred Klein. Der Krankenhausträger bestätigte den Frauenarzt Anfang April für weitere drei Jahre im Amt des Leitenden Arztes. Neu im Amt ist sein Stellvertreter, der Chirurg Joachim Herber. Beide wurden von der Ordensgemeinschaft der Schwestern von der Göttlichen Vorsehung bestätigt. Die Funktion des Leitenden Arztes ist nicht

vergleichbar mit der eines angestellten Chefarztes. Er berät die Krankenhausleitung in medizinischen Fragen, vertritt sie fachlich gegenüber Behörden und Ämtern, er verantwortet die Einhaltung der medizinischen wie hygienischen Richtlinien und koordiniert die Zusammenarbeit der Belegärzte. Er hat gegenüber seinen Kollegen kein Weisungsrecht. In medizinischer Kooperation wird auch fachübergreifend zum Wohl des Patienten behandelt. +

### Rückbildungsgymnastik:

Nach der Geburt möchten junge Mütter schnell wieder in Form kommen. Dabei hilft die Rückbildungsgymnastik. Bereits kurz nach der Geburt bieten die Krankengymnastinnen am Marienhospital Rückbildungsgymnastik im Wochenbett an. Nach der Entlassung können die Mütter weitere Kurse in der Klinik besuchen. Anmelden bitte unter 06151-406-521.

## „Meine Ferien sind meine Bilder“

Kunstaussstellung „Kinderträume“ – Dr. Katja Heid zeigt Bilder und Skulpturen

„Mich inspiriert die Art, wie Kinder malen“, sagt Dr. Katja Heid. Die Fachärztin für Anästhesie, die bis vor zwei Jahren im Marienhospital praktiziert hat, nennt ihre Ausstellung deswegen „Kinderträume“. Die farbenfrohen Bilder

und Skulpturen sind seit dem 25. Mai in den Fluren und Treppenhäusern des Marienhospitals zu sehen.

Die großformatigen, eher abstrakten Bilder der Ausstellung zeigen häufig Elemente, die Dr. Heid aus Kinderzeichnungen übernommen und dann zu einem bunten Ensemble zusammengefügt hat. „Kinderbilder dienen mir oft als Vorlage, ich male sie ab und verbinde sie durch Farben und Formen zu einem Ganzen.“ Doch nicht nur die Motive sind ungewöhnlich, sondern auch die unkonventionellen Malunterlagen. Dr. Heid benutzt ausrangierte Schranktüren, Packpapier oder Tapeziertische als Leinwand. „Ich nehme das, was ich gerade zur Hand habe.“ Die Rahmen für die Bilder, sofern sie überhaupt welche haben, macht sie auch selbst. Die meisten Bilder sind mit Ölfarbe gemalt, aber Dr. Heid benutzt ebenso gerne Acryl- und Aquarellfarben. Eines haben jedoch alle Bilder gemeinsam: Sie sind bunt und es gibt viele Details zu entdecken.

Bei den Skulpturen, die ausschließlich Paare mit schwangerer Frau zeigen, hat sich Dr. Heid durch ihre jahrelange Berufserfahrung inspirieren lassen. „Hier geht es eher um den Traum vom Kind, nicht um Kinderträume“, sagt die ehemalige Anästhesistin, die bereits seit etwa 44 Jahren in ihrer Freizeit kreativ ist. „Ich habe damals angefangen, als ich mein erstes Kind bekommen habe.“ Und da sie auch seit mehreren Jahrzehnten nicht mehr im Urlaub war, hat sie ihre freien Tage zum Malen genutzt. „Meine Ferien sind meine Bilder.“

Die Ausstellung „Kinderträume“ ist noch bis zum 31. Juli im Marienhospital zu sehen. Sie ist täglich von acht bis 20 Uhr geöffnet. +



Foto: Zorn

Katja Heid hat Musikinstrumente zerlegt und künstlerisch neu zusammengesetzt. Das Werk ist sogar gestimmt.



Foto: Zorn

Dr. Katja Heids farbenfrohe Bilder schmücken die Wände des Marienhospitals.

### Orden feiert Kettlers 200. Geburtstag

Am Weihnachtstag 2011 jährt sich der 200. Geburtstag von Wilhelm Emmanuel Freiherr von Ketteler. Der spätere Bischof von Mainz ist der Gründer der Ordensgemeinschaft der Schwestern von der Göttlichen Vorsehung, die seit über 80 Jahren das Darmstädter Marienhospital betreibt. Zu den Höhepunkten des Ketteler-Jahres zählt die Ausstellung über das Leben des Arbeiterbischofs von September 2011 bis Anfang 2012 in der Mainzer Martinus-Bibliothek. Die Ordensgemeinschaft steuert dazu Ausstellungsstücke bei.

#### Tragetuch-Beratung:

Viele Mütter möchten ihr Kind nach der Geburt tragen. Das Tragetuch macht es möglich. Allerdings ist der Gebrauch nicht ohne Tücken. Das Marienhospital bietet dazu halbstündige Einzelberatungen schon während des stationären Aufenthalts an. Sie kosten 15 Euro. Außerdem finden Kurse zum Thema Tragetuch und Tragehilfen statt. Anmeldung bitte unter 06151-9619054.



Bis 1929 stand die Villa Goebel fast allein auf weiter Flur. Das schöne Bild stammt aus dem Internet. Leider ist der Künstler nicht zu ermitteln. Auch das Stadtarchiv kennt ihn nicht. Wer weiß mehr?

Das Marienhospital wurde 1930 eröffnet. Erst ein Jahr zuvor hatte die Ordensgemeinschaft der Schwestern von der Göttlichen Vorsehung das Grundstück gekauft. Auf dem weitläufigen Areal am Martinspfad stand damals das „Haus am Forellenteich“, eine schöne Jugendstilvilla, die sich der Darmstädter Maschinenbaufabrikant Goebel im Jahre 1905 vom ortsansässigen Architekten Karl Klee hatte bauen lassen.

1929/30 ließ die Ordensgemeinschaft das Marienhospital bauen. Lange stand das Krankenhaus allein, umgeben nur von Feldern und Wald. Erst 30 Jahre später, um 1960, wurde der Lossenweg gebaut.

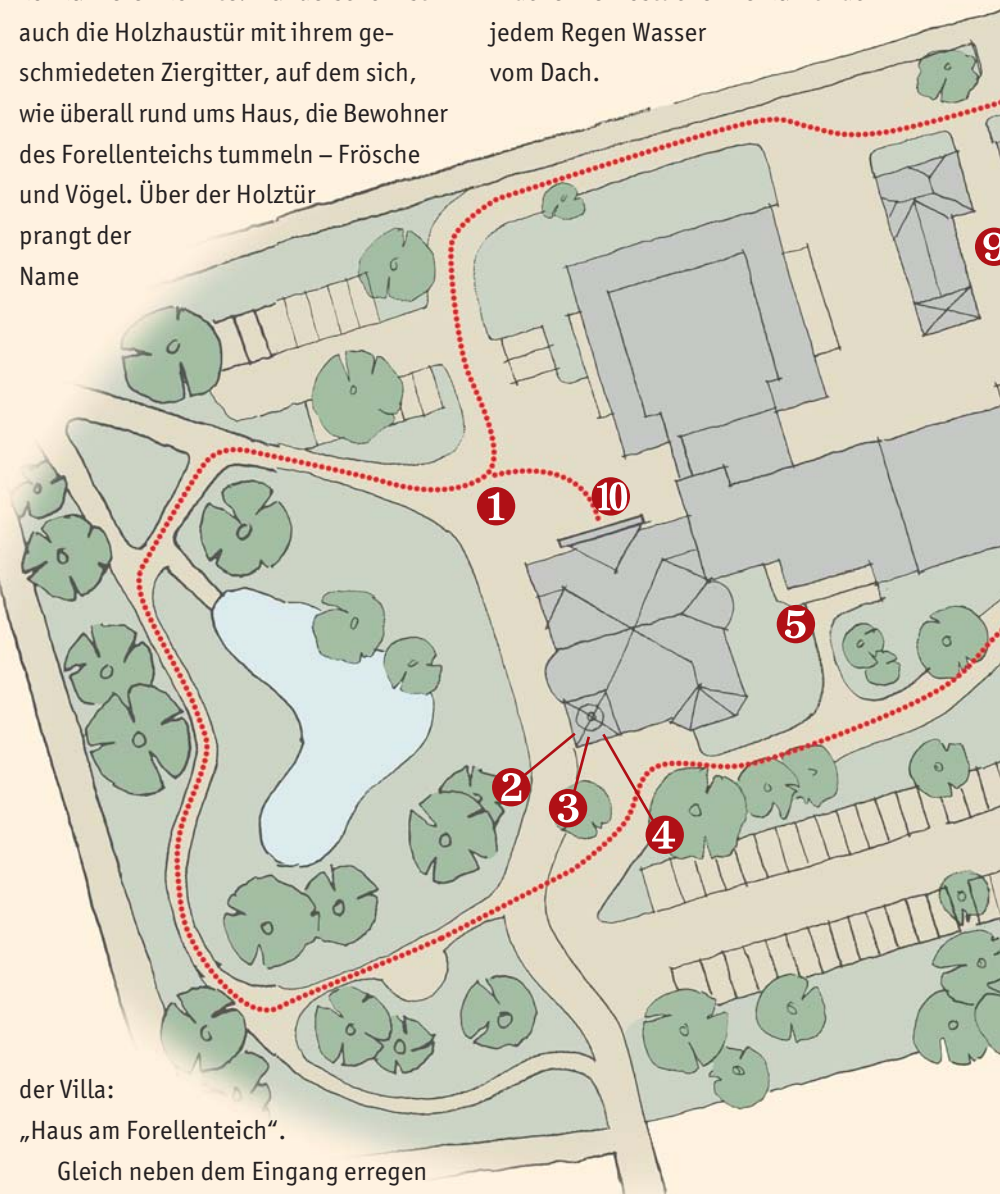


## Ein Spaziergang rund um das Marienhospital

**1** Karl Klee und sein Bauherr Goebel liebten schöne Details, mit denen sie die Jugendstilvilla üppig verzierten. Das Vordach am Haupteingang besteht aus einer filigranen Metallkonstruktion mit Glasfüllung. Eine Kristall-Leuchte vervollständigt das Entree, das mit jeder mittelgroßen Metro-Station in Paris konkurrieren könnte. Wunderschön ist auch die Holzhaustür mit ihrem geschmiedeten Ziergitter, auf dem sich, wie überall rund ums Haus, die Bewohner des Forellenteichs tummeln – Frösche und Vögel. Über der Holztür prangt der Name

das Bualter des Hauses – 1905/06. Setzen Sie Ihren Spaziergang fort, um den Teich herum.

**2** Schauen Sie nach oben zum Turm! Der mit Grünspan patinierte Helm ruht auf fein geschnitzten Holzpfosten. Ein Stück weiter unten speien züngelnde Drachen fernöstlicher Herkunft nach jedem Regen Wasser vom Dach.



der Villa: „Haus am Forellenteich“.

Gleich neben dem Eingang erregen Kellerfenstergitter mit reichem Blütendekor die Aufmerksamkeit des Betrachters. In flotten Jugendstillettern hat sich Karl Klee selbst als Planer im Stein verewigt, zusammen mit Hinweisen auf

**3** Nur wenige Schritte weiter lohnt der Blick nach oben erneut: Direkt unter der Traufe sitzt eine schöne Sonnenuhr, in der drei muntere Forellen aus Stuck die Stunden anzeigen.

4 Wasserspeier sehen oft zum Fürchten aus. So auch dieses Fabelwesen, das die Terrasse unter der Sonnenuhr entwässert. Der furchtbare Ausdruck liegt wohl am weit aufgerissenen Maul. Das braucht das Monster aber, damit das Wasser gut abfließen kann.

5 Im Jahr 1929 kauften die Schwestern von der Göttlichen

gehörte zur Goebel'schen Villa. Der Hügel war ursprünglich als Weinberg gedacht.

7 Dieser Tempel gehörte früher zum „Haus Kräheneck“. Es passt auch stilistisch gut dazu.

8 Die Schwestern von der Göttlichen Vorsehung nennen dieses trutzige Haus ihre „Burg“. Es gehört ihnen schon seit 1958. Heute wohnt hier der Convent der Ordensgemeinschaft.

1902 hatte sich der



Foto: Stadtarchiv Darmstadt

1902 ließ sich der Kaufmann Wilhelm Schwab „Haus Kräheneck“ bauen. Sein Architekt war Leonhard Schäfer. Seit 1958 gehört die „Burg“ der Ordensgemeinschaft.

taufte sein Anwesen „Haus Kräheneck“, vermutlich, weil sich in dieser Gegend, zwischen Wald und Feldern, die Krähen besonders wohl fühlten. Schwab war übrigens ein Neffe des gleichnamigen Stifters des Turmes auf der Ludwigshöhe. Die Villa gehört architektonisch zur Epoche des Historismus. Beachtenswerte Baudetails sind das mit gotischen Biberschwanzziegeln gedeckte Dach mit seinen zwei Türmen und die aufwändigen Sandsteinarbeiten, vor allem der Brunnen und die Säule am Eingang mit einer Sandsteinfratze im Stil der Zeit.

9 Mit zum denkmalgeschützten „Haus am Forellenteich“ gehören auch die einstige Remise und das Kutscherhaus. Beide Bauten sind durch einen Portalbogen verbunden und gehören zum Stil der Heimatlichen Bauweise, einer architektonischen Strömung der Jugendstiljahre.

10 Sie sind wieder zurück am „Haus am Forellenteich“. Kaffeedurst? Kehren Sie ins Café ein und schauen Sie sich vorher die Buntglasfenster im Treppenhaus an. Im Erdgeschoss liegt auch die Kapelle, die für ein stilles Gebet offen steht. +



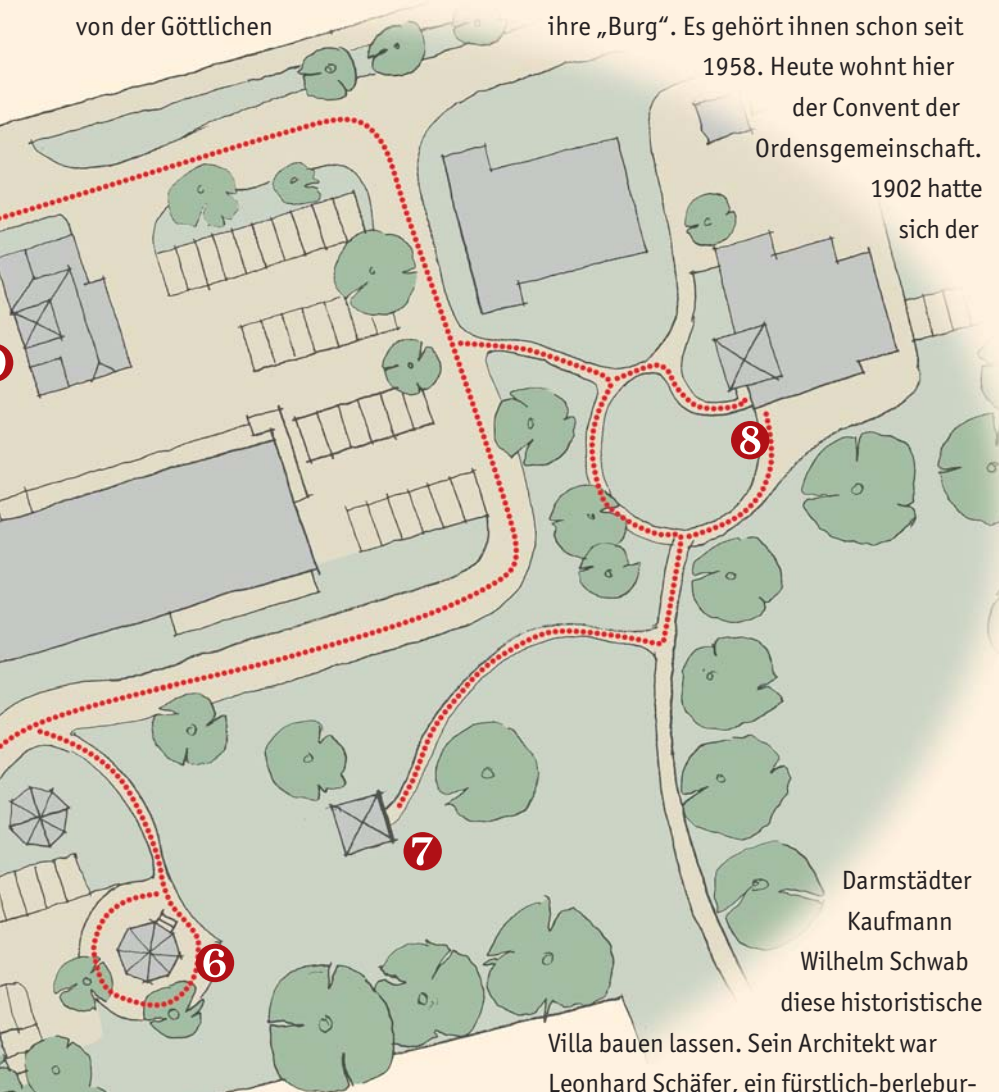
Foto: Zorn

Diese historische Fratze bewacht den Eingang zur „Burg“.

Schöne Glasfenster im „Café am Forellenteich“.



Foto: mas



Vorsehung die alte Villa Goebel und ließen sie vom Architekten Dr. Max Melsheimer zur Klinik umbauen und mit einem Bettentrakt erheblich erweitern. Der ursprüngliche Bettenbau mit seinen großen Fenstern ist noch gut erkennbar. Wer hier liegt, der schaut direkt ins Grüne.

6 Der kleine Tempel, in dem heute eine Marienfigur zur kurzen Andacht einlädt,

Darmstädter Kaufmann Wilhelm Schwab diese historische Villa bauen lassen. Sein Architekt war Leonhard Schäfer, ein fürstlich-berleburgischer Baurat, der in Mannheim als Architekt Karriere gemacht und sich dann wegen gesundheitlicher Probleme ins ruhigere Darmstadt zurückgezogen hatte.

Bis sich Fabrikant Goebel ein paar hundert Meter weiter westlich niederließ, stand Schwabs Villa einsam am Fuße des Steinbergs, mit Aussicht aufs nahe Besungen, das damals schon zur Residenz Darmstadt gehörte. Wilhelm Schwab

## „Kleine Kinder gehören noch nicht ins Hochbett!“

Dr. Matthias Hachmanns Kindersprechstunde: Stürze unter allen Umständen vermeiden

Unfälle sind die häufigste Todesursache bei Kindern. Dabei zählen Stürze vom Wickeltisch zu den Gefahren Nummer eins. Kinderarzt Dr. Matthias Hachmann rät deshalb: „Wenn Sie Ihr Kind wickeln, behalten Sie immer eine Hand am Kind.“ Auch Betten, Hochbetten, Wippen, Hochstühle, Tische oder Treppen sind besonders für kleine Kinder gefährlich. „Ein dreijähriges Kind ist einfach noch nicht in der Lage, in einem Hochbett zu schlafen“, warnt der Mediziner.

Bei Stürzen ist meistens der Kopf betroffen, weil er bei Säuglingen und Kleinkindern der schwerste Körperteil ist. Nach einem Sturz – auch wenn er zunächst harmlos erscheint – sollten die Eltern ihr Kind mindestens 48 Stunden beobachten, um Spätfolgen auszuschließen. „Alarmzeichen sind immer eine Pupillendifferenz, Bewusstseinsstörungen, anhaltendes Erbrechen oder Krämpfe.“

Nach einem Unfall rät Dr. Hachmann: „Ziehen Sie das Kind aus und suchen Sie es komplett nach Blutergüssen, Schwel-

lungen oder offenen Knochenbrüchen ab.“ Bei auffälligen Befunden oder unklaren Schmerzen muss das Kind sofort zum Arzt. Offene Brüche müssen zunächst steril abgedeckt werden, Prellungen und Verstauchungen sollten gekühlt werden. Hat das Kind lediglich Schürf-

wunden, reicht es bereits aus, die Wunden zu säubern und mit einem Pflaster oder einem kleinen Verband zu versorgen. „Benutzen Sie möglichst keine Salbe“, so Dr. Hachmann. „Erst bei eitrigen Wunden sind Salben wirklich sinnvoll.“ +



Foto: Shutterstock

Wasser jeder Art kann für kleine Kinder zur tödlichen Falle werden. Deshalb sollten Fischteiche und Biotope gesichert werden.

## Im Garten auf Sicherheit achten!

Wasser ist für die Kleinsten lebensgefährlich

Die meisten Eltern wünschen sich ein Haus mit Garten – „den Kindern zuliebe“. Allzu oft kommen sich dort aber Umweltbewusstsein und Sicherheit ins Gehege. Das Sammeln von Regenwasser zum Gießen ist sinnvoll, aber nur in fest verschlossenen Tonnen. Offene Regentonnen werden zur tödlichen Falle für Kinder, die kopfüber hineinstürzen und sich allein nicht mehr befreien können. Jede Art von Wasser ist eine Gefahr für Kinder

bis ins Schulalter: Ertrinken im Gartenteich, Schwimmbad oder Springbrunnen gehört bei Kindern zu den häufigsten Todesursachen.

Wer kleine Kinder hat, der sollte Zäune und Tore zu viel befahrenen Straßen vorsehen und zu Nachbargärten mit offenem Wasser. Die Zäune sollten weder Querstreben noch Spitzen haben. Außentreppe müssen gesichert werden. Eltern sollten nur sicherheitsgeprüfte

Spielgeräte kaufen, Schaukel- und Klettergerüste vorschriftsmäßig verankern sowie Fallschutzmatten, Borke oder Sand unter den Geräten ausbreiten. Wer ein Baumhaus baut, der muss nicht nur auf Sicherheit achten, sondern auch Bau- und Nachbarrecht berücksichtigen.

Gartengeräte, Düngemittel, Unkrautvernichter müssen wegeschlossen werden. Auch Blumenerde ist kein Spielzeug! Fürsorgliche Eltern sichern auch Garten-Steckdosen kindgerecht ab, ebenso wie den Grill, eine Gefahrenquelle, an der sich Jahr für Jahr viele Kinder schwer verbrennen. +

### Akupunktur:

Ab der 36. Schwangerschaftswoche bietet das Marienhospital Akupunktur zur Geburtsvorbereitung an. Jede Sitzung kostet 15 Euro. Termine bitte vereinbaren unter 06151-406-400.

### Babymassage:

Mütter und Kinder lädt das Marienhospital auch zu einem Babymassagekurs ein. Die anderthalbstündigen Kurse finden dienstags um 10 Uhr statt. Die Kinder sollten zwischen sechs Wochen und sechs Monaten alt sein. Der sechswöchige Kurs kostet 80 Euro. Anmeldung bitte über die Hebamme Vilma Bosco unter 06251-984066.

### Sprechstunde

#### der Hebammen:

Die Hebammen beraten immer donnerstags zwischen 16.30 und 19.30 Uhr. Bitte anmelden unter 06151-406-400.

# Gesunde Ernährung



**Von Petra Lingenberg:** Die ausgebildete Diät- und Diabetesassistentin Petra Lingenberg berät seit 1995 die Patienten des Marienhospitals in Ernährungsfragen. Eine abwechslungsreiche, vollwertige Kost ist das A und O. Allerdings gibt es auch spezielle Empfehlungen für bestimmte Krankheitsbilder oder für werdende Mütter. Dabei gilt jedoch: Jeder Mensch reagiert individuell auf Nahrungsmittel, allgemeingültige Hinweise gibt es nicht. Deshalb sind die Ernährungstipps lediglich Empfehlungen. Einige von ihnen stellt Petra Lingenberg in der Rubrik „Gesunde Ernährung“ vor. Dieses Mal:

## Hilfe für Patienten mit Zöliakie

Die Zöliakie, oder Sprue, ist eine chronische Erkrankung des Dünndarms. Betroffene vertragen kein Gluten („Klebereiweiß“). Gluten ist ein Getreideeiweiß und kommt in Weizen, Dinkel, Grünkern (gedarrter Dinkel), Roggen, Gerste, Kamut, Triticale und Hafer vor. Selbst kleinste Mengen Gluten können die Darmschleimhaut schädigen und müssen von den Betroffenen deshalb strikt gemieden werden. Von „Zöliakie“ spricht man, wenn die Krankheit im Kindesalter auftritt, von „Sprue“, wenn sie erst im Erwachsenenalter in Erscheinung tritt.

**Symptome:** Bei Aufnahme von Gluten wird die Darmschleimhaut geschädigt. Diese ist beim gesunden Darm durch Faltungen und Zotten (fingerartige Ausstülpungen) um ein Vielfaches vergrößert. Über die Darmschleimhaut erfolgt die Aufnahme der Nährstoffe (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe) aus dem Darm ins Blut. Durch Gluten kommt es zu einer Entzündungsreaktion, in deren Folge die Zotten zerstört werden und abflachen („Zotten-Atrophie“). Weil damit die Darmoberfläche verkleinert wird, kann der Darm auch weniger Nährstoffe aufnehmen. Sie gehen über den Stuhl verloren.

Die Symptome sind individuell unterschiedliche. Bei Kindern sind die häufigsten Symptome Gewichtsstillstand (90 Prozent), abnorme Stühle (70 Prozent), Appetitlosigkeit (50 Prozent) oder Erbrechen (50 Prozent), ein aufgetriebener Bauch (33 Prozent), Blässe (18 Prozent), Verstimmungen (13 Prozent) und/oder auch Minderwuchs (bis zehn Prozent).

Erwachsene reagieren sehr oft mit Gewichtsverlust, häufigen Stuhlentleerungen und Blähbauch, teilweise auch mit Verstopfung. Müdigkeit und Erschöpfung sind Zeichen eines Eisenmangels. Es kann auch zu Nervosität und Depressionen kommen, bedingt durch Vitamin-B-Mangel. Fahle, teigige Haut, Muskel- und Knochenschmerzen, Gelenksbeschwerden, Blutungsneigungen und Schmelzdefekte der Zähne können

weitere Symptome sein. Oft fehlen auch die klassischen Symptome. Experten sprechen dann von „silenter“ oder „stiller“ Sprue.

**Diagnose:** Eine spezielle Blutuntersuchung sowie eine Dünndarmbiopsie führen zur Diagnose der Zöliakie und Sprue. Mittels Bluttest wird festgestellt, ob bestimmte, für die Zöliakie typische Abwehrstoffe vorhanden sind. Die endgültige Diagnosebestätigung erfolgt durch die Biopsie. Hierbei wird etwas Gewebe aus dem Dünndarm entnommen.

**Ernährung:** Wer an Zöliakie oder Sprue leidet, der muss alle glutenhaltigen Getreide wie Weizen, Dinkel, Grünkern, Roggen, Gerste, Hafer, Kamut, Triticale meiden. Auch alle Lebensmittel, die diese Getreide enthalten! Stattdessen müssen Betroffene getreidehaltige Produkte wie Brot, Teigwaren, Pizza durch glutenfreie Lebensmittel ersetzen. Viele Lebensmittel sind von Natur aus glutenfrei!

**Geeignete Lebensmittel** sind glutenfreie Spezial-Backwaren, Teigwaren, Mehlmischungen etc., Kartoffeln, Reis, Hirse, Buchweizen, Quinoa, Amaranth, Sesam, Sonnenblumen- und Kürbiskerne, Mohn, Nüsse, Mandeln, Fleisch, Fisch, Ei, Hülsenfrüchte wie Soja, Gemüse, Obst, Milch und Milchprodukte, allerdings „natur“, ferner Öle, Butter, Margarine, Zucker, Honig, Konfitüren, Salz, Kräuter, reine Gewürze, Mineralwasser, Fruchtsäfte (100 Prozent reiner Saft ohne Aroma-, Konservierungs- und Farbstoffe), Bohnenkaffee, Tee (nicht aromatisiert), sogar Wein, Sekt, klare Spirituosen (außer Whisky).

**Weitere Informationen** bekommen Betroffene bei der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e. V. (DZG), Kupferstraße 36, 70565 Stuttgart, Telefon 07 11-45 99 81-0, [www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de).



## Angebote für Eltern im Marienhospital

### Infoabende für werdende Eltern:

Die Infoabende für Geburtshilfe finden mittwochs, jeweils um 18 Uhr, statt. Weitere Informationen unter der Telefonnummer 061 51-406-400.

### Die nächsten Termine:

8. Juni, 13. Juli, 10. August, 14. September, 12. Oktober, 9. November und 14. Dezember.

### Säuglingspflegekurse:

Die Säuglingspflegekurse finden jeweils an zwei Abenden statt, immer dienstags und donnerstags

zwischen 18 und 20 Uhr. Anmeldungen sind erforderlich unter der Telefonnummer 061 51-406-440. Der Kurs kostet pro Person zehn Euro.

### Termine:

14./16. Juni (Kurs-Nr. 09/11), 5./7. Juli (Kurs-Nr. 10/11), 26./28. Juli (Kurs-Nr. 11/11), 16./18. August (Kurs-Nr. 12/11), 6./8. September (Kurs-Nr. 13/11), 27./29. September (Kurs-Nr. 14/11), 25./27. Oktober (Kurs-Nr. 15/11), 15./17. November (Kurs-Nr. 16/11) und 6./8. Dezember (Kurs-Nr. 17/11).

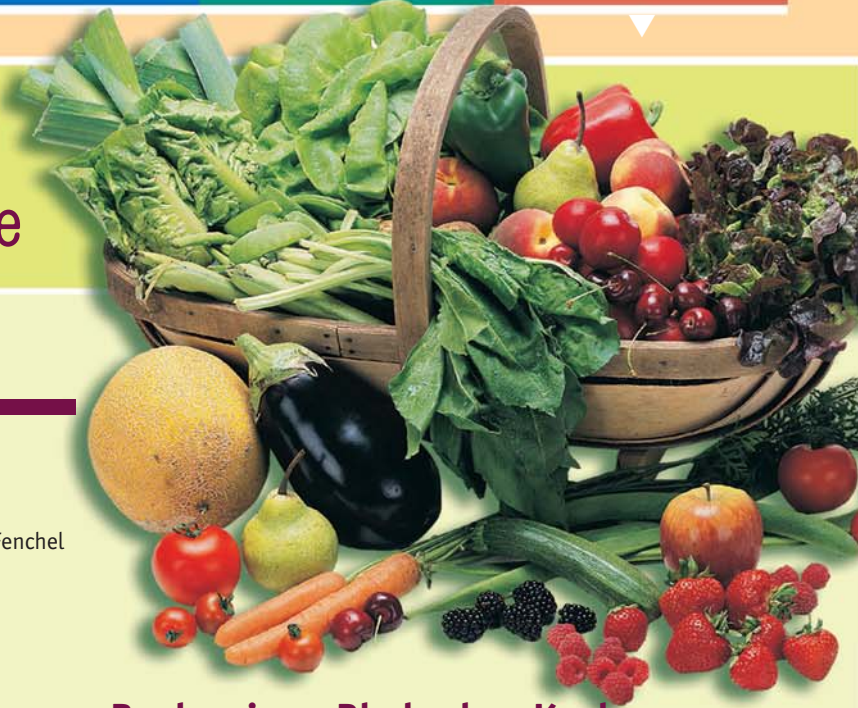
### Stillvorbereitung:

Die Stillvorbereitungskurse finden jeweils von 18 bis 20 Uhr an folgenden Terminen statt: **28. Juni 2011, 9. August 2011, 20. September 2011, 1. November 2011 und 13. Dezember 2011.** Die Kursgebühr beträgt fünf Euro. Anmeldungen unter 061 51-406-440.

### Still- und Laktationsberatung:

Hilfe rund ums Stillen bekommen junge Mütter jeden Mittwoch ab 14 Uhr. Bitte vorher Termin vereinbaren unter 061 51-406-440.

# Rezepte für Menschen mit Zöliakie



## Linsencurry

### Zutaten für 4 Personen:

- 2 EL Öl ■ 1 Bund Frühlingszwiebeln ■ 250 g gelbe Linsen
- 400 ml Gemüsebrühe ■ 300 ml Kokosmilch ■ 300 g frischer Fenchel
- 200 g Möhren ■ 1 walnussgroßes Stück Ingwer
- 1 kleine rote Chilischote ■ Curry, Koriander, Salz
- 200 g Reis ■ 400 ml Wasser

### Zubereitung:

- Reis im Wasser garen.
- Zwiebeln in feine Ringe schneiden.
- Öl im Topf erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin anschwitzen.
- Linsen dazugeben.
- Mit der Gemüsebrühe und der Kokosmilch ablöschen.
- Alles zusammen aufkochen.
- Anschließend den Fenchel säubern und halbieren. Den Strunk entfernen und Fenchel in feine Streifen schneiden.
- Die Möhren in Scheiben schneiden.
- Fenchel und Möhren mit den Linsen kochen.
- Ingwer und Chili sehr fein würfeln und dazugeben.
- Curry 20 Minuten weiterköcheln lassen.
- Mit Currypulver, Koriandergewürz und Salz abschmecken.
- Dazu den Reis servieren.

Das Gericht ist lactosefrei.

Es enthält weder Kuhmilch noch Soja, Ei oder Weizen!

**Der Nährwert beträgt pro Portion 590 kcal, 23 Gramm Eiweiß, 20 Gramm Fett und 78 Gramm Kohlenhydrate.**

## Buchweizen-Rhabarber-Kuchen

### Zutaten für 8 Personen:

- 100 g Buchweizenmehl ■ 50 g Margarine ■ 1 Ei ■ 40 g Traubenzucker
- Vanille ■ 300 g Rhabarber ■ 50 g Mandeln, gemahlen
- 1 TL Rosenwasser ■ 30 g Traubenzucker

### Zubereitung:

- Mehl, Margarine, Ei, Zucker und Vanille zu einem Mürbeteig verkneten.
- Teig 30 Minuten ruhen lassen.
- Anschließend den Teig in eine kleine Springform (18 cm) drücken, dabei einen Rand (ca. 3 cm) formen.
- Rhabarber waschen, in kleine Stücke (2 cm) schneiden und auf dem Mürbeteig verteilen.
- Mandeln mit dem Rosenwasser und Traubenzucker vermischen und über den Rhabarber verteilen.
- Die Form in den vorgeheizten Backofen (180° C) geben und ca. 30 Minuten backen.

**Das Rezept enthält weder Kuhmilch noch Soja oder Weizen.**

 Ausschneiden und sammeln!

## IMPRESSUM

### „Menschen im Marienhospital“

Ausgabe 2/2011

Herausgegeben vom:

Marienhospital Darmstadt

Am Martinspfad 72

64285 Darmstadt

Telefon: 0 61 51-40 60

Internet:

[www.marienhospital-darmstadt.de](http://www.marienhospital-darmstadt.de)

[www.twitter.com/Marienhospital](https://www.twitter.com/Marienhospital)

[www.youtube.com/DasMarienhospital](https://www.youtube.com/DasMarienhospital)

Redaktion:

Postina Public Relations GmbH

Alte Bergstraße 27

64342 Seeheim-Jugenheim

Tel.: 0 62 57 / 5 07 99-0

Fax: 0 62 57 / 5 07 99-4

PPR Berlin:

Residenz am Deutschen Theater

Reinhardtstraße 29

10117 Berlin

Tel.: 0 30 / 28 00 81-8 10

Layout und Realisation:

ZornWerbung, Darmstadt

Druck:

Ph. Reinheimer, Darmstadt



## Marienhospital freut sich über Baugenehmigung

### Parkplätze dürfen mit Auflagen gebaut werden:

Gute Nachrichten für Patienten, Besucher und Mitarbeiter des Marienhospitals: Die Stadt Darmstadt hat Anfang Mai die offizielle Baugenehmigung für die seit acht Jahren geplanten und dringend benötigten Parkplätze erteilt. Nun werden die Ausführungsdetails in enger Abstimmung mit der Stadt geplant. Dazu gehören etwa die Begrünung oder die Erschließung. Die Parkplätze dürfen beispielsweise nicht zwischen 22 und 6 Uhr benutzt werden. Das Marienhospital plant dazu eine Informationsveranstaltung für Anwohner.



Foto: Zorn

## Spendenkonto Marienhospital

Sparkasse Darmstadt,

BLZ 508 501 50, Konto 547808