



Neue Zimmer mit Blick ins Maintal



Blick von Dachterrasse Erlenbach ins Maintal

Umbau und Modernisierung des Klinikums Erlenbach schreiten voran. Mehrere neue Bereiche und Zimmer mit Mainblick konnten bereits bezogen werden. Da-

runter auch die Entbindungsstation mit einer Außen-Lounge und einem Wintergarten. Im Oktober wird die Modernisierung der Operationsräume abgeschlossen.

Orthopädie, Neurochirurgie, Anästhesie und Physiotherapie Mit vereinten Kräften stärken wir Ihren Rücken

Rückenleiden gehören zu den häufigsten Beschwerden und Erkrankungen unserer Zeit. Dabei können Schmerzen im Rücken sehr unterschiedliche Ursachen haben und müssen oft von verschiedenen Spezialisten behandelt werden. Die Kliniken Miltenberg-Erlenbach bündeln deshalb unter einem Dach Experten aus der Orthopädie, der Neurochirurgie, der Anästhesie und der Physiotherapie. Ergänzt wird das Angebot durch eine moderne Radiologie. Diese enge Verzahnung erspart den Patienten lange Wege.

Für orthopädische und neurochirurgische Operationen sowie konservative Behandlungen ohne OP sind die Kliniken hervorragend ausgestattet. Mit einem dreidimensionalen mobilen Röntgengerät kann der Operateur die Eingriffe genau kontrollieren und durchführen, um Nerven oder

Rückenmark nicht zu verletzen. Zur Sicherheit der Patienten werden bei bestimmten Operationen am Wirbelkörper immer zwei Röntgengeräte eingesetzt.

Große Bandbreite an ärztlichem und physiotherapeutischem Know-how

Die Physiotherapie-Abteilung verfügt neben einem 33°C warmen Bewegungsbad über viele Geräte zum gezielten Muskelaufbau. Mehrere Physiotherapeuten haben Zusatzausbildungen speziell für Bandscheiben- und Wirbelsäulenpatienten. „Eine solche Bandbreite an ärztlichem und physiotherapeutischem Know-how plus einer entsprechenden technischen Ausstattung ist in der Region einzigartig. Mit vereinten Kräften stärken wir Ihren Rücken,“ so der Ärztliche Direktor Dr. Siegfried Beller.

Ein gesunder Rücken

Die Rückenschule, die Sportvereine und andere Institutionen in der Region anbieten, kann man nur empfehlen. Denn oft muss die Rückenmuskulatur gezielt trainiert werden, da wir zu viel sitzen. Sollten Sie aber bereits Schmerzen im Rückenbereich haben, reicht diese Form der Vorbeugung nicht mehr aus. Dann sollten Sie die Kliniken Miltenberg-Erlenbach aufsuchen, in denen erfahrene Spezialisten für Rückenschmerzen tätig sind.

Viele Patienten klagen über akute Schmerzen im Wirbelsäulenbereich, die in den Rücken und in die Beine ausstrahlen. Deshalb muss zunächst die Ursache dieser Schmerzen abgeklärt werden. Wir haben dafür eine moderne Radiologie sowie Experten aus der Orthopädie und Neurochirurgie. Je nach Schwere der Erkrankung behandeln wir die Patienten konservativ, also auch ohne Operation. Oder wir operieren minimalinvasiv, also mit kleinen Schnitten.

Auch unsere Physiotherapie konzentriert sich auf jene Patienten, die bereits Schmerzen oder ein Rückenleiden haben. Mit spezieller Krankengymnastik und einem gezielten Muskelaufbau können die Schmerzen gelindert werden. Dafür arbeiten unsere Physiotherapeuten individuelle Übungsprogramme aus.



Ihr

Guido Paterna

Geschäftsführer
der Kliniken
Miltenberg-Erlenbach

Schmerzfrei laufen

Dank moderner Operationsverfahren können Patienten schnell wieder schmerzfrei laufen

Seite 2

Ich hab' Rücken

Ursachen, Therapien und Vorbeugung von Rückenbeschwerden. Richtige Bewegung und Ernährung

Seite 2

Neue Stationen

Nach dem Umbau konnten bereits mehrere Stationen, die Radiologie und Notaufnahme bezogen werden

Seite 4



Wirbelkörperbrüche durch Osteoporose

Wieder schmerzfrei laufen

In der Bundesrepublik leiden rund 2 Millionen Frauen und 800.000 Männer an den Folgen der Osteoporose, dem Knochenschwund. Ein sichtbares Zeichen für diesen Abbau der Knochensubstanz ist der sogenannte Witwenbuckel. Eine Frau, die in jungen Jahren 1,85 Meter groß war, schrumpft im Alter beispielsweise auf 1,65 Meter. Eine Folge der Erkrankung sind 130.000 Brüche des Schenkelhalses und 250.000 Brüche der Wirbelkörper – Tendenz zunehmend mit der Alterung unserer Gesellschaft. Bei Osteoporose reicht dann oft ein Bagatellsturz vom Sofa für einen Bruch.

„Allerdings muss keinesfalls jeder Wirbelkörperbruch operiert werden,“ so Dr. Ralf Imig, Chefarzt der Chirurgie II/Orthopädie und Unfallchirurgie am Klinikum

Erlenbach. „Ein sogenannter stabiler Bruch, der keine Schmerzen verursacht, heilt auch ohne OP. Operationen führen wir in der Regel minimalinvasiv mit kleinen Hautschnitten durch. Dabei können wir in Erlenbach modernste Technik wie ein dreidimensionales Röntgengerät einsetzen. Auch operieren wir immer mit 2 Röntgengeräten, um den Eingriff genau kontrollieren zu können und Beschädigungen des Rückenmarks zu vermeiden. Denn die OP ist zwar schnell durchgeführt und der Patient ist nach kurzer Zeit wieder beschwerdefrei, aber sie birgt doch erhebliche Risiken durch die Arbeit nahe am Rückenmark. Um eine Querschnittslähmung zu vermeiden, benötigt der Operateur viel Erfahrung und eine gute Technik. Patienten sollten sich deshalb für Operationen in der Nähe des Rückenmarks nur geübten Händen anvertrauen.“

Zement und Titanschrauben stabilisieren die Wirbel

Wirbelbrüche behandelt Dr. Imig mit seinem Team vor allem mit zwei Verfahren. Bei der Kyphoplastie werden über kleine Kanüle Ballons in den gebro-

chenen Wirbelkörper eingeführt, die den Wirbel wieder aufrichten. Anschliessend wird der Wirbel mit Knochenzement aufgefüllt. Bei der Vertebroplastie wird eine kleine Hohlnadel in den betroffenen Wirbel geführt und Knochenzement in den Wirbelkörper gespritzt. Da eine Zementierung bei instabilen Brüchen oft nicht reicht, wird beim Fixateur intern der Wirbelkörper zusätzlich durch Titanschrauben stabilisiert.

Unsere Knochen erneuern sich in 200 Tagen

„Meist können die Patienten bereits einen Tag nach der Operation wieder schmerzfrei laufen. Aber jeder kann auch selbst viel tun, um Rückenbeschwerden und solche Operationen zu vermeiden. Zunächst sollten sich Ältere regelmässig auf Osteoporose untersuchen und behandeln lassen,“ so Dr. Imig. „Entscheidend sind eine gesunde und ausgewogene Ernährung mit Kalzium und Vitamin D sowie regelmässige Bewegung und Sport. Wie bei Astronauten führt Bewegungsmangel zu Knochenschwund. Unser Knochengestüt ist nämlich ein lebendes Organ. Das gesamte Knochenkalzium wird nach 200 Tagen komplett ausgetauscht, so dass praktisch ein neuer Knochen entstanden ist. Dieser Vorgang wird durch Ernährung und Bewegung gefördert.“



Ursachen – Therapie – Vorsorge

Volksleiden: „Ich hab´ Rücken“

„Rückenschmerzen insbesondere im Bereich der Lendenwirbelsäule sind der zweithäufigste Grund für Arztbesuche“, so Dr. Stephan Baunach, Facharzt für Neurochirurgie und Ärztlicher Leiter des Praxiszentrums/MVZ am Klinikum Erlenbach. Seit April 2010 bietet er auch Sprechstunden in Mittenberg an. „Für die zunehmenden Rückenbeschwerden ist die wachsende Zahl der sitzenden Berufe ebenso verantwortlich wie die steigende Lebenserwartung. Denn mit zunehmendem Alter verschleissen Bandscheiben, Gelenke und Knochen.“

Die häufigsten Rückenschmerzen gehen von Verspannungen und Überlastungen der Muskulatur aus. Hier reicht in der Regel die Behandlung mit Physiotherapie und Medikamenten aus. Ergänzend empfehlen sich eine physikalische Anwendung wie Wärme oder Krankengymnastik. Die Physiotherapie der Kliniken ist hierfür bestens gerüstet.

„Ein gesunder Rücken braucht Bewegung. Mit Sport können Sie Rückenschmerzen vorbeugen. Dazu reicht schon regelmäßiges Spaziergehen, Nordic Walking oder Schwimmen.“ Dr. S. Baunach



Modell Wirbelsäule mit Bandscheiben



Fortsetzung von Seite 2



heutzutage minimalinvasiv, also ohne große Schnitte unter einem speziellen Mikroskop durchgeführt.

Insbesondere ältere Patienten leiden unter einer verschleißbedingten Einengung des Wirbelkanals, der „Spinalkanalstenose“. Auch hier wird je nach Schwere der Erkrankung konservativ behandelt oder chirurgisch mit einer minimalinvasiven Technik operiert.

Bandscheibenvorfälle und Einengungen des Wirbelkanals

Sehr häufig treten Rückenbeschwerden infolge eines Bandscheibenvorfalles auf. Diese Erkrankung tritt weitgehend altersunabhängig auf und muss manchmal auch schon bei Jugendlichen behandelt werden. Die Behandlung erfolgt zumeist konservativ mit Medikamenten und Gymnastik. Erst wenn Lähmungserscheinungen auftreten, ist eine Operation notwendig. Diese Operation wird

minimalinvasiven Technik operiert.

Viel Bewegung, weniger Körpergewicht und Stress

Als Vorsorge gegen alle Rückenerkrankungen empfiehlt Dr. Baunach körperliche Aktivität. „Rückenschulen, Muskelaufbautraining, Schwimmen, vor allem Rückenschwimmen, und Laufen sind zur Vorbeugung gut geeignet“, so Dr. Baunach. „Weniger empfehlenswert sind Sportarten mit ruckartiger Belastung des Rücken-

Patientenvorträge

jeweils von 18.00 bis 19.00 Uhr in den Kliniken

Erlenbach 13.10.2010
Rückenschmerz, Dr. S. Baunach

Erlenbach 17.11.2010
Leberwerte, Dr. T. Deist

Erlenbach 08.12.2010
Halswirbelsäulensyndrom, U. Wolf

Miltenberg 14.10.2010
Frakturen im höheren Lebensalter, Dr. A. Wöber

Miltenberg 21.10.2010
Schlaganfall, Dr. D. Czapowski

Miltenberg 11.11.2010
Rückenschmerz, Dr. S. Baunach

ckens wie Tennis oder gar Fallschirmspringen.“ Weitere Präventionsmaßnahmen sind Gewichtsreduktion bei Übergewicht und die Verringerung von Stress durch Maßnahmen zur Lockerung der Muskulatur wie Entspannungstechniken oder Yoga.

Die Spezialisten für Rückenschmerzen



Orthopädie Dr. Ralf Imig

Dr. Ralf Imig ist Chefarzt der Chirurgie II/Orthopädie und Unfallchirurgie in Erlenbach. Er behandelt Form- und Funktionsfehler des Stütz- und Bewegungsapparates und operiert Wirbelbrüche beispielsweise mit Zement und Titangestängen. Im Rückenbereich sind das vor allem Wirbelkörperbrüche, die durch Osteoporose entstanden sind.
Tel. 09372-700-1800
uch.eryl@krankenhaus-gmbh.de



Neurochirurg Dr. Stephan Baunach

Dr. Stephan Baunach ist Facharzt für Neurochirurgie und Ärztlicher Leiter des Praxiszentrums/MVZ am Klinikum Erlenbach. Er behandelt und operiert Erkrankungen oder Verletzungen des Nervensystems. Im Rückenbereich sind dies vor allem Bandscheibenvorfälle und Einengungen des Wirbelkanals.
Tel. 09372-700-5100
erlenbach@mvz-franken-gmbh.de



Anästhesist Dr. Rüdiger Retzko

Dr. Rüdiger Retzko ist Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie. Er berät bei der Kombination verschiedener Maßnahmen der Schmerztherapie, der so genannten multimodalen systemischen Anästhesie und der Regionalanästhesie.
Tel. 09372-700-1880
anasek.eryl@krankenhaus-gmbh.de



Physiotherapeutin Ute Wolf

Ute Wolf leitet die Physiotherapie in Miltenberg und Erlenbach mit insgesamt 14 Physiotherapeuten und drei Masseurinnen. Physikalische Anwendungen wie Wärme, Krankengymnastik, manuelle Therapie und Massagen werden zur akuten Schmerzbehandlung, zum Lösen von Muskelverspannungen und Blockaden und zum Muskelaufbau eingesetzt. Für Patienten mit Rückenerkrankungen werden individuelle Trainingsprogramme entwickelt.
Tel. 09372-700-1630, physiotherapie.eryl@krankenhaus-gmbh.de



Physiotherapie mit Bewegungsbad und Gerätetraining Individuelle Übungen gegen Rückenschmerz

Viele Rücken- und Nackenschmerzen können durch Krankengymnastik mit entsprechenden Übungen behoben werden. Bei ernsthaften Rückenleiden sind allerdings speziell ausgebildete Physiotherapeuten gefordert. In den Kliniken Miltenberg-Erlenbach werden beispielsweise auch die Manualtherapie zur Lösung von Blockaden und die McKenzie-Therapie zur Behandlung von Patienten mit Bandscheibenbeschwerden angeboten, die mehrjährige Zusatzausbildungen erfordern. Ein Bewegungsbad mit 33°C warmem Wasser und ein besonderer Gerätebereich zum gezielten Training unter fachkundiger Anleitung runden das Angebot ab.



Insgesamt sind in Miltenberg drei Physiotherapeuten und ein Masseur, in Erlenbach sieben Physiotherapeuten und ein Masseur tätig. In der Geriatrischen Rehabilitation in Erlenbach sind außerdem vier Physiotherapeuten, zwei Ergotherapeuten und ein Logopäde beschäftigt.

Passive Techniken und aktive Übungen

„Wir behandeln Patienten, die bereits Schmerzen haben und erkrankt sind. Aufgrund einer ärztlichen Diagnose arbeiten wir eine maßgeschneiderte Physiotherapie aus. Dazu gehören natürlich auch Kombinationstherapien wie Wärme-, Kälte- und Ultraschall sowie Elektrotherapie. Vor allem arbeiten wir mit unseren Händen, um Verspannungen und Blockaden zu lösen. Neben passiven Techniken, die der Physiotherapeut ausführt, entwickeln wir aktive Übungen für jeden einzelnen Patienten und schulen sein Alltagsverhalten. Jeder erhält von uns ein individuelles Übungsprogramm, das er

auch zu Hause durchführen kann,“ so Ute Wolf, Leiterin der Physiotherapie an beiden Standorten.

Die Manualtherapie ist eine chiropraktische Methode, um die normale Beweg-

lichkeit der Gelenke besonders an der Wirbelsäule wiederherzustellen. Dazu arbeitet der Therapeut direkt am Gelenk. Die McKenzie-Therapie fördert dagegen vor allem Eigenübungen der Patienten. Besonders für Bandscheibenpatienten werden dem jeweiligen Beschwerdebild angepasste Übungsprogramme ausgearbeitet und unter Anleitung trainiert. In Erlenbach können Patienten auch Geräte wie Beinpressen, Rumpfstabilisatoren, Fahrradergometer, Seilzüge oder Latisimus-Zuggeräte nutzen.

„Viele ehemalige Patienten kommen in Abständen immer wieder zu uns, um ihre Übungen zu aktualisieren, unter fachkundiger Aufsicht zu trainieren und den großen Gerätebereich sowie das Bewegungsbad zu nutzen. Wir behandeln deshalb auch gerne Selbstzahler, die etwas für ihre Gesundheit tun und unser Know-how abrufen möchten,“ erläutert Frau Wolf.

Kurzmeldungen

Umbau und Modernisierung



Umbau und Modernisierung des Klinikums Erlenbach sind weit fortgeschritten. Mehrere neue Bereiche konnten bereits bezogen werden. So die Entbindungsstation mit einer Außen-Lounge und einem Wintergarten, die Gastroenterologie als erste Normalstation sowie die Radiologie und die zentrale Notaufnahme. Die Modernisierung der Operationsräume wird im Oktober abgeschlossen. Bis Ende des Jahres werden noch zwei weitere Stationen modernisiert plus der Ambulanzbereich für Sprechstunden und die neue Cafeteria.

19 Klinikmitarbeiter beim Barbarossalauf



Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter machen nicht nur Patienten fit, sie halten sich auch selbst fit. So beim 5. Barbarossalauf am 18. Juli, an dem sich 19 Mitarbeiter der Kliniken in eigenem Outfit beteiligten. Der Rundkurs mit Wettbewerben von 2,5 bis 10 Kilometer führte durch den Ortskern von Erlenbach.

