

Collegial

 Coloplast

Das Magazin für Partner in der Pflege
Nr. 119 Frühjahr 2021
www.coloplast.de



Die Pflege braucht digitales Lernen

Die Passform macht
den Unterschied

SenSura® Mio-Kampagne

Kinder aktiv
einbeziehen

Peristeen® Anale Irrigation

Inhalt



6

Fokus: Flexibles Lernen per Klick

Digitale Fortbildungen sind im Trend und aktuell aufgrund von Corona eine notwendige Alternative zu Präsenzveranstaltungen. Doch welche Chancen und Herausforderungen bringen sie für das Gesundheitswesen und den Alltag von Pflegekräften mit sich?



5

News: Patientenratgeber
Leben mit Multipler Sklerose



10

Stoma: SenSura® Mio-Kampagne
Die Passform macht den Unterschied



11

Stoma: Neuer Podcast für Stomaträger
„Ich und mein Stoma“



12

Kontinenz: Selbstkatheterismus bei Frauen
„Den ganzen Menschen betrachten“



13

Kontinenz: Peristeen® Anale Irrigation
„Die Kinder aktiv mit einbeziehen“



14

Wunde: Gezieltes Management von Hohlräumen und Exsudat
Schnellere Wundheilung



16

Urologie: Erektile Dysfunktion
Online-Hilfe für ein sensibles Thema



19

Engagement: Koloproktologie in der Mongolei



20

Freizeit: Achtsamkeit
Das Ich im Fokus

22 **Rätsel**

23 **Service**

Editorial



Lernen Sie digital?

Per Smartphone oder Tablet die neueste Hygieneschulung bequem zu Hause machen? Digitale Lehrangebote leisten für Pflegekräfte im Schichtdienst die richtige Flexibilität und liegen nicht erst seit Corona-Beschränkungen für Präsenzveranstaltungen im Trend. Doch noch nicht alle Krankenhäuser bieten solche Lernstrukturen. Wer sich individuell zu multimedialen Fortbildungen informieren und erfahren will, was die digitale Zukunft bringen wird, findet dazu Impulse in unserem Fokus ab Seite 6.

Wenn Kinder und Jugendliche Probleme mit der Darmentleerung haben, bedeutet das in der Regel für die gesamte Familie viel Stress. Eine Lösung kann die anale Irrigation sein. Entscheidend für den Therapieerfolg ist ein sensibler und kindgerechter Umgang mit dem Thema. Mehr dazu ab Seite 13.

Das Management von Hohlräumen und Exsudat bei chronischen Wunden ist eine der besten Methoden, um eine optimale Wundheilung zu unterstützen. Darin stimmen auch Wundexperten nach einer Analyse von weltweit häufig durchgeführten Best Practices überein. Dr. Samira Schroeder von Coloplast erläutert ab Seite 14 die Ergebnisse eines entsprechenden internationalen Konsensprozesses.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Nicole Borth,
Senior Sales Director Ostomy Care,
Coloplast GmbH

Collegial ist die Kundenzeitschrift der Coloplast GmbH (Deutschland), der Coloplast Ges. m.b.H. (Österreich) und der Coloplast AG (Schweiz). Erscheinungsweise 3x p. a., gedruckt auf aufgebessertem Recyclingpapier.

HERAUSGEBER
Coloplast GmbH
Kuehnstraße 75, 22045 Hamburg
Tel.: +49(0)40 669807-0
Fax: +49(0)40 669807-356
E-Mail: collegial@coloplast.com
www.coloplast.de

VERLAG UND REDAKTION
mk Medienmanufaktur GmbH
Döllgaststraße 7-9, 86199 Augsburg
Tel.: +49(0)821 34457-0
info@mk-medienmanufaktur.de
www.mk-medienmanufaktur.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in der Regel die männliche Schreibweise verwendet. Der Herausgeber weist an dieser Stelle ausdrücklich darauf hin, dass sowohl die männliche als auch die weibliche Schreibweise für die entsprechenden Beiträge gemeint ist.

Coloplast bietet Produkte und Serviceleistungen, um das Leben von Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen zu erleichtern. In enger Zusammenarbeit mit Anwendern entwickeln wir Lösungen, die ihren persönlichen medizinischen Bedürfnissen gerecht werden. Coloplast entwickelt und vertreibt Produkte für die Stoma-, Kontinenz- und Wundversorgung sowie für die Hautpflege und die Urologie. Darüber hinaus bietet Coloplast in Deutschland Homecare-Dienstleistungen an. Coloplast ist ein weltweit operierendes Unternehmen mit mehr als 10.000 Mitarbeitern.

The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2021-02
All rights reserved Coloplast A/S,
3050 Humlebæk, Denmark

Immer da.

Coloplast Homecare ist Ihr Experte in der **Stoma-** und **Kontinenzversorgung**. Wir begleiten Ihre Patienten auf dem Weg zurück in ein selbstbestimmtes Leben.



Diskrete Lieferung frei Haus

Qualitativ hochwertige Hilfsmittelversorgung mit fest geregelterm Lieferturnus – automatisch, pünktlich, praktisch.



Sorgenfreier Prozess

Unterstützung bei der Versorgung durch Abwicklung der Kostenübernahme mit der Krankenkasse und dem Angebot zur Rezeptabwicklung.



Optimale Betreuung

Erfahrene Fachkräfte beraten persönlich bei der Auswahl und dem Umgang mit den benötigten Hilfsmitteln und Produkten.

Sie haben Fragen? Rufen Sie uns kostenfrei an unter **0800 468 62 00**
oder besuchen Sie unsere Website unter **www.coloplast-homecare.de**



NEU ab März 2021:
Coloplast live – dabei sein, sich informieren, mitreden
 Online-Vorträge für Endverbraucher, die das Leben leichter machen!
 Mehr Informationen unter:
www.coloplast.to/online-vortraege

PATIENTENRATGEBER

Leben mit *Multipler Sklerose*



Bei etwa 80 Prozent aller Menschen mit Multipler Sklerose (MS) treten Blasen- und Darmfunktionsstörungen auf. Das beeinträchtigt nicht nur die Aktivitäten des täglichen Lebens, sondern bringt auch einen negativen Einfluss auf die Rolle in der Familie und in der Gesellschaft mit sich. Der Patientenratgeber „Leben mit Multipler Sklerose“ von Coloplast gibt einen Überblick über die Blasen- und Darmfunktionsstörungen bei MS und deren Behandlungsmöglichkeiten. Die Leser erfahren, wie sie dank des intermittierenden Selbstkatheterismus, Anal-Tampons und

analer Irrigation wieder ein aktives, selbstbestimmtes Leben führen können. Basisinformationen zu MS, konkrete Lebenshilfen im Hinblick auf Freizeit, Arbeit, Sport, Partnerschaft, Sexualität und Reisen sowie hilfreiche Kontaktadressen runden die 56-seitige Informationsbroschüre ab.



Weitere Informationen

Den Ratgeber gibt es unter:
www.coloplast.de/ratgeber

Mehr zum Thema MS unter:
www.coloplast.de/ms

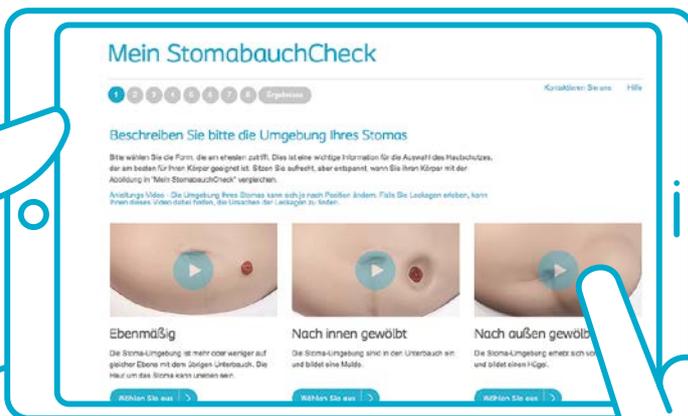
ONLINE-TOOL

„Mein *StomabauchCheck*“

Für eine verlässliche Stomaversorgung ist die individuelle Passform eine zentrale Herausforderung (siehe auch S. 10). Bei der Produktwahl hilft die Analyse des Körperprofils, etwa ob die Stomaumgebung ebenmäßig, nach innen oder nach außen gewölbt ist, wo das Stoma positio-

niert ist und welche Konsistenz die Ausscheidungen haben. Fachkräfte können zusammen mit Patienten das Online-Tool „Mein StomabauchCheck“ nutzen, das Coloplast gemeinsam mit internationalen Stomatherapeuten entwickelt hat. Anhand von acht Fragen ermittelt

der Nutzer seine Körperform und Stomaumgebung. Daraufhin erhält der Stomaträger nicht nur eine Versorgungsempfehlung aus dem SenSura® Mio-Sortiment. Er kann auch Muster des empfohlenen Produkts direkt kostenlos bestellen. Das Tool vertieft das Verständnis für die intuitive Körperprofil-Terminologie. Außerdem zeigt es Patienten, wie sie ihre Passform selbstständig und kontinuierlich überprüfen und versorgungsrelevante Veränderungen rechtzeitig erkennen können.



Weitere Informationen

unter: www.coloplast.de/meinstomabauchcheck

Bilder: Coloplast, iStockphoto.com/Esra Sen Kula



DIGITALE FORTBILDUNG IN DER PFLEGE

Flexibles Lernen *per Klick*

Digitale Fortbildungen sind im Trend und aktuell aufgrund von Corona eine notwendige Alternative zu Präsenzveranstaltungen. Angebote punkten mit Multimedialität und Interaktivität. Doch welche Chancen und Herausforderungen bringen sie für das Gesundheitswesen und den Alltag von Pflegekräften mit sich?

Hochgelegte Füße, Laptop auf dem Schoß. Eva Middenkamps Finger fliegen über die Tastatur. Klick. Ihre Augen wandern über die neuesten Studienergebnisse zur Beatmung von COVID-19-Patienten. Die Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivpflege sitzt nach einer anstrengenden Schicht auf dem Sofa. Geübt klickt sie sich durch das Online-Portal einer Fachzeitschrift. „Digitale Angebote kann ich ganz einfach zu Hause nach meiner Schicht in Anspruch nehmen“, so Eva Middenkamp. „Sie passen damit besonders gut in meinen Berufsalltag mit wechselnden und unvorhersehbaren Schichten.“ Für die traditionelle Präsenzlehre bestehen aufgrund von Corona-Bestimmungen seit letztem Jahr ohnehin deutliche Einschränkungen. Das betrifft nicht nur den Unterricht von Auszubildenden, sondern jegliche Form von Fortbildung und Fachweiterbildung. Wie entscheidend alternative Lehrformen sind, zeigte auch die Verleihung des Deutschen CHANGE Awards im Herbst 2020. Der Preis der Initiative Change Management im Gesundheitswesen ging an die Sana Kliniken AG für ihre binnen drei Wochen erfolgte Umstellung des Pflegeunterrichts

auf Homeschooling. Den Unterricht leisten die Lehrenden nun seit April 2020 mit Videokonferenzen, digitalem Lernmaterial, gemeinsamem Arbeiten an Dokumenten und Online-Austausch.

Digitale Kompetenzen im Klinikalltag

Grundsätzlich steigt die Nachfrage nach digitalen Bildungsangeboten in der Pflege seit einigen Jahren. Das entspricht dem generellen Trend der Digitalisierung. Mehr Menschen kommen in jüngerem Alter mit digitalen Technologien in Kontakt, entwickeln Kompetenzen und Vorlieben. Gleichzeitig verändert sich auch der Klinikalltag und steigert den Bedarf nach digital kompetenten Fachkräften. Seien es elektronische Patientenakten, Bestellvorgänge, technische Neuheiten in der Versorgung oder Fragen des Datenschutzes – der Pflegealltag wird immer digitaler und setzt Wissen, Kompetenzen und Arbeitseinstellungen voraus, die in der weiterführenden Bildung von Pflegekräften Raum finden müssen. Um diesen stetig neuen Anforderungen gerecht zu werden und die Qualität und Aktualität von Lehrinhalten zu sichern, sieht Jesko Kaltenbaek einen klaren Vorteil in digitalen Angeboten.

Er ist Produktmanager von Certified Nursing Education (CNE), einem multimedialen Fortbildungsangebot der Thieme Verlagsgruppe. „Die Inhalte digitaler Lehrangebote können viel schneller auf neue medizinische Erkenntnisse aus der ganzen Welt angepasst und unmittelbar für Nutzer freigegeben werden.“



Eva Middenkamp, Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivpflege.



Christian de la Chaux, Pflegedirektor Friedrich-Ebert-Krankenhaus.

Suchmaschinen für Bildungsangebote

Präsenzveranstaltungen und digitale Formate

www.kursfinder.de/suche/pflege-weiterbildung

www.edukatico.org/de/online-kurse/medizin-pharmazie-gesundheit

Klinikweite Plattformen

Für Eva Middenkamp hat es einen hohen Stellenwert, sich berufsbegleitend weiter zu qualifizieren. Dazu studiert sie im Bachelor Pflegepädagogik, nimmt Seminare in Präsenz wahr und kümmert sich selbstständig um digitalen Fachinput. „Man findet einiges auf Youtube, beispielsweise Praxisbeispiele zum Umgang mit Patienten. Außerdem haben Fachzeitschriften für ihre Abonnenten oft einen Online-Zugang zu den Artikeln und weiterführendem Material.“ Digitales Arbeiten ist in der Fachhochschule ganz normal. „Im Studium erlebe ich, wie sinnvoll digitale Bildung ist“, so Eva Middenkamp. „Wir teilen Literaturhinweise, bearbeiten gemeinsam Dokumente oder sichten Forschungsergebnisse.“ In ihrem Arbeitsalltag in einer westfälischen Klinik ist das anders. Ihr Arbeitgeber selbst bietet derzeit noch keine digitalen Fortbildungen an. Das Friedrich-Ebert-Krankenhaus (FEK) Neumünster wiederum setzt schon seit einigen Jahren auf digitale Angebote. „Für uns war klar, dass digitale Lehre zeitgemäß und zukunftsweisend ist“, erklärt Christian de la Chaux, Pflegedirektor des FEK. „Deswegen haben wir uns für eine klinikweite Lern- und

Austauschplattform entschieden.“ Anbieter für solche Plattformen gibt es einige. Sie unterscheiden sich oft entweder durch ihren Umfang – von Pflichtunterweisungen bis zu Fachweiterbildungen – oder sie legen fachliche Schwerpunkte.

Eine Frage des Typs

„Manche praktischen Inhalte wie Reanimation lassen sich nur schwer digital unterrichten“, findet Eva Middenkamp. „Trockene Theorie kann in digitalen Formaten aber einprägsamer dargestellt werden. Jeder lernt anders und viele merken sich Infos mit Bild und Ton leichter.“ Im Studium erlebt sie, wie hilfreich auch kooperative Kommunikationsmedien sind. „Allein der Austausch von Dateien funktioniert dann einfacher.“ Fehlende Plattformen, Arbeitsplätze und die nötigen Endgeräte wie Laptops oder Tablets sind akut noch die größten Hürden für Fachpersonal, das digitale Fortbildungen in Anspruch nehmen will. Dass aber nicht alle Pflegekräfte überhaupt das Bedürfnis danach haben, muss ebenso berücksichtigt werden. „Sicherlich ist es eine Typ- oder Generationenfrage, wer digitale Plattformen ohne große Schwierigkeiten nutzt“, so Christian

de la Chaux. „Falls nötig ergänzen wir deswegen immer noch mit Präsenzveranstaltungen.“

Der Blick in die Zukunft

Ob anatomische Simulationen mit VR-Brille, intensivmedizinisches Training per App oder tägliche Micro-Learning-Einheiten – die digitalen Möglichkeiten der Qualifizierung von Pflegekräften sind unbegrenzt. „In Zukunft werden wir als Anbieter verstärkt auf interaktive Formate setzen“, sagt Jesko Kaltenbaek von CNE. „Auch Blended Learning, das heißt Kurse mit digitalen Informationsimpulsen und anschließendem Austausch, bauen wir aus.“ Zunehmend mehr Pflegeeinrichtungen werden auf klinikweite digitale Lehre setzen. Und dann können auch Pflegekräfte wie Eva Middenkamp mit wenigen Klicks von zu Hause aus die jährliche Pflichtunterweisung für Arbeitsschutz absolvieren.

Angebotsauswahl für digitale Fortbildungen

Thieme – Certified Nursing Education:

<https://cne.thieme.de/cne-webapp/p/home>

Höher Akademie mit Online-Lernplattform: www.hoeher-akademie.online

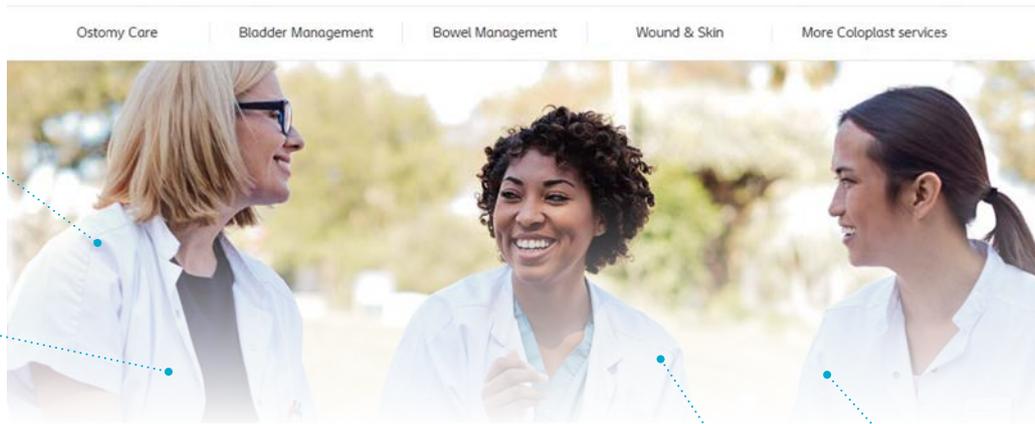
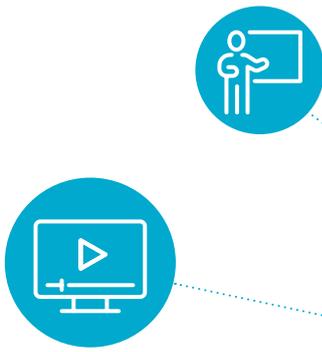
apm E-Campus – e-Learning für smarte Pflege: www.apm-ecampus.de

e-Learning mit Smedex: www.smedex.com

Welche E-Learning-Anwendungen werden in den kommenden Jahren als Lernform an Bedeutung gewinnen?*



*Basis: Experten aus der Bildungsszene in Deutschland, Österreich, Schweiz (N = 60-61), Angaben in Prozent, Quelle: mmb Institut GmbH, 2020



NEUE E-LEARNING-PLATTFORM

Digitale Fortbildung und Austausch mit Coloplast® Professional

Coloplast® Professional ist seit dem vergangenen Jahr das neue Dach für die Bildungsangebote von Coloplast. Entscheidend für digitale Informationsvermittlung und Kommunikation ist die neue Website, die im Sommer online geht.



Dr. Elin Brunckhorst,
Director Medical
Affairs, Coloplast.

„Wir wollen zentral weiterführen, was wir in den letzten Jahren schon erfolgreich umgesetzt haben: Pflegekräfte praxisorientiert in den Bereichen Stoma, Inkontinenz und Wunde fortzubilden“, so Dr. Elin Brunckhorst, Director Medical Affairs, Coloplast. Dafür schafft Coloplast eine neue Website mit edukativen Inhalten, die kontinuierlich weiterentwickelt wird. Fachpersonal aus der Pflege erhält dort Praxistipps, anschauliche Anleitungen im Videoformat und Informationen zu Produkten

und Indikationen. Darüber hinaus werden Studien und wissenschaftliche Beiträge bereitgestellt.

Präsenz- und Webseminare

Coloplast Professional umfasst die verschiedensten schon bestehenden und künftigen Bildungsangebote von Coloplast und reagiert auf die steigende Nachfrage für digitale Lehre. Die HEAL-E-Learning-Module und ICW-zertifizierten Webseminare zur Wundversorgung bleiben bestehen und sind auf der neuen Website im Bereich der Wundversorgung intuitiv zu finden. Zur Stoma- und Kontinenzversorgung wurden aufgrund von Corona-Bestimmungen bereits im vergangenen Jahr Veranstaltungen des Coloplast College als Online-Seminare durchgeführt. Weitere befinden sich in Vorbereitung.

Expertise und Austausch

Die neue Website soll nicht nur der Fortbildung dienen, sondern den Austausch mit Pflegekräften fördern. „Wir wollen Pflegekräfte über die unterschiedlichen Kommunikations-

kanäle für ihren Alltag und die Versorgung von Patienten wappnen. Außerdem bauen wir in Fachgremien und Foren auf die Expertise von Fachkräften. Sie tragen dazu bei, dass wir Produkte und Serviceleistungen zielgerichtet entwickeln und optimieren“, erklärt Dr. Elin Brunckhorst. „Mit Coloplast Professional strukturieren wir unsere Bildungsinhalte neu. Unser Fokus bleibt jedoch, Pflegekräften hochwertige und auf den Patientennutzen optimierte Produkte zur Verfügung zu stellen und das nötige Know-how der Anwendung zu vermitteln.“ Neben den neuen digitalen Vermittlungswegen finden weiterhin Präsenzseminare zu Wundversorgung, Stomapflege sowie Blasen- und Darmmanagement statt. „Erfahrungsaustausch vor Ort und der persönliche Kontakt bleiben essenziell“, betont Dr. Elin Brunckhorst.



Weitere Informationen

Registrieren Sie sich unter www.coloplast.de/ueber_uns/fort-und-weiterbildung.

SENSURA MIO-KAMPAGNE

Die *Passform* macht den Unterschied

Eine individuelle und passende Versorgung zu finden, stellt Stomaträger und Fachkräfte immer wieder vor Herausforderungen. Aus diesem Grund klärt Coloplast in einer neuen Kampagne auf, warum die individuelle Passform der entscheidende Faktor ist.

„Die passgenaue Stomaversorgung hat für Patienten und ihr sicheres und freies Gefühl im Alltag oberste Priorität“, betont Julie Schmidt, Market Manager Ostomy Care Deutschland. „Gleichzeitig ist die Passform der Basisplatte die zentrale Präventions- und Behandlungsstrategie gegen Leckagen und damit verbundenen Hautirritationen.“ Deswegen hat Coloplast gemeinsam mit Fachkräften die Kampagne „Die Passform macht den Unterschied“ entwickelt, die gezielt über die fünf zentralen Herausforderungen aufklärt, die es bei der Passform zu meistern gilt und an deren Ende die optimale Versorgung steht. „Diese Herausforderungen sind

das Körperprofil, die Haftung, das richtige Anbringen und Entfernen, der sichere Sitz bei Bewegung sowie Veränderungen des Stomas im Laufe der Zeit“, erklärt Julie Schmidt. „Das Körperprofil und die Haftung bilden den Ausgangspunkt und hängen eng zusammen. Daher wollen wir diese ersten beiden Herausforderungen zum Kampagnenauftritt besonders hervorheben.“

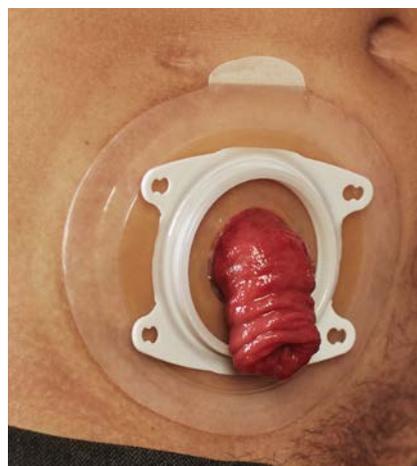
Mit Körperprofil-Analyse zum richtigen Produkt

Grundlage für die richtige Versorgung bildet die strukturierte Analyse der Bauchform und Stomaumgebung, die mithilfe der intuitiven Körperprofil-Terminologie leichter fällt: Ist

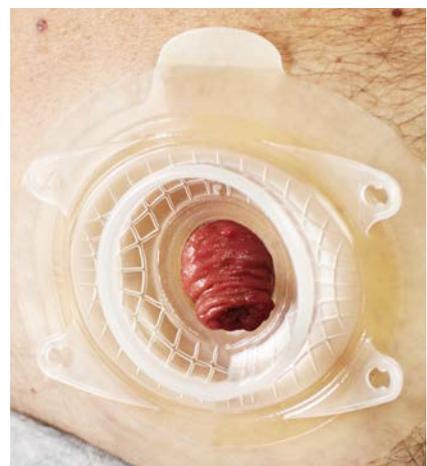
die Haut rund ums Stoma ebenmäßig, nach innen gewölbt oder nach außen gewölbt? „Die Identifikation peristomaler Körperformen hilft, einen planen, konvexen oder konkaven Hautschutz zu wählen, der die Faltenbildung beim Anbringen reduziert und die empfindliche Haut tatsächlich schützt“, weiß Julie Schmidt. Weitere Analysefaktoren sind unter anderem die Lage des Stomas und die Konsistenz der Ausscheidungen. Die Produkte des SenSura® Mio-Sortiments berücksichtigen über 600 individuelle Körpertypen und erleichtern es, die richtige Lösung für jeden einzelnen zu finden.



Auf einer nach außen gewölbten Bauchdecke reduziert eine konkave Stomaversorgung die Faltenbildung.



Plane Basisplatten eignen sich, wenn das Stoma etwa auf gleicher Höhe mit der umgebenden Haut liegt.



Für eine Stomaumgebung, die sich nach innen wölbt, ist eine konvexe Versorgung geeignet.



„Ich und mein Stoma“ – Neuer Podcast für Stomaträger



Seit Februar veröffentlicht Podcaster und Coach Kai Flockenhaus mit Unterstützung von Coloplast die neue Podcast-Sonderserie „Ich und mein Stoma“. Dort spricht er mit Experten und gibt persönliche Alltagstipps.

„Podcasts eignen sich wunderbar, um zum Beispiel beim Autofahren schnell Neues zu lernen oder Inspiration zu finden“, weiß Kai Flockenhaus. Der 40-jährige Sozialarbeiter lebt seit über zehn Jahren mit der Diagnose Morbus Crohn und podcastet unter „Ich und mein Crohn“ über die Herausforderungen mit der chronischen Darmerkrankung. Neben seiner persönlichen Website www.ichundmeincrohn.de produziert Kai Flockenhaus nun die Podcast-Sonderserie „Ich und mein Stoma“,

um Stomaträger zu erreichen. Neue Folgen gibt es zehn Wochen lang jeden Mittwoch.

Geballte Infos und persönliche Erfahrungen

„Nachdem ich einen Darmriss überlebt hatte, war für mich klar, dass ich anderen Betroffenen helfen will“, erklärt Kai Flockenhaus. „Zuvor hatte ich viele Jahre mit Schmerzen gelebt, ohne eine Diagnose zu bekommen. Später hatte ich zwischenzeitlich ein Ileostoma und wurde nicht richtig aufgeklärt.“ Mit Unterstützung von Coloplast widmet er sich im „Ich und mein Stoma“-Podcast nun wöchentlich ganz konkreten Stomathemen. So werden Patientenorganisationen vorgestellt, rechtliche Fragen beantwortet und Ernährungstipps gegeben. Dazu spricht Kai Flockenhaus mit Stomatherapeuten, Betroffenen sowie anderen Experten und wird so geballte Informationen bereitstellen, immer aus der eigenen Erfahrung heraus. „Ich möchte den Zuhörern helfen, ihren Alltag mit Stoma so normal wie möglich zu gestalten und sich weniger allein zu fühlen.“ Ein Podcast ist ein Medienformat zum jederzeit Anhören, das in Serie erscheint und kostenlos abonniert wird.



Reinhören und Hilfe finden: Mittwochs neue und alle alten Folgen unter <http://coloplast.to/podcast> und auf Spotify, Deezer, iTunes u.v.m.



Gute Haftung gegen Leckagen und Hautirritationen

Neben dem Körperprofil ist auch die Haftung eine wesentliche Herausforderung für die passgenaue Stomaversorgung. Die Basisplatte muss die Versorgung nicht nur zuverlässig fixieren, sondern auch sanft zur Haut sein. Sie sollte daher adhäsiv, elastisch, kohäsiv, absorbierend sowie hautschonend und, je nach Anforderung, ein- oder zweiteilig sein. Die Basisplatten von SenSura Mio vereinen diese Eigenschaften. Sie bestehen aus einer speziellen Mischung aus Hydrokolloiden, Polymeren, Haftmittel und Pektin. Darüber hinaus gewährleistet die BodyFit® Technologie, die einzigartige Basisplattentechnologie der SenSura® Mio-Versorgung, den gleichmäßigen und sicheren Kontakt mit der Hautoberfläche. Denn auch für die Haftung ist die Passform das A und O. Wenn das Produkt zum Bei-

spiel nur faltig angebracht werden kann, leidet die Haftung. Falten begünstigen Leckagen, die Hautirritationen hervorrufen. Hautprobleme wiederum beeinträchtigen die Haftung. „Anhand dieser potenziell negativen Dynamik zeigt sich, welcher enger Zusammenhang zwischen den ersten beiden Herausforderungen, dem Körperprofil und der Haftung, besteht“, so Julie Schmidt. „Die Kampagne soll aufklären, damit Fachkräfte diese Herausforderungen aktiv gemeinsam mit dem Patienten meistern. Dann steigt nicht nur die Wahrscheinlichkeit dichter Versorgung, sondern auch das sichere Gefühl der Anwender.“



Julie Schmidt, Market Manager Ostomy Care bei Coloplast.



Weitere Informationen

zum SenSura® Mio-Sortiment unter www.sensuramio.coloplast.de

SELBSTKATHETERISMUS BEI FRAUEN

„Den ganzen Menschen betrachten“

Sich bei Blasenfunktionsstörungen selbst zu katheterisieren, bereitet vielen Frauen anfänglich Sorgen. Bei der Anleitung und Aufklärung durch die Pflegekräfte ist daher Empathie gefragt.



Inge Gotschol, Fachkraft Kontinenz im Dr. Becker Neurozentrum Niedersachsen in Bad Essen.



„Der intermittierende Selbstkatheterismus (ISK) ermöglicht einfach ein Mehr an Mobilität für die Patientinnen. Es ist etwas Selbstbestimmtes“, sagt Inge Gotschol, Fachkraft Kontinenz im Dr. Becker Neurozentrum Niedersachsen in Bad Essen. Sie betreut Frauen, die aufgrund neurologischer Erkrankungen wie Multiple Sklerose oder Querschnittslähmung zur Reha kommen, und leitet sie beim Katheterisieren an. „Bei vielen ist der Leidensdruck aufgrund der Blasenfunktionsstörungen dann schon sehr groß. Sie haben einen hohen Restharn, viele kleine Toilettengänge Tag und Nacht und daraus resultierend häufig Harnwegsinfekte. Das schränkt ihren Alltag deutlich ein.“ Wer zum ersten Mal mit dem Thema Katheterisieren konfrontiert ist, hat viele Fragen und oft ebenso viele Bedenken. „Im Vier-Augen-Gespräch versuche ich,

diese Sorgen auszuräumen. Wichtig ist bei diesem intimen Thema, nicht mit der Tür ins Haus zu fallen und den Menschen als Ganzes zu betrachten“, sagt Inge Gotschol. Die meisten Patientinnen haben Angst, dass es weh tut oder sie etwas falsch machen könnten. „Hinzu kommt, dass Frauen sich wenig mit ihren Genitalien auseinandersetzen. Deshalb geht es auch zunächst darum, den eigenen Körper und die anatomischen Gegebenheiten kennenzulernen.“

Sensibler Umgang

Die erste praktische Anleitung führt Inge Gotschol wenn möglich immer auf der Toilette durch. „Mir ist wichtig, die Voraussetzungen zu schaffen, die auch zu Hause gegeben sind. Damit dann im Alltag alles gut klappt.“ Die

Patientinnen merken schnell, dass die Selbstkatheterisierung mit dem richtigen Katheter und etwas Übung nicht so schwerfällt, wie vermutet. Dennoch gibt es Frauen, die sich nicht auf Antrieb überzeugen lassen. Hier ist Einfühlungsvermögen gefragt. „Gerade MS-Patientinnen wollen nach außen oft Normalität signalisieren, da kann der Leidensdruck noch so hoch sein. Auch das muss man respektieren. Dennoch versuche ich, auch diesen Frauen so viele Informationen wie möglich mitzugeben, so dass sie, wenn sie so weit sind, den richtigen Weg einschlagen können.“ Die Patientinnen von Inge Gotschol, die sich für den ISK entscheiden, wählen in der Regel den Einmalkatheter SpeediCath® Compact Eve. „Allein wegen der schönen Form und weil er so diskret ist. Außerdem lässt er sich sehr gut greifen, auch bei eingeschränkter Handfunktion.“ Die gleichmäßige hydrophile Beschichtung und der kurze Griff erleichtern außerdem ein regelmäßiges und hygienisches Katheterisieren. „Für meine Patientinnen bedeutet der ISK wieder mehr Freiheit und Unabhängigkeit. Sie müssen ihren Tagesablauf nicht mehr von ihrer Blase bestimmen lassen – und das ist ein ungeheurer Gewinn.“



Weitere Informationen

Mehr über das SpeediCath®-Sortiment für Frauen und Musterbestellung unter: www.coloplast.de
> **Kontinenzversorgung**
> **SpeediCath Katheter für Frauen**

PERISTEEN® ANALE IRRIGATION BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

„Die Kinder aktiv mit einbeziehen“

Wenn Kinder und Jugendliche Probleme mit der Darmentleerung haben, bedeutet das in der Regel für die gesamte Familie viel Stress. Eine Lösung kann die anale Irrigation sein. Entscheidend für den Therapieerfolg ist ein sensibler und kindgerechter Umgang mit dem Thema.

„Die anale Irrigation macht den Alltag von Kindern und Jugendlichen mit Darmentleerungsstörungen einfach leichter“, weiß die examinierte Kinderkrankenschwester Margret Katz. Sie ist Fachkraft für Kontinenzförderung und gleichzeitig Teamleitung im Kinder-Home-Care-Team von verosana team. Seit fast 20 Jahren unterstützt sie Kinder und Jugendliche mit Spina bifida, anorektalen Fehlbildungen oder Morbus Hirschsprung beim Blasen- und Darmmanagement. „Wenn der Darm Probleme macht und das Kind ungewollt und häufig Abgänge von Stuhl, Stuhlschmierer oder extreme Verstopfung hat, bedeutet das für die gesamte Familie einen enormen Leidensdruck. Das Leben dreht sich in vielen Fällen dann leider nur noch darum, ob und wann der Darm entleert wurde. Das stresst die Eltern und Kinder gleicher-

maßen. Je älter ein Kind wird, umso mehr bekommt es auch einen sozialen Druck von außen zu spüren.“

Auf die Bedürfnisse eingehen

Das Peristeen-System zur analen Irrigation entleert den Darm mit Wasser, das mithilfe eines rektalen Katheters in den Darm gepumpt wird. Das Wasser stimuliert den Darm und mobilisiert ihn dazu, den Stuhl nach einer kurzen Einwirkzeit zu entleeren. Peristeen stellt damit eine effektive Alternative zu anderen Methoden der Darmentleerung dar, die zum Beispiel medikamentöse Zusätze benötigen. Bei regelmäßiger Anwendung kann die Wahrscheinlichkeit von unkontrolliertem Stuhlverlust und/oder Verstopfung minimiert werden. Maßgeblich für den Erfolg der Therapie ist die erste Aufklärung und Anleitung durch die medizinische Fachkraft. „Wichtig ist, dass man als anleitende Pflegekraft sensibel mit diesem intimen Thema umgeht und nicht mit der Tür ins Haus fällt. Ich versuche zu erfahren: Was versteht das Kind, wie sind seine Bedürfnisse und wie kann ich ihm die Angst vor der ungewohnten Situation nehmen? Ganz entscheidend ist auch, mit den Kindern und Jugendlichen altersgerecht und direkt zu sprechen



und nicht nur mit den Eltern über ihr Kind“, betont Margret Katz. Schon bei der ersten Anwendung sollten sich die Kinder aktiv beteiligen können. „Ich zeige bei der theoretischen Anleitung zunächst anhand eines Schaubilds, was im Darm bei der Irrigation stattfindet. Anschließend lasse ich, wenn möglich, die Kinder das System zusammenstecken und den Ballon aufpumpen. Wichtig ist, dass die Kinder sich ernstgenommen und einbezogen fühlen – umso größer wird die Kooperation bei der Umsetzung der Therapie sein.“ An Peristeen Anale Irrigation schätzt Margret Katz die unkomplizierte Handhabung. „Für mich zählt einfach, dass es ein ausgereiftes und bewährtes System ist. Außerdem stellt Coloplast wirklich tolles Infomaterial rund um das System bereit – vom Erklärfilm bis zum Peristeen-Tagebuch oder kindgerechten Spielideen. Das macht es mir auch in der Anleitung einfacher.“ Hinweis: Peristeen ist für die Anwendung bei Kindern ab 3 Jahren geeignet – bitte beachten Sie die Gebrauchsanweisung.



Margret Katz, Teamleitung Kinder-Home-Care von verosana team.



Weitere Informationen

zu Peristeen® Anale Irrigation für Kinder und Jugendliche unter www.coloplast.de/musterbestellung/kontinenzversorgung/peristeen-fuer-kinder

GEZIELTES MANAGEMENT VON HOHLRÄUMEN UND EXSUDAT

Schnellere Wundheilung

Das Management von Hohlräumen und Exsudat bei chronischen Wunden ist eine der besten Methoden, um eine optimale Wundheilung zu unterstützen. Darin stimmen auch Wundexperten nach einer Analyse von weltweit häufig durchgeführten Best Practices überein. Dr. Samira Schroeder von Coloplast erläutert die Ergebnisse eines entsprechenden internationalen Konsensprozesses.



Dr. Samira Schroeder,
Medical Marketing
Manager Woundcare
bei Coloplast.

Chronische, nicht heilende Wunden vermindern die Lebensqualität der davon Betroffenen in der Regel entscheidend. Sie können die Gesundheit der Patienten dauerhaft schwerwiegend beeinträchtigen, Amputationen nötig machen und in extremen Fällen zum Tod führen. Zudem stellen chronische Wunden für die Gesundheitssysteme weltweit eine erhebliche ökonomische Belastung dar¹. Entsprechend wichtig ist es, solche Wunden professionell zu beurteilen und zu behandeln, um die negativen Folgen für die Patienten und für die Gesundheitssysteme so gering wie möglich zu halten.

Um eine optimale Heilungsumgebung zu schaffen, sollte das Material im Zwischenraum zwischen Wundgrund und Verband den Hohlraum ausfüllen und sich dem Wundgrund anpassen.

85 Spezialisten aus 19 Ländern

Weltweit weniger Tage mit chronischen Wunden erreichen – so lautet kurz gefasst das ehrgeizige Ziel eines groß angelegten internationalen Konsensprozesses. 85 qualifizierte Wundbehandlungsspezialisten aus 19 Ländern führten ihr Wissen und ihre Erfahrungen in einem vier Monate langen Verfahren zusammen. Zunächst wurden die Teilnehmer bei zwei Online-Erhebungen zur Best Practice und ihren gegenwärtigen Methoden bei der Behandlung chronischer Wunden befragt. Die hierbei gewonnenen Erkenntnisse diskutierten sie dann abschließend bei einem persönlichen Erfahrungsaustausch. Ziel dieses Meetings war ein Konsens zu der Frage, wie Gesundheitsdienstleister mit einem effektiven Wundheilungs- und Exsudatmanagement die Wundheilung fördern können.

Richtiger Verband ist wichtig

Fast alle Teilnehmer stimmten darin überein, dass eine Wundbehandlung in erster Linie darauf abzielen sollte, eine optimale Heilungsumgebung zu schaffen. Eine der wichtigsten Methoden in diesem Zusammenhang sei das Management des Hohlraums zwischen Wundgrund und Verband. Dabei sollte der Schwerpunkt auf dem Entfernen überschüssigen Exsudats und eines optimal feuchten Wundmilieus liegen. Beides sei entscheidend für eine effektive Wundheilung. Am besten sei es, insbesondere bei bis zu zwei Zentimeter tiefen Wunden, den Zwischenraum mit einem Verbandmaterial zu füllen, das sich dem Wundgrund anpasst. Ebenfalls ein sehr wichtiger Faktor seien antimikrobielle Eigenschaften des Verbands wie auch eine möglichst vertikale Absorption von Exsudatflüssigkeit, um einer Mazeration von Wundrändern vorzubeugen¹. Bei der

Das hohe Aufnahmevermögen ermöglicht eine lange Tragezeit.



Versorgung von infektionsgefährdeten Wunden können bereits Verbandmittel mit passiver Keimelimination vor einer kritischen Bakterienlast schützen. Moderne Polyurethan-Schaumverbände wie Biatain® Silicone nehmen Exsudat auf und binden mehr als 98 Prozent der Keime und halten diese auch unter Kompression zuverlässig zurück (in-vitro getestet)². Die Teilnehmer bezeichneten ein effektives Gap-Management als einen der besten Wege, um das Infektionsrisiko und damit auch die Dauer des Heilungsprozesses zu verringern¹.

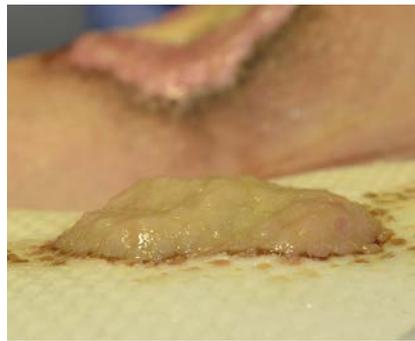
Konkrete Handlungsempfehlungen

Ein Ergebnis des Konsensprozesses waren auch ganz konkrete Empfehlungen für mit der Wundversorgung befasste Gesundheitsdienstleister. Übereinstimmend empfahlen die Experten, chronische Wunden bei jedem Verbandwechsel, mindestens aber einmal pro Woche, zu begutachten. Dabei sollten immer der Gesundheitszustand und die Krankengeschichte des Patienten sowie der Fortschritt der Wundheilung beurteilt werden. Eigenschaften der Wunde wie Wundätiologie, Tiefe, Ausbreitung, Lokalisierung und Wundbett-Eigenschaften sollten festgehalten werden. Ebenso wichtig sei es, auf Anzeichen einer Infektion zu achten sowie die Wundumgebung und das Ausmaß von Schmerzen zu überprüfen. Auch das Exsudat sei hinsichtlich Menge, Farbe, Geruch und Konsistenz zu kontrollieren. Bei folgenden Untersuchungen sollte dann jeweils auf Änderungen dieser Größen geachtet werden, um so Fortschritte oder auch das Ausbleiben von Fortschritten erkennen

zu können. Eine Konsequenz daraus könnte, falls notwendig, eine Anpassung des Behandlungsplans sein³.

Fälle für Wundexperten

Einen Konsens erzielten die Teilnehmer auch hinsichtlich der Frage,



Der Polyurethan-Schaumverband Biatain Silicone wölbt sich bis zu zwei Zentimeter zum Wundgrund und nimmt das Exsudat auf.

wann ein Gesundheitsdienstleister seinen Patienten an einen Wundversorgungsexperten verweisen oder zumindest dessen Rat einholen sollte. Dies sei vor allem der Fall, wenn sich die Wundfläche innerhalb von vier Wochen nicht um mindestens 20 Prozent reduziert, sich stärkere Schmerzen einstellen, die Exsudatmenge unerwartet ansteigt oder sich Verschlechterungen des Wundrands oder der Wundumgebung zeigen. Auch Biofilme in der Wunde, der

Verdacht auf eine Infektion, auftretendes Fieber oder eine allgemeine Verschlechterung der Gesundheit seien hier deutliche Alarmsignale³. Die Teilnehmer am Konsensprozess empfahlen, Behandlungsleitlinien und Schulungsprogramme zu entwickeln, um Fachkräfte, die nicht auf dieses Gebiet spezialisiert sind, bei der Behandlung chronischer Wunden zu unterstützen. Ein Resümee des Tagungsberichts zum Konsensprozess ist, dass die Entscheidungen, die die Gesundheitsdienstleister bei der Wundbehandlung treffen, ganz starke Auswirkungen auf die Dauer des Heilungsprozesses und auch auf die Lebensqualität des Patienten haben. Jeder Gesundheitsdienstleister sollte das Ziel haben, seinen Patienten zu so wenig Tagen mit einer Wunde zu verhelfen wie möglich. Und ein effektives Management von Wundhöhlräumen und überschüssigem Exsudat mit der passenden Wundauflage ist einer der erfolgversprechendsten Wege zu diesem Ziel³.



Weitere Informationen

zur Wundversorgung unter www.coloplast.de/wundversorgung/fachkraft/biatain-silicone-fur-weniger-tage-mit-wunden

Mit den Original-Veröffentlichungen^{1,3} unter www.coloplast.com/products/wound/ewma

- 1 Keast, D.H.; Bain, K.; Hoffmann, C.; Swanson, T.; Dowsett, C.; Lázaro-Martínez, J.L.; Karlsmark, T.; Münter, K.C.; Ruettimann Liberato de Moura, M.; Brennan, M.R.; Vuagnat, H.; Greco, A.; Bing, W., and Bain, M. (2020): Managing the gap to promote healing in chronic wounds – an international consensus. Wounds International, Vol 11, Issue 3, 58–63.
- 2 Braunwarth, H.; Friedmann, A. (2020): Characterization of bacteria binding capacity of polyurethane foam dressing under compressive stress. Posterpräsentation auf EWMA 2020.
- 3 Dowsett, C.; Münter, K.C.; Bain, K., and Bain, M. (2020): Closing the gap between the evidence and clinical practice – an consensus report on exudate management. Wounds International, Vol 11, Issue 3, 64-68.



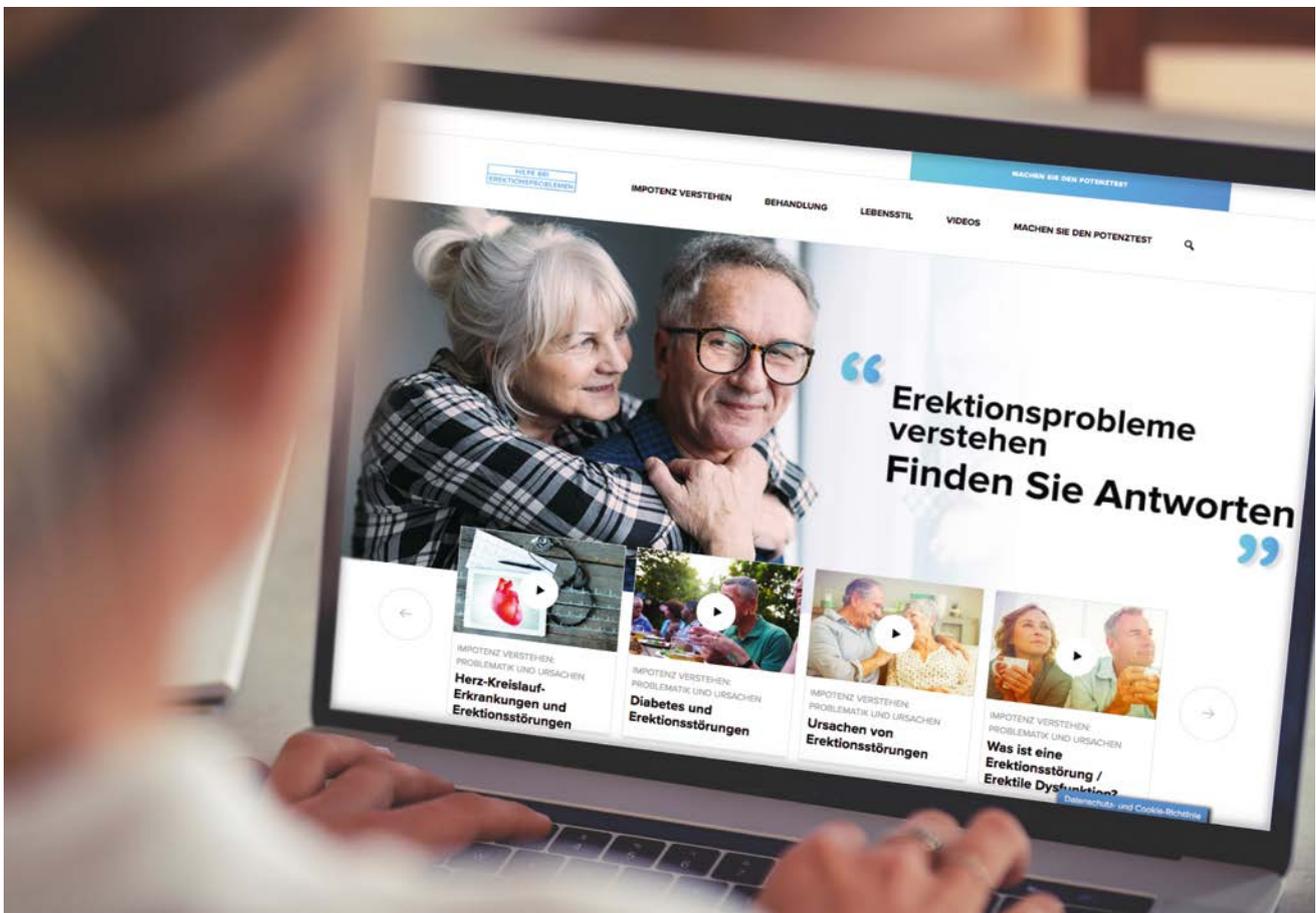
Hochabsorbierende Schaumtechnologie mit Mikrokapillaren. 

Das Exsudat wird vertikal absorbiert, um den Wundrand zu schützen. 

PATIENTENAUFKLÄRUNG ZUR EREKTILEN DYSFUNKTION

Online-Hilfe für ein sensibles Thema

Patienten mit einer Potenzstörung kann in den meisten Fällen geholfen werden. Oft fehlt es aber an der richtigen Aufklärung zu diesem Thema, meint PD Dr. med. Daniar Osmonov von der Kieler Klinik für Urologie und Kinderurologie.



Collegial: Was genau ist eine erektile Dysfunktion?

PD Dr. Osmonov: Die Deutsche Gesellschaft für Urologie bezeichnet als erektile Dysfunktion die Unfähigkeit, eine für befriedigenden Geschlechtsverkehr ausreichende Erektion zu bekommen und diese auch aufrechtzuerhalten. Von erektiler Dysfunktion spricht man dann, wenn dieser Zustand dauerhaft

ist und über sechs Monate hinweg wiederholt auftritt. Untersuchungen zufolge leiden bis zu sechs Millionen Männer in Deutschland unter solchen umgangssprachlich auch als Impotenz bezeichneten Erektionsstörungen. Die Dunkelziffer ist aber sicherlich wesentlich höher. Eine erektile Dysfunktion spiegelt sich nicht nur im Sexualleben wider, sondern kann darüber hinaus dazu

führen, dass der Betroffene sein Selbstwertgefühl verliert, Versagensängste hat und auf längere Sicht depressiv wird. Wenn Menschen aufgrund von Depressionen nicht aktiv am sozialen Leben teilnehmen, kann das auch große Auswirkungen auf die Gesellschaft insgesamt haben. In meinen Augen ist dies weit über eine Funktionsstörung hinaus ein globales Problem.

Collegial: Was sind die hauptsächlichen Ursachen für Erektionsstörungen?

PD Dr. Osmonov: Zu ungefähr 70 Prozent handelt es sich um überwiegend organisch bedingte Störungen. Dazu zählen Probleme des Gefäß- oder Nervensystems, wie sie oft bei Diabetes und anderen metabolischen Erkrankungen auftreten, sowie hormonell bedingte Probleme, beispielsweise bei Schilddrüsenerkrankungen. Auch Medikamente wie Betablocker oder Psychopharmaka können als Nebenwirkung eine erektile Dysfunktion verursachen oder verschlimmern, ebenso wie Drogen-, Alkohol- und Nikotinabusus. Natürlich spielen auch psychogene Faktoren wie Versagensängste aller Art oder Dauerstress eine Rolle. Oft bekommt der Patient erst aufgrund von organisch verursachten Problemen Versagensängste, die die Symptomatik noch verschlimmern. In jedem Fall sollte man nicht von vornherein von einem ausschließlich psychologischen Problem ausgehen, sondern darüber hinaus eventuelle medizinische Ursachen in Betracht ziehen. Auch nach Prostata-, Blasen- und Darmoperationen treten übrigens häufiger postoperativ zunächst unvermeidbare Potenzstörungen auf. In der Nachsorge geht es dann leider oft nur um onkologische Aspekte und um die erektile Funktion. Dass man die Potenz in vielen Fällen medizinisch auch wiederherstellen kann, wird meist nicht angesprochen. So finden sich viele Patienten mit ihrer operationsbedingten Impotenz ab, weil man ihnen keine Lösungen zeigt. Mit je nach Ursache unterschiedlichen konservativen und auch operativen Behandlungsmethoden kann beispielsweise unsere Klinik in Zusammenarbeit mit Spezialisten aus anderen Fachabteilungen in ganz vielen Fällen helfen.

Collegial: An wen wenden sich Männer mit Erektionsstörungen in der Regel zuerst?

PD Dr. Osmonov: Viele stellen sich zunächst mit eher allgemeinen Problemen beim Hausarzt oder beim Facharzt vor, ohne die Erektionsstö-

örung von sich aus anzusprechen. Das führt dann zum Beispiel dazu, dass sie durchaus adäquat wegen einer gutartigen Prostatavergrößerung behandelt werden, aber eigentlich auch ihre Erektionsstörung behoben haben wollen. Einer Untersuchung zufolge sehen 95 Prozent der niedergelassenen Urologen und 92 Prozent der Hausärzte zwar kein Problem darin, mit ihren Patienten über erektile Dysfunktion zu sprechen. Aber nur 16 Prozent der Urologen und 22 Prozent der Hausärzte greifen das Thema von sich aus auf. Eine Rolle spielt dabei sicherlich, dass im Rahmen einer normalen Vorsorgeuntersuchung oder Sprechstunde nicht die für dieses sensible Thema nötige Zeit zur Verfügung steht. Bei uns in der Klinik nehmen wir uns zum Beispiel rund eine Dreiviertelstunde Zeit für Erektionsstörungen betreffende Beratungsgespräche.

Collegial: Haben viele der Patienten schon das Internet konsultiert, bevor sie zu Ihnen kommen?

PD Dr. Osmonov: Eine Doktorandin von mir hat festgestellt, dass 75 Prozent unserer Patienten sich vorher im Internet informiert haben. Wenn es dabei um eine bestimmte Operation geht, sind die Patienten dadurch oft gut vorbereitet. Patienten, die ungezielt überall im Internet herumgesehen haben, kommen allerdings manchmal auch aufgrund der sehr widersprüchlichen Informationen mit völlig falschen Vorstellungen zu uns. Es gibt aber auch sehr gute professionell gemachte Seiten, auf



PD Dr. med. Daniar Osmonov, Leitender Oberarzt an der Klinik für Urologie und Kinderurologie des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH), Campus Kiel.

denen die Patienten gezielt und einfach aufgeklärt werden. Coloplast ist auf diesem Gebiet mit seiner neuen Patientenwebseite sicherlich ein Vorreiter. Aktuell untersuchen wir in Zusammenarbeit mit der Uni Dresden, inwieweit vor einer Therapie des Prostatakarzinoms eine Online-Aufklärung die normale Face-to-Face-Aufklärung ergänzen oder vielleicht sogar als Hauptaufklärungs-Tool dienen kann. Gerade vor dem Hintergrund der gegenwärtigen Corona-Krise mit ihren Kontakteinschränkungen wäre das eine gute Alternative.

*Literaturangaben zu den Studien erhalten Sie auf Anfrage bei PD Dr. Osmonov, E-Mail: Daniar.Osmonov@uksh.de

Professionelle Aufklärung per Internet

Ab sofort ist die neue Patientenwebseite „Hilfe bei Erektionsproblemen“ (www.hilfe-bei-erektionsproblemen.de) online. Damit bietet Coloplast betroffenen Männern, Angehörigen und Partnerinnen ganzheitliche Aufklärung zum Thema „Erektile Dysfunktion“. Das Online-Angebot umfasst fundierte Informationen zum Thema Impotenz, zum Beispiel zu Ursachen, Therapieoptionen und natürlichen Lösungsansätzen bei Erektionsproblemen. Mit einem speziell entwickelten Fragebogen können Männer herausfinden, inwieweit sie von einer erektilen Dysfunktion betroffen sind. Zudem verdeutlichen Fallbeispiele, wie anderen Betroffenen geholfen werden konnte.

INITIATIVE KLINIKPARTNERSCHAFTEN

Koloproktologie in der Mongolei

Seit 2018 engagiert sich Dr. Erik Allemeyer ehrenamtlich für den Ausbau von Therapiemöglichkeiten im Bereich Koloproktologie in der Mongolei. Im Interview spricht er über Start und Ziele des ungewöhnlichen Projekts, inspirierenden kulturellen Austausch und pandemiebedingte Herausforderungen.



Dr. Erik Allemeyer, Leitender Arzt der Proktologie, Kontinenz- und Beckenbodenchirurgie am Franziskus-Hospital Harderberg.



Steppenritte auf den berühmten Mongolenponys gelten in der Mongolei als Nationalhobby.

„Die Kooperation kam auf Initiative der Kollegen aus Ulan-Bator, der Hauptstadt der Mongolei, zustande. Dort gibt es ein ganz engagiertes Team“, berichtet Dr. Erik Allemeyer, Leitender Arzt der Proktologie, Kontinenz- und Beckenbodenchirurgie am Franziskus-Hospital Harderberg in Georgsmarienhütte bei Osnabrück. Als 2018 zwei mongolische Ärzte eine Hospitation bei ihm anfragten, organisierte er kurzerhand ein Stipendium, das den interessierten Kollegen einen zweiwöchigen Besuch in Deutschland ermöglichte. Im Fokus standen bestimmte OP-Techniken, perioperatives Management und konservative Therapien im Bereich Stuhlinkontinenz. „Ganz bedrückend finde ich, dass Patienten mit Stuhlinkontinenz in der Mongolei nur eine einzige Möglichkeit der Versorgung haben, nämlich eine definitive Sto-

maanlage.“ Um die Kollegen vor Ort beim Ausbau der Therapiemöglichkeiten im Bereich Koloproktologie langfristig unterstützen zu können, bewarb sich Dr. Allemeyer 2020 mit dem Projekt um die Aufnahme ins Förderprogramm Klinikpartnerschaften des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ) – mit Erfolg. „Shared Learning, also gegenseitiges Lernen, gehört zur Philosophie des Programms.“ Von den mongolischen Ärzten habe sich Dr. Erik Allemeyer beispielsweise kleine operative Tricks abgeschaut. „Und das sind ja nicht nur messbare Sachen“, fügt er hinzu. „Für mich ist es inspirierend zu sehen, wie sich die Kollegen unter schwierigsten Bedingungen für ihre Patienten einsetzen. Mit viel Idealismus und unermüdlichem Engagement wird trotz knapper finanzieller Mittel Großartiges geleistet. Da bin ich schon ein bisschen bescheiden geworden.“

Reise in die Mongolei

Aufgrund der Pandemie wurden gegenseitige Besuche auf 2021 verschoben. „Der Fernkontakt gestaltet sich schwierig, da die Kollegen bei der Arbeit in Kliniken auf dem Land auch mal zwei Monate nicht erreichbar sind. So mussten geplante Webseminare mehrmals ausfallen.“ Doch Dr. Erik Allemeyer und sein Team geben nicht auf. „Wir haben nach Möglich-

keiten gesucht, trotzdem helfen zu können, und werden dabei durch Spenden unterstützt. Außerdem haben wir zehn Biofeedbackgeräte in die Mongolei geschickt.“ Auch das Programm für 2021 steht schon: Konservative Therapien wie die anale Irrigation, die Sakralnervenstimulation und die Biofeedback-Therapie sollen vor Ort implementiert werden. „Für meinen Besuch in der Mongolei stellten die Kollegen aber eine Bedingung“, erzählt er schmunzelnd. „Ich muss reiten können.“ Ähnlich wie hierzulande der Fußball gelten Steppenritte mit den berühmten Mongolenponys als Nationalhobby. „Das ist kein Problem, ich bin mit Pferden aufgewachsen. Pony reiten kann ich!“, freut sich der engagierte Arzt.



Bei der Hospitation in Deutschland bekommen die mongolischen Ärzte Einblick in verschiedene OP-Techniken.

ACHTSAMKEIT

Das *Ich* im Fokus

Spirituelle Kreise praktizieren Achtsamkeit bereits seit über 2.000 Jahren. Doch auch bei uns ist die buddhistische Meditationstechnik längst angekommen. Immer mehr Menschen sind von der stressreduzierenden Praxis überzeugt.

Zeitdruck, Wechselschichten, Emotionsarbeit – der Berufsalltag von Pflegekräften ist mit hoher körperlicher und seelischer Belastung verbunden. Personalmangel und unterbesetzte Stationen verschärfen die Situation am Arbeitsplatz. Die Auswirkungen sind Stress und Überlastungssymptome. Studien zufolge ist jede dritte Pflegekraft in Deutschland von Burnout gefährdet, Tendenz steigend. Genau hier setzt das Prinzip der Achtsamkeit an. Statt rastlos von

einer Situation zur nächsten zu hetzen, geht es darum, das Hier und Jetzt bewusst zu erleben. Die Rückbesinnung auf sich selbst und die eigenen Bedürfnisse hilft, Stress zu reduzieren und zufriedener zu werden. Dies hat nachweislich einen positiven Effekt auf die körperliche und geistige Gesundheit. Das Tolle: Achtsamkeit ist leicht erlernbar. Viele Übungen lassen sich wunderbar in den Alltag integrieren. Versuchen Sie's doch mal!



Drei Achtsamkeitsübungen für zwischendurch

1. Bewusstes Atmen

Suchen Sie sich einen ruhigen, ungestörten Ort. Setzen Sie sich. Schließen Sie die Augen und achten Sie auf Ihren Atem. Nehmen Sie ihn nur wahr und versuchen Sie nicht, ihn zu kontrollieren. Zu Beginn der Übung werden Ihre Atemzüge ungleichmäßig sein. Beobachten Sie, wie sich Ihr Atem langsam einpendelt und Sie gleich lang aus- und schließlich wieder einatmen. Diese Übung hilft, Energie zu tanken und wortwörtlich mal durchzuatmen.

2. Motivierendes Mantra

Überlegen Sie sich ein positives Motto, das Sie im Alltag motiviert. Das kann ein einzelnes Wort oder ein ganzer Satz sein. Sagen Sie Ihr Mantra täglich vor dem Spiegel auf, um es zu verinnerlichen. So kanalisieren Sie positive Energie und stärken Ihre Selbstliebe. Sie können den Spruch regelmäßig an Ihre persönlichen Bedürfnisse anpassen. Zum Beispiel: „Ich bin meinen Aufgaben gewachsen“, „Ich gebe mein Bestes“ oder „Glück, Gesundheit, Nächstenliebe“.

3. Dankbarkeit

Denken Sie abends darüber nach, wofür Sie am Tag dankbar waren. Das können schon Kleinigkeiten sein, wie etwa das Lächeln eines Patienten oder ein freundliches Wort der Kollegin. Wenn Sie gerne schreiben, können Sie dafür ein Dankbarkeitstagebuch anlegen. Wer dankbar ist, weiß sich selbst und seine Mitmenschen zu schätzen. Das hilft, Rückschläge leichter zu verkraften und eine positive Ausstrahlung zu bekommen. Sie werden bemerken, dass diese kleine Übung eine große Wirkung auf Sie und die Wahrnehmung Ihres Umfelds hat.



Weitere Informationen

Achtsamer werden: 50 Achtsamkeitsübungen für den Alltag unter: www.powerful-me.de/achtsamkeit/achtsamkeitsuebungen

Wirkstofffrei Keime eliminieren? Können wir auch!

Wirkstofffreie Exsudat- und Keimbindung dank 3DFit Technologie

Durch die 3DFit Technologie wölbt sich Biatain[®] Silicone zum Wundgrund, stellt einen direkten Kontakt her und reduziert Exsudatansammlungen. Exsudat und Bakterien werden aufgenommen und **99,98 % der Keime im Schaumverband gebunden** – auch unter Druck (in-vitro getestet).*

Überzeugen Sie sich selbst – bestellen Sie Ihr kostenfreies Biatain[®] Silicone Produktmuster unter www.coloplast.de

*In-vitro-Untersuchung (Report ID: PB072-015-V2), eine Übertragbarkeit der in der Untersuchung gefundenen In-vitro-Ergebnisse auf die klinische Praxis bedarf weiterer Untersuchungen. Abstract veröffentlicht bei Wounds UK annual conference November 2019, Harrogate



Wölbung zum Wundgrund

Biatain[®] Silicone wölbt sich zum Wundgrund und stellt so einen direkten Kontakt zum Wundgrund her.

Vertikale Absorption

Durch die vertikale Absorption werden Leckagen und Mazeration reduziert, um ein optimal feuchtes Wundmilieu zu fördern.

Hohes Rückhaltevermögen

Wundexsudat und Keime werden auch unter Druck absorbiert und gebunden.*



Rätseln und Frühstück gewinnen!

Für einen guten Start in den Tag: Gewinnen Sie ein Frühstück mit Ihrer Station bzw. Abteilung.

	von innen kommend (Med.)	Halbton über a	Sport-sprache: eng, nah	veraltet: Burg, Festung	Ge-sträuch im Wald	Vorname d. Schau-spielers Ode †	Banken-Identi-fizierungs-schlüssel	bald, beinahe	Aufguss-ge-tränk		
	Futter-gefäß				Verhält-niswort						
	eine leitende Ange-stellte					3					
					Laub-baum						
	Schiffs-junge (see-männ.)	11	kräftig Haus-rat, Möbel				Röst-, Trocken-vor-richtung		ugs.: eifler Mann, Geck		
kühl, ab-weisend		verwe-sender Tier-körper	Vorname d. Schau-spielers Brosnan	ugs.: heran	veraltet: Amelse eh. österr. Adels-titel		Kahlkopf	Halbton unter d			
Figur aus „Die Zauber-flöte“						Kose-name der Groß-mutter	kleiner Sport-renn-wagen		2		
Acker-grenze			6	öffent-licher Frequenz-bereich	dt. Schrift-steller † (Heinr.)			Amts-tracht	vor langer Zeit		
				Gold-minen-anteil (engl.)		port. In-selgruppe dünnes Metallblatt			10		
gezielte Haltung		Amts-tracht Stadt in Polen			Fahr-stuhl franz.: Gleichheit			4	Antrieb, Ver-lockung		
Datei-endung für Text-dateien				unge-bunden		besondere Form des Sauer-stoffs			afrik. Gesell-schafts-reise	Urein-wohner Italiens	
				Kinder-buch- u. Fernseh-figur	9	Leber-sekret		Kurzform von Assistent	Tunke		
früherer brasil. Fußball-star	vorher, früher		bar-gehdlos Riesen-hirsch		5		Auffor-derung, etwas zu nehmen	anstelle Finger-reif			
kurz für Elektri-zitäts-werk					Vorname d. Schau-spielers Schweiger	römischer Kaiser (54–68)			Empfeh-lung	1	Berliner Männer-spitz-name
Gras-stängel				India-nerzelt			Staat in Vorder-asien				
dt. Schau-spieler (Axel)		frühere Computermesse in Hannover					Dach-zimmer				8
				7	Kleb-stoff						

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Schicken Sie die Lösung des Collegial-Kreuzworträtsels bis zum 26. Mai 2021 an folgende Adresse:

Coloplast GmbH, Redaktion Collegial, Postfach 70 03 40, 22003 Hamburg

oder mit dem nebenstehenden Fax oder per E-Mail an: collegial@coloplast.com

Unter allen richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Angehörige der Coloplast GmbH und der mk Medienmanufaktur GmbH dürfen nicht teilnehmen. Der Empfang des Gewinns bedingt die Genehmigung des Dienstherrn. Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter www.coloplast.de/datenschutz.

EISKRYSTALL lautete die Lösung des Rätsels der Ausgabe Nr. 118.

Aufgrund der Corona-Pandemie vergibt die Collegial Redaktion 5x ein Stationsfrühstück. Die Gewinner des Rätsels Nr. 117 sind:

- Sarah Schwendt** (Gesundheit Nordhessen Holding AG, Kassel), **Matthias Bochatz** (Klinikum Bremen Nord gGmbH), **Hagen Dommitzsch** (ELBLANDKLINIKEN Stiftung & Co.KG, Meißen), **Sandro Rommer** (Park-Klinik Weissensee GmbH & Co. Betriebs KG, Berlin), **Elisabeth Henschke** (Vitalisklinik Bad Hersfeld GmbH)



Jetzt **kennenlernen!**

Ich interessiere mich für:

das **Kinderpaket Peristeen®**Anale Irrigation

Produktmuster des **SpeediCath® Compact Eve**

CH 10 CH 12 CH 14

ein **Produktmuster** des **Biatain® Silicone**,
Größe 10 x 10 cm (334353)

einen **MS Ratgeber** (IP137)

Lösung des **Gewinnrätsels:**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Meine **Meinung** / Meine **Themenwünsche:**

.....

.....

Absender

Name:

Straße:

Vorname:

PLZ, Ort:

Funktion/Titel:

Telefon:

Klinik/Einrichtung:

E-Mail:

Abteilung/Station:

Nehmen Sie mich bitte in Ihren *Collegial*-Verteiler auf.
(Bitte unterschreiben Sie die unten stehende Datenschutzerklärung!)

Firmenanschrift:

Bitte streichen Sie mich aus Ihrem Verteiler.

Einwilligung zum Datenschutz:

Hiermit erkläre ich, dass meine vorstehend gemachten Angaben und personenbezogenen Daten (z. B. Name, Adresdaten sowie die Angaben zu den von mir angefragten Leistungen) von der Coloplast GmbH gespeichert, verarbeitet und genutzt werden dürfen, um mich per Post, E-Mail und/oder Telefon (inkl. SMS) sowie per Social-Media-Angeboten zu Werbezwecken über Coloplast-Produkte und -Dienstleistungen zu informieren und mich an allgemeinen medizinischen Informationen teilhaben zu lassen sowie zur Durchführung von Marktforschungsbefragungen zu kontaktieren. Zu diesem Zweck können meine Angaben auch innerhalb der Coloplast-Unternehmensgruppe (auch in Ländern außerhalb der EU) sowie an Dienstleister der Coloplast-Unternehmensgruppe übermittelt werden. Ich erhalte die angefragten Materialien auch dann, wenn ich diese Erklärung nicht abgebe. Mir ist bewusst, dass ich meine Einwilligung künftig jederzeit ganz oder teilweise durch eine an die Coloplast GmbH, Kuehnstraße 75 in 22045 Hamburg, zu richtende Erklärung widerrufen kann. Die Verarbeitung meiner Angaben erfolgt nur, soweit dies zur Erfüllung des jeweiligen Zwecks erforderlich ist. Weitere Informationen über die Verarbeitung und den Schutz meiner Daten erhalte ich über www.coloplast.de/datenschutz.

Ort, Datum

Unterschrift



230N M S002 Z/Coll/Frühjahr 2021

Ihr Kontakt zu Coloplast



Deutschland



Coloplast GmbH
Postfach 70 03 40
22003 Hamburg

Telefon: 040 66 98 07-77
Fax: 040 66 98 07-48

E-Mail:
service@coloplast.com
Internet: www.coloplast.de

Österreich



Coloplast Ges. m.b.H
Thomas-Klestil-Platz 10
1030 Wien

Telefon: 01 707 57 51-0
Fax: 01 707 57 51-30

E-Mail:
at@coloplast.com
Internet: www.coloplast.at

Schweiz



Coloplast AG
Euro Business Center
Blegistrasse 1
6343 Rotkreuz

Telefon: 041 799 79 79
Fax: 041 799 79 40

E-Mail:
swissinfo@coloplast.com
Internet: www.coloplast.ch