

Ausgabe Mai 2019

medizin aktuell

**Kantonsspital
Baselland**

Die regionale Gesundheitsinformation
Entstanden in Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Baselland



Wir sind für Sie da

**Kantonsspital
Baselland**



Editorial

Wie steht es um Ihre Gesundheitskompetenz? Also Ihre Fähigkeit, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Verstehen Sie Ihren Arzt und können Sie Ihre Krankheitssymptome richtig einordnen? Wissen Sie, wann Sie mit Kopfschmerzen einen Arzt aufsuchen sollten, erkennen Sie die Symptome eines Herzinfarkts oder ist Ihnen bewusst, wie wichtig eine ausreichende Kalziumzufuhr für die Knochen ist? In der Schweiz verfügt jede zehnte Person über eine ausgezeichnete Gesundheitskompetenz, wie eine Studie des Bundesamts für Gesundheit vor einigen Jahren ergeben hat. Bei etwas mehr als einem Drittel ist sie ausreichend, bei 45 Prozent aber problematisch und bei 9 Prozent unzureichend. Die Baselbieter Bevölkerung klar und verständlich über medizinische Themen, Gesundheit und Prävention zu informieren, ist das Ziel dieses Magazins. Eine weitere Informationsquelle sind die öffentlichen Vorträge, die das Kantonsspital Baselland regelmässig organisiert und an denen Ärzte und Fachpersonen über die vielfältigsten Themen und moderne Behandlungsmethoden referieren. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine aufklärende Lektüre.

Kerstin Wälti, Chefredaktorin

Kantonsspital Baselland



Liestal



Bruderholz



Laufen

Inhalt

Männer um die 50: Vorsorge tut der Gesundheit gut	3
Die Lunge, eines unserer leistungsstärksten Organe	7
Asthma ist zwar nicht heilbar, aber gut therapierbar	8
Osteoporose: Abbauprozess frühzeitig erkennen und behandeln	10
Judit Fancsovics Szekelyne: Autorin und Pflegefachfrau in der Dialyse	12
Die Frauenklinik Baselland begleitet Jugendliche und Frauen in allen gynäkologischen Bereichen	14
Leistenbruch: moderne und schonende Operationsverfahren	16
Kopfschmerzen – viele Ursachen, viele Behandlungsmöglichkeiten	18
«Darmtag 2.0 – vernetzt!»: Informationsanlass für die Bevölkerung	20
Das Spital am Standort Laufen wird 150 Jahre alt	22
Kantonsspital Baselland: wie weiter?	24
Vorträge rund um die Gesundheit	24

Impressum: Das Magazin «medizin aktuell» entsteht in Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Baselland (KSBL).

Auflage: 142 000 Exemplare

Herausgeber: Kummer + Partner GmbH, kommunikationsmanagement+medien, Aarbergstrasse 64, 3250 Lyss, Tel. 032 373 30 30, info@kplus.ch, www.kummerundpartner.ch

Redaktion und Gestaltung: Kummer + Partner GmbH, Kerstin Wälti (Leitung), Bernhard Kummer, Rolf Gerber (Grafik)

Produktion: Merkur Druck AG, Langenthal

Korrektorat: rubmedia AG, Wabern

Spedition: DMB Direct Mail Biel Bienne AG, Biel

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



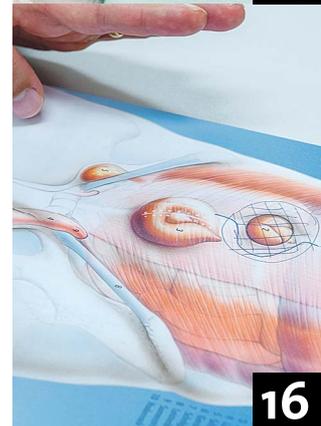
3



8



14



16



Männergesundheit

Was Männer über 50 beschäftigt

«Lebensmitte» oder «Midlife Crisis» – für viele Männer ist die Zeit um das 50. Lebensjahr eine Zeit, in der sie zurückschauen und Bilanz ziehen, sich gleichzeitig aber auch mehr Gedanken um die eigene Gesundheit machen.

Ab einem gewissen Alter treten Themen wie Erektionsstörungen, Blasen Schwäche oder Prostataveränderungen zunehmend in den Vordergrund. Prostatakrebs, Darmkrebs oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu den häufigsten Erkrankungen bei Männern – dementsprechend wichtig werden Vorsorgeuntersuchungen. Wir werfen einen Blick auf einige der Themen, die Männer um die 50 beschäftigt.

Testosteronmangel

Nachlassende Leistungsfähigkeit und Potenz, Antriebsschwäche – immer wieder werden die Wechseljahre des Mannes mit einem Mangel an Testosteron in Verbindung gebracht. Vor einigen Jahren ist im angesehenen medizinischen Fachblatt «New England Journal of Medicine» aber eine Studie erschienen, die die Wechseljahre des Mannes in den Bereich der Mythen befördert. Die Studie zeigt, dass die über 32 möglichen Beschwerden, welche immer wieder auf niedrige Testosteronwerte zurückgeführt wur-

den, kaum etwas mit dem Hormonhaushalt zu tun haben. Sicher ist nur, dass sich der Hormonhaushalt des Mannes mit dem Alter verändert, welchen Einfluss dieser aber tatsächlich hat, bleibt umstritten.

Erektionsstörungen

Mit fortschreitendem Alter steigt der Anteil der Männer mit einer Erektionsstörung. Gemäss einer deutschen Studie leiden bei den 50- bis 59-Jährigen rund 16 Prozent und bei den 70- bis 79-Jährigen 54 Pro-

«Vorsorgeuntersuchungen werden ab einem gewissen Alter immer wichtiger.»

zent daran. Bei rund 66 Prozent der Männer hat die Störung organische Ursachen. Die Gründe dafür sind vielseitig und können auch psychische Faktoren beinhalten. Die häufigsten rein körperlichen Ursachen sind Herz- und Gefässerkrankungen und Diabetes mellitus. Auch hormonelle Störungen sowie Folgen von Bestrahlungen und Operationen im Beckenbereich können ausschlaggebend sein, ebenso können Medikamente, Nikotin, Alkohol, Drogen oder Stress und Angst Erektionsstörungen herbeiführen. Bei Problemen gilt es, zuerst

individuelle Risikofaktoren zu reduzieren. Bei anhaltenden Beschwerden ist es empfehlenswert, den Hausarzt oder Urologen zu kontaktieren, um allenfalls eine zugrunde liegende Erkrankung auszuschliessen. Allenfalls gibt es Medikamente, mit denen das Problem angegangen werden kann. Von im Internet bestellbaren «Potenzpillen» ist auf jeden Fall abzuraten.

Blasenschwäche

Wenn auch eher bei Frauen bekannt, so leidet schätzungsweise jeder zehnte Mann irgendwann in seinem Leben an Blasenschwäche (Harninkontinenz). Die Ursachen sind vielseitig. Der wohl häufigste Grund eines unwillkürlichen Harnverlusts ist eine Vergrösserung der Prostata. Aber auch eine Instabilität des Blasenmuskels, Infektionen der Harnwege (Blasenentzündung), Tumore der Harnblase oder der ableitenden Harnwege, multiple Sklerose, Hirntumore, Demenzerkrankungen, Folgen eines Schlaganfalls, Parkinson, Blasen- oder Harnwegsteine sind mögliche Ursachen. Zudem können verschiedene Medikamente sowie Alkohol die Blasenschwäche verstärken.

Veränderung der Prostata

Etwa die Hälfte aller Männer über 50 Jahren hat eine vergrösserte Prostata. Ab 60 Jahren steigt die Rate auf 70 bis 80 Prozent an. Eine allein vergrösser-



te Prostata stellt keine Krankheit oder Vorstufe von Krebs dar. Die Zunahme der Grösse geschieht im Rahmen des natürlichen Alterungsprozesses. Bei etwa der Hälfte der Männer führt die Vergrösserung jedoch zu einer Verengung der Harnröhre mit Harnabflussstörungen und deutlichen Beschwerden beim Wasserlassen. Nur wenn eine solche Störung vorliegt, muss die Prostatavergrösserung auch behandelt werden. In der Frühphase kann eine konservative Behandlung mit pflanzlichen und muskelentspannenden Medikamenten helfen. Eine kleine Operation, das Aushöhlen der Prostata, wird erst dann nötig, wenn die Medikamente nicht ausreichend wirken.

Auf die Entwicklung von Prostatakrebs hat eine Prostatavergrösserung

keinen Einfluss. In der Schweiz ist Prostatakrebs die mit Abstand häufigste Krebserkrankung. Die Tumore wachsen unterschiedlich schnell. Aggressive Tumore können vor allem bei jungen Patienten innerhalb weniger Jahre zum Tod führen. Langsam wachsende bleiben oft unentdeckt. Typischerweise verursacht der Prostatakrebs im Frühstadium keine Beschwerden. Die Wahl der Behandlungsmethoden – etwa Operation, Strahlentherapie, Chemotherapie, Hormontherapie – hängt von mehreren Faktoren wie Alter, Allgemeinzustand des Patienten, Schwere der Erkrankung sowie Ausdehnung und Aggressivität des Krebses ab. Zu den Früherkennungsmassnahmen von Prostatakrebs zählen zum einen das Abtasten der Prostata und zum an-

deren die Bestimmung des Prostata-spezifischen Antigens (PSA) im Blut. Die PSA-Kontrolle wird bei Männern ab einem Alter von 50 Jahren empfohlen, bei familiärer Vorbelastung (Vater, Bruder) bereits ab dem 45. Lebensjahr. Ein erhöhter PSA-Wert ist jedoch nicht mit einem Prostatakrebs gleichzusetzen. Er bedingt weitere Abklärungen.

In der Urologie am Kantonsspital Baselland werden sämtliche urologischen Erkrankungen behandelt.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Svetozar Subotic
Facharzt Klinik für Urologie FMH
Chefarzt Urologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Klinik für Urologie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 21 72
urologie@ksbl.ch
www.ksbl.ch/urologie



Darmkrebs(vorsorge)

Nur wenige Krebsarten sind so gut heilbar wie Darmkrebs – jedoch nur, wenn dieser rechtzeitig erkannt wird. Daher empfehlen Fachleute, den Dickdarm mit 50 Jahren zum ersten Mal zu untersuchen. Bei der Dickdarmspiegelung wird nicht nur allfälliger Darmkrebs entdeckt, sondern es können auch Polypen, die Vorstufen des Krebses, erkannt werden. Werden diese während der Spiegelung direkt abgetragen,

kann die Krebsentstehung sogar verhindert werden. Dickdarmpolypen und später Dickdarmkrebs machen lange keine Beschwerden. Sobald Symptome auftreten, befindet sich der Krebs meist schon in einem fortgeschrittenen Stadium. Anzeichen können sein: veränderte Stuhlgewohnheiten, Wechsel von Verstopfung und Durchfall, veränderte Stuhlform, häufiger Stuhldrang ohne erfolgreiche Entleerung, Blut im oder am Stuhl, wiederholte,

krampfartige Bauchschmerzen und Symptome wie Leistungsabfall, Müdigkeit und Gewichtsabnahme.

Im zertifizierten Darmkrebszentrum des Kantonsspitals Baselland steht die ganzheitliche Behandlung der Erkrankung im Mittelpunkt.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



PD Dr. med. Emanuel Burri
Facharzt Gastroenterologie und Allgemeine Innere Medizin FMH, Leiter Gastroenterologie
Stv. Leiter Darmkrebszentrum

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Darmkrebszentrum Baselland KSBL Liestal
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 21 50
darmkrebszentrum@ksbl.ch
www.ksbl.ch/dkz



Herzinfarkt

Herzinfarkte sind eine der häufigsten Todesursachen in den Industrienationen und medizinische Notfälle, bei denen die Zeit drängt. Sie können unterschiedlich verlaufen, einige lösen gar keine Beschwerden aus (stiller oder stummer Infarkt), die Mehrheit der Betroffenen verspürt aber starke Schmerzen. Herzinfarkte ereignen sich zwar oft plötzlich, «wie aus heiterem Himmel», doch manchmal gibt es vorher Warnsignale. Heftige Brustschmerzen, Engegefühl, ausstrahlende Schmerzen insbesondere in den linken Arm, aber auch

Bauchschmerzen, Magendruck, Rückenschmerzen oder Schulterblattschmerzen können einen Infarkt ankündigen. Heftige Atemnot, kalte Schweissausbrüche, Blässe, Übelkeit und Erbrechen können ebenfalls Teil des Beschwerdebildes sein. Die meisten Herzinfarkte sind Folgen einer koronaren Herzkrankheit. Diese geht unter anderem auf «verkalkte» Herzkranzgefässe (Arteriosklerose) zurück. Ihre Entstehung beschleunigt sich durch mehrere Risikofaktoren. Dazu zählen erhöhter Blutdruck, Rauchen, Diabetes mellitus, erhöhte Blutfettwerte und die Häufung von

Lungenkrebs

Mögliche erste Anzeichen von Lungenkrebs – auch Bronchialkarzinom oder Lungenkarzinom genannt – können Husten, blutiger Auswurf und Atembeschwerden sein. Diese Anzeichen weisen aber nicht zwingend auf eine Tumorerkrankung hin, denn sie können ebenso zum Beispiel bei einer normalen Erkältung auftreten. Dauert ein Husten länger als drei Wochen, sollte daher ein Hausarzt oder ein Spezialist konsultiert werden. Im fortgeschrittenen Stadium verlieren die Betroffenen häufig innerhalb kurzer Zeit viel Körpergewicht. Ausserdem kann ihnen das Atmen schwerfallen und es kann Fieber auftreten. Lungenkrebs ist in der Schweiz bei Männern die zweithäufigste Krebsart. Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt dabei bei 68,5 Jahren. Zwar können auch Menschen an Lungenkrebs erkranken, die nie geraucht haben, doch der grösste Risikofaktor für die Entstehung eines Bronchialkarzinoms ist das Rauchen: Über



90 Prozent der Männer und rund 60 Prozent der Frauen mit Lungenkrebs haben längere Zeit geraucht. Wer raucht, trägt ein etwa 10- bis 15-mal höheres Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken als Nichtraucher. Je früher Lungenkrebs behandelt wird, desto besser sind auch die Heilungschancen. Vor allem Raucher über 40 Jahre sollten deshalb die ersten möglichen Lungenkrebs-Symptome nicht auf die leichte Schulter nehmen. Im Kantonsspital Baselland arbeiten Spezialisten der verschiedenen Fachrichtungen eng zusam-

Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der Familie.

Das Angebot der Kardiologie des Kantonsspitals Baselland umfasst die erweiterte invasive und nicht-invasive Diagnostik und Behandlung aller Herz-Kreislauf-Erkrankungen im ambulanten sowie im stationären Bereich.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



PD Dr. med. Gregor Leibundgut
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin und
 Kardiologie FMH
 Leiter Kardiologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Medizinische Universitätsklinik, Kardiologie
 Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
 Tel. 061 925 23 65
 kardiologie@ksbl.ch
 www.ksbl.ch/kardiologie

men, um Lungenkrebspatienten kompetent zu behandeln.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Albrecht Breitenbücher (links)
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin und
 Pneumologie FMH
 Leiter Pneumologie



Dr. med. Peter Grendelmeier (rechts)
 Facharzt Allgemeine Innere Medizin,
 Pneumologie und Intensivmedizin FMH
 Designer Leiter Pneumologie

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Medizinische Universitätsklinik, Pneumologie
 Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
 Tel. 061 925 23 64
 pneumologie.liestal@ksbl.ch
 4101 Bruderholz
 Tel. 061 436 21 95
 pneumologie.bruderholz@ksbl.ch
 www.ksbl.ch/pneumologie



Leistenbruch

Der Leistenbruch (Leistenhernie) betrifft Männer deutlich öfter als Frauen. Jeder dritte Mann entwickelt im Laufe seines Lebens einen Leistenbruch. Männer haben im sogenannten Leistenkanal eine grössere Schwachstelle als Frauen in der Bauchdecke. Hier ziehen Versorgungsgefässe und Samenleiter zum Hoden. Wird dieser Kanal weiter, können Teile des Bauchfells und Darms nach aussen dringen. Vom Husten, Holzhacken oder Heben schwerer Lasten allein entsteht eine

solche Hernie jedoch nicht. Einen grossen Einfluss hat die Qualität des Bindegewebes. Der Bruch kann sich mit unterschiedlichen Symptomen bemerkbar machen: Manche ertasten eine Erhebung, haben aber keinerlei Beschwerden. Andere bemerken einen ziehenden Schmerz in der Leiste. Ein Grund für einen Arztbesuch besteht allemal, denn ein Leistenbruch heilt niemals von selbst. Die häufig erwähnte Einklemmung von Darm im Bruch, die einer Notoperation bedarf, ist jedoch zum Glück selten. Die Leis-

tenbruch-Operation ist dennoch einer der häufigsten Eingriffe (siehe auch Artikel auf Seite 16).

Für eine Beratung steht der Hausarzt oder ein Experte des KSBL gerne bereit.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



Dr. med. Dietmar Eucker
Facharzt Chirurgie
Leiter Hernienzentrum Bruderholz

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Klinik für Chirurgie
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 22 68
hernien@ksbl.ch, www.ksbl.ch/hernien



Augenkrankheiten

Der Mensch gewöhnt sich an vieles, auch daran, dass er nicht mehr ganz so klar sieht. Bis dies auffällt, dauert es manchmal ein Weilchen. Im Fall des Grauen Stars ist das kein grosses Malheur: Er lässt sich auch in fortgeschrittenem Stadium noch operieren, und die Erfolgsaussichten sind gut. Tückischer sind Augenkrankheiten wie der Grüne Star (Glaukom) und die altersabhängige Makuladegeneration. Hier lässt sich verlorene Sehkraft nicht beziehungsweise nicht sicher wieder zurückgewinnen. Spätestens wenn Sehstörungen auftreten, sollte man zum Augenarzt. Aber auch eine präventive Abklärung ab dem 50. Lebensjahr ist ratsam, um eine Augenerkrankung frühzeitig behandeln zu können. Der

Grüne Star beispielsweise entwickelt sich schleichend und bleibt meist lange unentdeckt. Dabei kommt es wegen eines zu hohen Augendruckes zu einer fortschreitenden Beschädigung des Sehnervs, die bis zur vollständigen Erblindung führen kann. Wenn der Patient einen schwarzen Balken oder eine Gesichtsfeldeinengung selber bemerkt, ist das Glaukom bereits weit fortgeschritten und der Sehnerv schon unwiderrufflich stark beschädigt. Sowohl mit Medikamenten als auch mit Operationen können aber in der Regel ein Fortschreiten der Erkrankung und vollständiges Erblinden verhindert werden. Auch die Makuladegeneration entwickelt sich schleichend. Im Anfangsstadium äussert sie sich durch leicht verschwommenes Sehen

und ganz typisch durch Sehstörungen im zentralen Gesichtsfeld. Betroffene sehen dort eine Art schwarzen Fleck, Bekannte auf der Strasse werden beispielsweise nicht mehr erkannt. Typisch sind auch verzerrte Linien. Schmerzen treten allerdings keine auf. Frühzeitig erkannt kann heute vor allem die feuchte altersabhängige Makuladegeneration mit neu entwickelten Medikamenten behandelt werden.

Das Kantonsspital Baselland bietet in all diesen Fällen eine hochstehende medizinische Versorgung im gesamten Gebiet der Augenheilkunde.

Weitere Auskünfte erteilt gerne



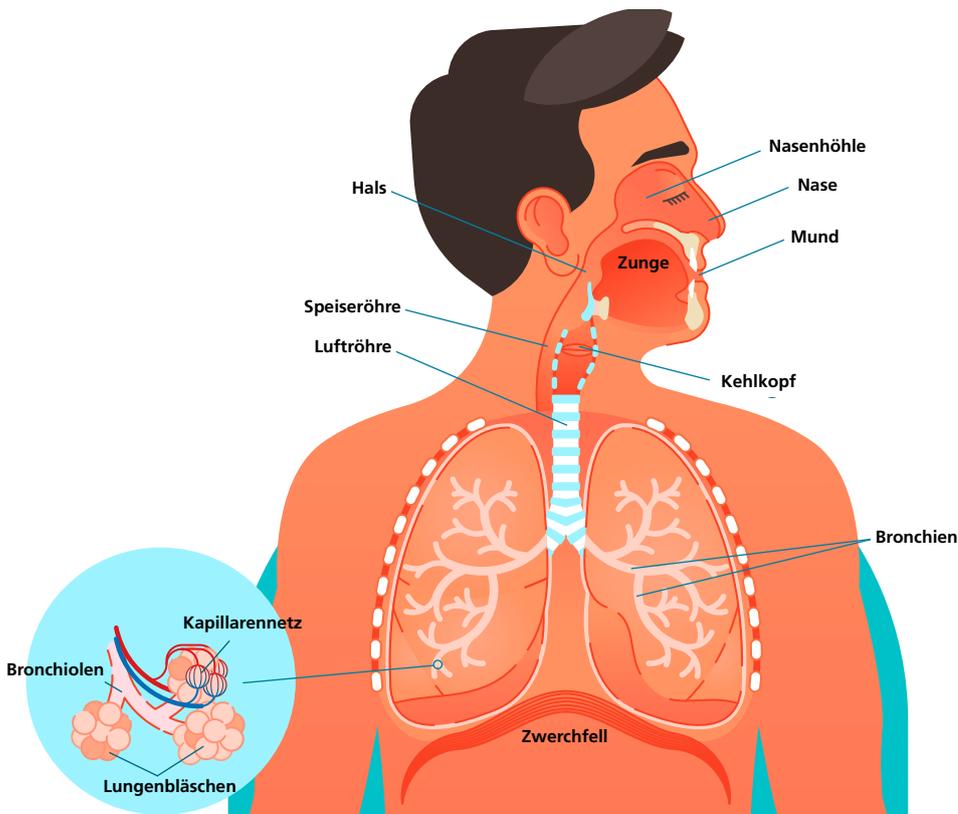
Prof. Dr. med. Christian Prünke
Facharzt Ophthalmologie und
Ophthalmochirurgie
Chefarzt Augenklinik

Kontakt:

Kantonsspital Baselland, Augenklinik
Mühlemattstrasse 24, 4410 Liestal,
Tel. 061 925 25 90
augenklinik@ksbl.ch
www.ksbl.ch/augenklinik

Die Lunge

Zentrales Atmungsorgan



Die Lunge ist verantwortlich für die Aufnahme und Versorgung des Körpers mit Sauerstoff.

Im Brustkorb teilt sich die Luftröhre in einen rechten und einen linken Ast. Beide verzweigen sich in den Lungenflügeln immer weiter in unzählige kleine Äste (Bronchien und Bronchiolen). Die Bronchien dienen nicht nur als Luftverteiler, sondern fangen auch Fremdkörper und Krankheitserreger ab. Dafür produzieren sie einen speziellen, zähflüssigen Schleim. Eingeatmete Partikel und Staub bleiben daran kleben. Ausserdem befinden sich in der Schleimhaut Milliarden kleinster Flimmerhärchen. Sie bewegen sich wie Getreideähren im Wind und befördern den Schleim und Dreck wieder aus der Lunge. Jeder Lungenflügel ist in eine Seite des Brustkorbs eingebettet. Der linke Teil ist etwas kleiner, weil er sich den Platz im Körper mit dem Herzen teilt. Die Lungenflügel gliedern sich in unzählige Lappen und Läppchen. Ein Lungenläppchen besteht wiederum aus vielen luftgefüllten Lungen-

bläschen (Alveolen). Jeder Mensch besitzt etwa 300 Millionen davon. Darin findet der eigentliche Gasaustausch mit dem Blut statt: Sauerstoff wird aus der eingeatmeten Luft ins Blut aufgenommen und Kohlendioxid vom Blut an die Atemwege abgegeben.

Behandlung

Am Kantonsspital Baselland behandeln wir sämtliche Erkrankungen rund um die Lunge, von Asthma bronchiale, chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), Schlafapnoe oder Lungenkrebs bis zu selteneren Erkrankungen (Sarkoidose, Lungenfibrose, usw.). Wir bieten die meisten lungenfunktionellen, endoskopischen und bildgebenden Abklärungen und Therapien sowie alle schlafmedizinischen Untersuchungen und Behandlungen, inkl. eines Schlaflabors, an.
 Kantonsspital Baselland,
www.ksbl.ch/pneumologie

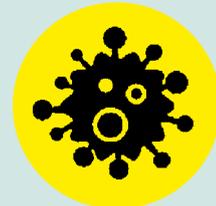
Interessante Zahlen zur Lunge



Die Lunge eines Erwachsenen wiegt ca. 1,3 kg.



Ein Erwachsener nimmt täglich 10000–20000 Liter Luft über die Lunge auf.



Zur Erkältungszeit werden pro Stunde 10000 Bakterien in unser Atemsystem eingeschleust.



Beim Niesen schießt die Luft mit 165 km/h aus der Nase.



Der Weltrekord im Luftanhalten (Feb. 2016) liegt bei 24 Min. 3 Sek. Ein untrainierter Mensch schafft 1–2 Minuten.



Asthma bronchiale Kontrolle über die Krankheit übernehmen

Asthma ist zwar nicht heilbar, aber dank ausgezeichneter Medikamente zum Inhalieren gut behandel- und kontrollierbar. Wichtig ist auch, das Wissen und die Kompetenz der Betroffenen zu steigern, damit sie ihre Krankheit gut im Griff haben.

Die Bronchien sind verengt, das Ein- und Ausatmen fällt schwer. Ein Stein scheint auf der Brust zu liegen, Angst kommt auf, nicht mehr atmen zu können oder gar zu ersticken. Diese Situation kann lebensbedrohlich sein. In der Schweiz ist jedes 10. Kind und jeder 14. Erwachsene von Asthma bronchiale, einer chronischen Entzündung der Atemwege, betroffen – rund 500 000 Menschen. Im Kindesalter ist Asthma gar die häufigste chronische Krankheit. Immer wieder aber wird die Atemwegserkrankung zwischen 35 und 40 Jahren diagnostiziert. Asthma ist wie der Heuschnupfen in den wohlhabenden Industrienationen auf dem Vormarsch. Die Gründe für diese Zunahme sind

nicht ganz klar. Unsere hygienische Lebensweise sowie Umweltfaktoren dürften jedoch eine Rolle spielen.

Auslöser meist in der Luft

Ausgelöst wird die Verengung der Bronchien häufig durch eine Allergie gegen Substanzen in der Umgebungsluft – beispielsweise Blütenpollen, Tierhaare, Schimmelpilzsporen

oder Hausstaubmilben. Aber auch häufige Infekte der oberen Atemwege oder Luftverschmutzung können Asthma auslösen, wie auch Medikamente oder Nahrungsmittel. Generell haben Asthmatiker überempfindliche Bronchien, die einerseits bei Kontakt mit Allergenen reagieren, andererseits aber auch bei vielfältigen Reizen wie kalter

Unterstützt durch eine App



Das Kantonsspital Baselland hat die App «Asthma Tracker» entwickelt. Sie hilft u.a. ein Asthmatagebuch zu führen, Peak-Flow-Werte, Medikamenteneinnahmen und Begleitsymptome aufzuzeichnen. Die Patienten erhalten so einen raschen Überblick über ihre Asthmasituation; die aufgezeichneten Werte können sie auch an den behandelnden Arzt weiterleiten, damit dieser die Behandlung optimieren kann.



Link zur App
«Asthma Tracker»

oder trockener Luft, starken Gerüchen, Tabakrauch, Abgasen, Luftverschmutzung, Stress oder Atemwegsinfektionen. Die gute Nachricht: Wer weiss, welche Faktoren Asthma-Anfälle begünstigen, kann vorbeugen und den Kontakt mit den entsprechenden Reizstoffen vermeiden.

Unterschiedliche Symptome

Typische Anzeichen für Asthma sind Atemnot (häufig anfallsartig), ein pfeifendes Geräusch beim Ausatmen, ein Engegefühl in der Brust und Husten. Diese Symptome treten aber nicht bei allen Asthmatikern auf; gerade Husten und Atemnot können auch andere Ursachen haben. Die Symptome äussern sich zudem unterschiedlich; manche Menschen verspüren nur hin und wieder milde Beschwerden, etwa bei sportlichen Anstrengungen. Andere wiederum ringen trotz regelmässiger Medikamenteneinnahme mehrmals täglich um Luft. Zur Abklärung führt der Hausarzt nebst der körperlichen Untersuchung einen Lungenfunktionstest durch. Ist die Lungenfunktion normal, folgt die Überweisung zum Lungenarzt, der weitere Tests anordnet, bis die Diagnose klar ist.

Trotz Asthma voll im Leben

Asthma kann nicht geheilt, aber sehr gut behandelt werden. Die meisten Betroffenen können ein normales, weitgehend beschwerdefreies Leben führen. Die Behandlung zur Erhaltung der normalen Lungenfunktion basiert auf drei Säulen: Auslöser meiden, Medikamente anwenden und richtiges Verhalten. Bronchien erweitern- und entzündungshemmende Me-

dikamente müssen in der korrekten Dosis angewandt und mit der richtigen Technik inhaliert werden. Das beste Medikament bleibt wirkungslos, wenn es nicht in die Bronchien gelangt. Sprays zur Erweiterung der Bronchien können Betroffene jederzeit und im Notfall inhalieren. Sie sind sehr wirksam und lösen die Atemnot meist innert weniger Minuten auf. Um die Entzündung in den Bronchien auch langfristig in den Griff zu bekommen und damit Dauerschäden zu verhindern, ist unter Umständen die langfristige Verabreichung von Medikamenten nötig; meistens sind

«Gut informierte Patienten können viel dazu beitragen, ihre Krankheit richtig zu managen und ein uneingeschränktes Leben zu führen.»

dies niedrigdosierte Cortisonpräparate. Da diese aber durch das Inhalieren lediglich in die Lunge gelangen, treten keine der befürchteten Cortison-Nebenwirkungen auf.

Das Risiko plötzlicher Asthma-Anfälle lässt sich durch die regelmässige und genügend intensive Behandlung der Entzündung stark vermindern. Während kritischen Phasen – zum Beispiel bei Erkältungen – kann die Inhalationstherapie prophylaktisch intensiviert werden.

Patientenschulung

Wie bei jeder chronischen Krankheit liegt viel Verantwortung bei den Be-

troffenen selbst. Sie tragen durch ihr Verhalten entscheidend zum Therapie-Erfolg bei, müssen sich aber darauf einstellen, dass die Krankheit sie ein Leben lang begleitet. Nebst Wissen über Asthma und ihre Medikamente müssen sie auch praktische Fähigkeiten erlernen, wie die korrekte Inhalationstechnik oder das richtige Einschätzen ihrer Symptome, um die Kontrolle über das Asthma zu erhalten. Mit einem einfachen Lungenfunktions-Messgerät, einem sogenannten Peak-Flow-Meter, können die Betroffenen beispielsweise den Zustand ihrer Bronchien überwachen. Wenn sie gut über ihre Erkrankung informiert sind, können sie in den unterschiedlichsten Alltagssituationen, z.B. beim Sport, bei einer Erkältung oder einer Verschlechterung, angepasst reagieren.

Ärzte stellen für jeden Asthmatiker einen massgeschneiderten Behandlungsplan auf und unterstützen ihn in der Wahrnehmung der Krankheitssymptome und dem Grad der Bronchialverengung. Zusammen mit regelmässigen ärztlichen Beratungen und Kontrollen wird der langfristige Verlauf günstig beeinflusst und kritische Situationen können vermieden werden. Unterstützende Schulungen bietet die Lungenliga an.

(www.lungenliga.ch)

Die Auskunftsperson



Prof. Dr. med. Jörg Leuppi
Facharzt Allgemeine Innere Medizin und
Pneumologie FMH
Chefarzt Medizin

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Medizinische Universitätsklinik, Pneumologie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 23 64
medizin.liestal@ksbl.ch
www.ksbl.ch/pneumologie

Register für schweres Asthma

Mitglieder der Schweizerischen Gesellschaft für Pneumologie haben sich zur «Interessengruppe für Asthma und andere obstruktive Lungenerkrankungen» zusammengeschlossen, um die Diagnostik und Behandlung von Patienten mit schwerem Asthma zu verbessern und die Bevölkerung aufzuklären und zu optimieren. Unter der Leitung von Prof. Dr. med. Jörg Leuppi wird im KSBL ein schweizerisches Register für schweres Asthma aufgebaut, welches die gesundheitliche Entwicklung der Patienten in einer Langzeitstudie genauestens verfolgen wird. Das Register basiert auf dem bereits bestehenden «Deutschen Register für schweres Asthma», in welchem mittlerweile über 1200 Patienten erfasst sind.

An elderly couple is riding bicycles on a paved path in a lush, green park. The man is on the left, wearing a grey t-shirt and blue jeans, and the woman is on the right, wearing a light grey long-sleeved shirt and blue jeans. They are both smiling and looking towards the right. The background is filled with tall trees and bright sunlight filtering through the leaves.

Osteoporose Vitamin D, Kalzium und Bewegung gegen Knochenschwund

Osteoporose ist eine schleichende Erkrankung des Skelettsystems, die bei über 50-Jährigen zu plötzlichen Knochenbrüchen führt. Der Abbauprozess kann mit einer frühzeitigen Behandlung verlangsamt werden.

Unser Skelett befindet sich zeitlebens im Umbau. Sein Zellsystem reagiert auf mechanische Kräfte und zahlreiche hormonelle Einflüsse. Wenn Knochenabbau und -aufbau jedoch nicht mehr im Einklang sind, werden die Knochen porös und instabil. Sie drohen selbst bei geringer Belastung zu brechen. Von einer Osteoporose sind in der Schweiz über eine halbe Million Menschen betroffen. Alle fünf bis sechs Minuten wird eine Person wegen eines Osteoporose bedingten Knochenbruchs stationär aufgenommen.

Mehr Frauen als Männer

Etwa jede vierte Frau und jeder 13. Mann ab dem 50. Lebensjahr erkrankt hierzulande an Osteoporose. Mit zunehmendem Alter ist ein Verlust der Knochenmasse von etwa einem Prozent ein normaler, natürlicher Prozess. Gefährlich wird es, wenn diese Rate überschritten wird. Besonders betroffen sind Frauen: Während und nach den Wechsel-

jahren produziert der Körper immer weniger knochenschützendes Östrogen, und der Abbau von Knochenmasse kann dann bis zu vier Prozent betragen. «Hauptverantwortlich für die Osteoporose ist der Östrogenabfall in der Postmenopause, vor allem in den ersten zehn Jahren nach der Menopause ist der Knochendichteverlust am grössten», sagt Dr. med. Birsen Arici, Fachärztin für Endokri-

«Für Rückenschmerzen oder eine Abnahme der Körpergrösse könnte eine Osteoporose verantwortlich sein.»

nologie und Diabetologie am KSBL. «Bei Männern passiert der Abbau der Knochenmasse trotz Abfall der Sexualhormone normalerweise weniger schnell und dramatisch. Bei ihnen kommt es jedoch häufig im Rahmen einer anderen Erkrankung zu einer sogenannten Sekundär-Osteoporose.»

Eine Reihe von Risikofaktoren

Das Erkrankungsrisiko hängt von verschiedenen Faktoren ab. Wenn mehrere davon zusammenkommen,

ist die Gefahr, an Osteoporose zu erkranken, entsprechend höher. Auch bei Osteoporose dürfte eine genetische Veranlagung eine Rolle spielen. Etliche wichtige Risiken sind aber nicht schicksalsgegeben, sondern absolut beeinflussbar, so zum Beispiel eine Mangel- oder Fehlernährung. Auch Bewegungsmangel und das Rauchen sind vermeidbare Risikofaktoren. Menschen, die sich in jungen Jahren kalziumarm ernähren und sich nur wenig bewegen, bauen weniger Knochenmasse auf und laufen Gefahr, später im Alter an Osteoporose zu erkranken. Ein übermässiger Knochenschwund kann ausserdem auch durch chronische Darmentzündungen, hormonelle Erkrankungen, Nierenleiden, Krebs, Leberfunktionsstörungen, entzündliche rheumatische Erkrankungen oder bestimmte Medikamente auftreten.

Lange keine Symptome

Der Abbau von Knochenmasse an sich verursacht keine Beschwerden. Die Folge ist, dass die Krankheit generell zu spät diagnostiziert wird, häufig erst nach einem verdächtigen Knochenbruch. Umso wichtiger ist es, auf bestimmte Anzeichen wie Rückenschmerzen, eine Buckelbildung oder eine Abnahme der Körper-

grösse um mehr als vier Zentimeter zu achten. Jeder Knochenbruch ohne Unfall oder Gewalteinwirkung ist verdächtig. Am meisten betroffen sind der Oberschenkelknochen nahe dem Hüftgelenk, das Handgelenk oder die Rückenwirbel. Bei fortgeschrittener Osteoporose können bereits ein starker Husten oder das Heben von Lasten den Bruch eines Wirbelkörpers auslösen.

«Leider weiss eine Vielzahl der Betroffenen nichts von ihrer Krankheit», sagt Dr. med. Birsen Arici. «Eine frühzeitige Diagnose und Behandlung können die Krankheit zwar nicht heilen, zumindest aber den Verlauf verlangsamen und so die Lebensqualität verbessern.» Für die Diagnose und Therapie sind eine ärztliche Erhebung der Anamnese inklusive Risikofaktoren, eine körperliche Untersuchung und eine Knochendichtemessung notwendig. Oft kommen noch eine Blutuntersuchung verschiedener Werte und gelegentlich auch noch zusätzliche Bildgebung dazu.

Fachleute arbeiten zusammen

Etwa 60 Prozent der Erkrankten verlieren ihr ursprüngliches Selbstständigkeitsniveau, 20 Prozent derjenigen, die einen Hüftbruch erleiden, werden pflegebedürftig. Prof. Dr. med. Karl Stoffel, Co-Chefarzt und Teamleiter Hüfte und Becken, betont: «Osteo-

porose-Patienten sind internistisch akute Notfälle. Sie müssen rasch diagnostiziert und tiefgehend behandelt werden. Damit keiner der Patienten aus dem Raster fällt, müssen Gynäkologie, Orthopädie, Onkologie, Radiologie, Reha, Physiotherapie und Ernährungstherapie eng zusammenarbeiten. Den Hausärzten kommt eine tragende Rolle zu.»

Mit dem Zentrum für Altersfrakturen Baselland (ZAB) ist das KSBL am Standort Bruderholz bestens gerüstet. Hier werden noch während des stationären Aufenthaltes die Ernährungssituation, die Ursache eines Sturzes sowie eine Osteoporose abgeklärt und die richtige Therapie eingeleitet. «Osteoporose-Patienten, die bereits einen Knochenbruch hatten, haben ein zwei- bis dreifach erhöhtes Risiko für weitere Frakturen. Vor allem bei Oberschenkelhalsbrüchen folgt nach dem Eingriff meistens eine lange Rehabilitationsphase. Die Heilung des Knochens ist das eine. Der Aufbau der Muskelkraft und die Rückkehr in einen selbstständigen Alltag brauchen Zeit und Geduld», sagt Prof. Dr. med. Karl Stoffel.

Verschiedene Therapieoptionen

Die moderne Osteoporose-Behandlung bündelt verschiedene Ansätze. «Kalzium kann die Knochengesundheit zwar fördern, reicht alleine aber

nicht», so Dr. med. Birsen Arici. «Studien zeigen, dass nur rund ein Drittel der Betroffenen richtig behandelt wird.» Eine gute Therapie beinhaltet die Abgabe von Medikamenten, eine Korrektur von Ernährungsdefiziten sowie Massnahmen, die die Mobilität bewahren und Stürze zu vermeiden helfen. Das Behandlungsziel besteht darin, das Fortschreiten der Erkrankung zu verzögern und das Risiko von Knochenbrüchen zu senken. Die Langzeittherapie wird individuell auf die Patienten und das patientenbezogene Frakturrisiko abgestimmt. «Die beste Therapie der Osteoporose ist die Vorbeugung», sagt Dr. med. Birsen Arici.

Testen des persönlichen Osteoporose-Risikos:
www.osteoporose-vorsorge.ch

Die Auskunftspersonen



Dr. med. Birsen Arici
 Fachärztin Allgemeine Innere Medizin,
 Endokrinologie und Diabetologie
 Oberärztin Medizinische Universitätsklinik

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Medizinische Universitätsklinik
 4101 Bruderholz
 Tel. 061 436 27 19
medizin.bruderholz@ksbl.ch
www.ksbl.ch/medizin



Prof. Dr. med. Karl Stoffel
 Facharzt Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates FMH
 Co-Chefarzt Orthopädie,
 Teamleiter Hüfte und Becken

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
 Klinik für Orthopädie und Traumatologie des Bewegungsapparates
 4101 Bruderholz
 Tel. 061 436 27 31
huefte@ksbl.ch, www.ksbl.ch/orthopaedie



Was ist gut für die Knochen?

- *Genügende Kalziumzufuhr (1000 bis 1500 mg/Tag; über Käse, Milch, Milchprodukte, kalziumreiches Mineralwasser, kalziumreiche Gemüsesorten usw. oder ärztlich verschriebene Kalziumtabletten)*
- *Genügende Vitamin-D-Versorgung (Sonnenlicht oder ärztlich verschriebene Vitamin-D-haltige Präparate)*
- *Genügende Eiweisszufuhr (1g/kg Körpergewicht)*
- *Allenfalls Hormonbehandlung*
- *Vermeidung von Risikofaktoren (Rauchen, zu viel Alkohol)*
- *Normales, nicht zu tiefes Körpergewicht (BMI > 20 kg/m²)*
- *Regelmässige sportliche Aktivitäten*



Judit Fancsovics Szekelyne Pflegefachfrau mit Leidenschaft für Poesie

Gleich zwei Berufungen hat Judit Fancsovics Szekelyne gefunden: Am KSBL in Liestal verhilft sie nierenkranken Patienten zu mehr Lebensqualität. Privat erfreut sie mit Gedichten und Büchern viele ungarische Kinderherzen.

*Wie kann ein Mohnkuchen
 nur so einfach verschwinden?
 Hat jemand all den Mut zusammen-
 genommen, um ihn so heimlich zu
 verschlingen?
 Hätt' ich ihn versteckt,
 hätt' ich jetzt kein Pech.
 Vermutlich ein Kuchen-Elf
 ist der freche Täter.
 Wenn ich ihn einmal kriege,
 bereut er es später noch.
 Mein kleiner Bruder kommt,
 lächelt mich süss an...
 Apropos: An seinen Zähnen
 sind Mohnkörner dran.
 (übersetzt aus dem Ungarischen)*

In ihrem Heimatland Ungarn ist Judit Fancsovics Szekelyne eine bekannte

Autorin von Kindergedichten und -geschichten. Den Lauf genommen hat ihre Passion fürs Schreiben, als sie mit neun Jahren von ihren Eltern einen Band mit Kindergedichten erhielt. «Das war alles andere als Liebe auf den ersten Blick», gesteht sie. «Das Buch fand ich viel zu dick, und mit nur wenig Illustrationen wirkte es überhaupt nicht einladend auf mich.» Der Gedichtband verschwand entsprechend schnell im Regal. Doch irgendwann siegte die Neugier, und die kleine Judit vertiefte sich dermassen in das Buch, dass sie alles andere um sich herum vergass. Zwei Tage, 390 Seiten Text. Sie hatte – erst ohne es zu wissen – ihre Berufung gefunden.

Leseratte und Dichterin

«Die Gedichte hatten eine Melodie, einen Rhythmus, was mich faszinierte. Das kannte ich bis dahin nur vom Musizieren.» Als sie begann, die Verse zu verstehen, wagte sie sich auch an Erwachsenengedichte heran. Die Poesie wurde für Judit,

was Süssigkeiten für andere Kinder sind. Sie verschlang Buch um Buch. Und alsbald ersetzte sie Klavier, Cello und Blockflöte durch Stift und Papier. Judits erste Gedichte handelten von Armut und Krieg. Dabei war ihr eigenes Leben gar nicht düster. «Diese Themen hatten mich damals sehr beschäftigt, obwohl ich selber davon nicht betroffen war.» Es war die Zeit vor der Wende, als Osteuropa sich zu öffnen begann. Ihre Lehrer waren sehr angetan von ihrer Art des Schreibens. Die Mutter eines Schulfreundes schlug jedoch vor, sie solle weniger schwere Themen wählen. «Ich war nicht kritikfähig und war so dermassen enttäuscht, dass ich all meine Gedichtehefte in den Müll schmiss.» Doch der Zorn verzog sich schnell. Judit Fancsovics Szekelyne nahm sich die Kritik zu Herzen und begann, Gedichte für andere zu schreiben, sie zu verschenken. Ihr Umfeld fand sie und ihre Gabe cool. Wer schreibt in so jungen Jahren schon Gedichte? Und so erhielt sie über

Jahre immer wieder Aufträge, sollte für ihre Freundinnen und Freunde zum Beispiel Liebes- oder Geburtstagsgedichte schreiben. Sie tat das unentgeltlich. Ihr Lohn war, anderen eine Freude machen zu können. «Es kam mir schlicht nicht in den Sinn, Geld dafür zu verlangen.»

«Es hat einfach Klick gemacht»

Wo holt man sich so viele Ideen? «Die besten Geistesblitze hatte ich bei alltäglichen Aktivitäten, etwa beim Staubsaugen oder beim Bügeln», erzählt Judit Fancsovcics Szekelyne. «Es hat einfach Klick gemacht.» Später, als Pflegestudentin, bot sie ihre Gedichte mehreren Zeitschriften an, um sich einen Zustupf zu verdienen. Die Verlage waren auf Anhieb begeistert und druckten ihre

Werke regelmässig ab. Als sie dann ihren Ehemann kennenlernte, verlor sie eine Zeit lang komplett das Interesse am Schreiben. Bis 2004 ihr erstes von drei Kindern auf die Welt kam. Ihre Kinder wurden eine Inspirationsquelle und ihre besten Kritiker zugleich. «Der ungarische Komiker Hofi Géza hatte mal gesagt: «Gute Themen liegen auf der Strasse». Bei mir lagen sie im Kinderzimmer.» Nach unzähligen Kindergedichten wollte die heute 40-Jährige dann aber etwas anderes machen, und eine Kindergeschichte geisterte ihr durch den Kopf: die Geschichte

von Coby und Fluffpup, von einem Schulbuben und seinem Hund aus Wolle, den ihm seine Mutter gestrickt hatte, der aber alles andere als ein regungs- und seelenloser Spielzeughund ist. Fluffpup wird lebendig, hat Flausen im Kopf, richtet in der Schule ein Durcheinander an und ist Coby ein treuer Begleiter. Ein ungarischer Verlag hat die ersten Abenteuer der beiden inzwischen auf Ungarisch und Englisch unter ihrem Mädchennamen Szekelyne

«Mitmenschen zu helfen, liegt mir im Blut; das war mir immer schon sehr wichtig.»

veröffentlicht. Weitere sollen folgen. Ausserdem: Eine ungarische Band, die Kindermusik spielt, vertont derzeit einige Gedichte von Judit Szekelyne und bringt diese Ende Jahr auf CD raus.

Auch beruflich angekommen

«Er ist ein liebevolles Wesen, mit einem Herz aus Gold.» So beschreibt Judit Fancsovcics Szekelyne den Wollhund Fluffpup in ihrem Kinderbuch. Diese Herzlichkeit zeichnet auch sie aus – privat und beruflich. Nach verschiedenen Abstechern auf Akutstationen in Ungarn und

Österreich ist sie nun am KSBL in Liestal, wo sie seit sechs Jahren mit ihrer Familie auch wohnt, «endlich angekommen». «Die Schweiz ist international und offen, versucht aber gleichzeitig, ihre Werte zu bewahren. Mir gefällt das sehr.» Ein Schweizer Stellenvermittler hat ihr geholfen, das Richtige zu finden. Die Arbeit als Pflegefachfrau Dialyse («Blutwäsche») war auf sie zugeschnitten. Die Dialyse wird bei Patienten mit eingeschränkter Nierenfunktion (Niereninsuffizienz) eingesetzt. Judit Fancsovcics Szekelyne sieht ihre Patienten dreimal in der Woche. Die «Blutwäsche» dauert jedes Mal vier Stunden. Dadurch, dass sie die Betroffenen so oft und so lange betreut, entwickelt sich in vielen Fällen ein bereichernder Austausch. «Es liegt mir am Herzen, Dialysepatienten eine gute Lebensqualität zu ermöglichen. Mitmenschen zu helfen, liegt mir im Blut; das war mir immer schon sehr wichtig.» Ohne ihren Mann, der sie immer sehr unterstützt habe, hätte sie das alles nie unter einen Hut bringen können, erzählt die Pflegefachfrau und Autorin, die zum Ausgleich zu ihrem Beruf und ihrer grossen Passion als Dichterin und Autorin gerne laufen geht oder Yoga macht. Leider sind ihre Werke im deutschsprachigen Raum nicht erhältlich.

Coby und Fluffpup

«Fluffpup wusste genau, dass er irgendwann erwischt werden würde und seine Streiche ein Ende finden würden. Vorbei wäre es dann mit seinen Streichen, mit dem Essen der Znüni-Snacks der Schülerinnen und Schüler, und vielleicht dürfte er dann auch nicht mehr mit zur Schule... Coby, der arme Junge, musste in seiner Klasse fast täglich in der Ecke stehen, weil sein Wollhund ständig irgendwelche Streiche ausheckte. Und während Coby da stand, hatte Fluffpup den grössten Spass. Er sass zwar auf Cobys Stuhl und konnte die Lehrerin hören, aber so, dass niemand ihn sehen konnte. Er liebte es, zur Schule zu gehen. Sein bevorzugtes Fach war Mathematik, aber er mochte auch Schreiben und Physik. Jeden Morgen sprang er freudig und aufgeregelt in Cobys Tasche und wartete ungeduldig auf die nächste Lernstunde. Es war einfach seine Art...» (Auszug aus dem Kinderbüchlein Coby und Fluffpup).

Die Auskunftsperson



Judit Fancsovcics Szekelyne
Pflegefachfrau Dialyse

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Medizinische Universitätsklinik, Nephrologie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 28 94
nephrologie.liestal@ksbl.ch
www.ksbl.ch/nephrologie



Frauenklinik Baselland «Baby freundlich» und mehr

Die Qualität in der Geburtshilfe und in der ambulanten Nachsorge trägt zu einem optimalen Lebensstart von Neugeborenen bei. Doch die Frauenklinik Baselland ist mehr als «nur» eine Geburtsklinik – sie deckt das gesamte Spektrum der Gynäkologie und Geburtshilfe ab.

Eine gute Qualität bei der Begleitung, Beratung und Betreuung rund um die Geburt wirkt sich positiv auf die Mutter-Kind-Beziehung aus. Ausserdem stärkt diese die physische und psychische Gesundheit von Mutter, Neugeborenem und ihren Familien. Dazu gehört der sofortige Hautkontakt zwischen Mutter und Baby nach der Geburt, die Unterstützung beim Stillen sowie die permanente Beratung.

Mit UNO-Gütesiegel

Die Frauenklinik des Kantonsspitals Baselland, Liestal, ist ein «Baby Freundliches Spital» und wurde 2018 als solches rezertifiziert. Dieses Qualitätslabel wurde 1992 von UNICEF und der Weltgesundheitsorganisation WHO lanciert und

bedeutet, dass sich das gesamte Team in der Pflege, Beratung und Begleitung für die Eltern-Kind-Beziehung einsetzt und sich nach den «zehn Schritten zum erfolgreichen Stillen» richtet. Denn gestillte Kinder haben bis ins Erwachsenenalter ein geringeres Risiko für Übergewicht und seine Folgekrankheiten, für Infektionskrankheiten, insbesondere Mittelohrentzündung und Magen-Darm-Infektionen, für den plötzlichen Kindstod sowie für allergische Erkrankungen. Stillen ist auch für die Mutter gesundheitsfördernd und senkt das Risiko für Brust- und Eierstockkrebs sowie Diabetes.

Augenmerk auf der Familie

Das Wohlergehen der jungen Familie ist besonders wichtig. «Unser Angebot ist einzigartig», sagt Dr. med. Brigitte Frey Tirri, Chefärztin in der Frauenklinik. «Wir haben weniger Geburten als andere Spitäler der Region. Dadurch haben wir mehr Zeit, um auf die junge Familie einzugehen und individuelle Geburtshilfe anzubieten. So bleiben Mutter und Kind in den ersten zwei bis vier Stunden nach der Geburt zusammen, selbst nach einem Kaiserschnitt. Das ist ein sicherer Start ins Leben und fördert das Selbstvertrauen der Neugeborenen.» Seit dem 1. März bietet die

Wochenbett «Plus»

Zusatzangebot der Frauenklinik in modernen Zimmern, die als Einzel- oder Familienzimmer nutzbar sind (mit Zusatzbett für Vater inkl. kostenloser Übernachtung und Verpflegung): Zu diesem Angebot gehört eine süsse Begrüssungsüberraschung, eine manuelle Lymphdrainage für die Brust, ein Gutschein für ein professionelles Baby-Fotoshooting, freie Menüwahl der Privatabteilung (Frühstück, Mittag- und Abendessen), ein Verwöhn-Abendessen während des Aufenthalts, Kaffee und Tee im Zimmer, Gratisparkplatz für die Begleitperson, Tageszeitung und ein Geschenk fürs Baby (hochwertiges Kinderbesteck-Set). Die Kosten für das Wochenbett «Plus» werden von der Krankenkasse nicht übernommen. Das Angebot eignet sich aber hervorragend als Geschenk.



Frauenklinik drei schön eingerichtete, moderne, freundliche und helle Zimmer an, die eher an ein Hotel erinnern als an eine Klinik. Diese Zimmer können als Einzel- oder Familienzimmer pro Nacht mit einem Aufpreis oder als Wochenbett «Plus» als Pauschale mit Zusatzangebot gebucht werden. Die Zeit nach der Geburt soll für die Mutter und die ganze Familie zum Wohlfühl-Erlebnis werden (siehe Infobox Seite 14). Dieses Angebot muss aber zusätzlich gebucht und bezahlt werden. Die Chefärztin sagt dazu: «Das Ereignis der Geburt soll für junge Familien etwas Besonders sein, das sie auch feiern können. Wir bieten ihnen drei schön eingerichtete, moderne, freundliche und helle Zimmer an, die eher an ein Hotel erinnern als an eine Klinik. Dieses Komplettangebot mit Wohlfühlfaktor eignet sich hervorragend als Geschenk.»

Breites Spektrum

Die Frauenklinik ist jedoch viel mehr als eine Geburtsklinik. Am Standort Liestal gelegen, deckt sie das gesamte Spektrum der Gynäkologie und Geburtshilfe ab – und das in 20 Sprachen (dies dank den mehrsprachigen Mitarbeitenden). Zum Angebot gehört unter anderem die Verhütungsberatung im Allgemeinen, aber auch in komplexen Fällen (z.B. bei Frauen mit starkem Übergewicht). Bei sämtlichen frauenspezifischen Krebserkrankungen zeichnet sich die Frauenklinik – auch dank der interdisziplinären Tumorkonferenz – durch ein breites Fachwissen, viel Empathie und eine hohe Qualität aus. Auch Zellveränderungen am Gebärmutterhals, an Schamlippen und Scheide, Blasen- und Beckenbodenbeschwerden oder Endometriose werden in der Frauenklinik einfühlsam und wenn nötig interdisziplinär behandelt. Schwangere werden vom ersten Ultraschall bis zur Geburt beraten und betreut; bei Risikoschwangerschaften oder mütterlichen Begleiterkrankungen werden die entsprechenden Spezialisten beigezogen. Schwangerschaftskontrollen und individuelle Beratungen rund um die Geburt und die Zeit danach erfolgen

Angebote für Jugendliche

Die Frauenklinik bietet Schülerklassen im ganzen Kanton einen halbtägigen Kurs an, klärt diese über Verhütung, Schwangerschaft und Sexuallykrankheiten auf. Sie zeigt den Schülerinnen und Schülern, wie es in einem Untersuchungszimmer aussieht, was alles zu einer Vorsorge gehört und was ein Ultraschall ist. Die vielen Gespräche aus dieser Zusammenarbeit helfen Jugendlichen, mit den für sie manchmal schwierigen Themen souveräner umzugehen. In gynäkologischen Sprechstunden für Jugendliche beantwortet eine erfahrene Frauenärztin zudem Fragen oder führt auf Wunsch eine Untersuchung durch.

neben ärztlichen Kontrollen auch in der Hebammensprechstunde. Kann oder will eine Frau ein Kind nicht austragen, wird sie ohne Vor-

«Wir erfassen die Menschen in ihrer Gesamtheit und beachten auch die seelische Gesundheit.»

urteile beraten. Seit Kurzem gibt es zudem eine Spezialsprechstunde Sexualmedizin, in der Frauen, Männer und Paare in einem intimen, diskreten Rahmen offen über alle Facetten der Sexualität und deren Störungen sowie den damit verbundenen Schwierigkeiten reden können und fachliche Unterstützung erhalten. Informationsanlässe für die Bevölkerung und Schüleranlässe zum Thema Verhütung und Sexualität runden das Angebot ab.

Ganzheitlicher Ansatz

«Unsere Methoden und Einrichtungen sind fortschrittlich und innovativ», sagt Dr. med. Brigitte Frey Tirri. «Wir erfassen die Menschen in ihrer Gesamtheit, beachten nicht nur ihren organischen Zustand, sondern auch die seelische Gesundheit. Bei uns spielt moderne Medizin mit menschlicher Atmosphäre zusammen. Vertraulichkeit und Diskretion ist das A

und O. Sowohl im persönlichen Gespräch mit unseren Ärzten als auch in der Hilfsbereitschaft des Pflegepersonals und der Administration spüren unsere Patientinnen unsere Grundwerte: Menschlichkeit, Professionalität und Qualität. Werte, die wir in jeder Begegnung leben.» Sie berät Frauen auch bei der Frage, wie man besser bzw. gesünder alt wird. «Ich wünsche mir, dass sich Frauen jeglichen Alters ernst und wichtig nehmen und für sich einsehen. Beim Thema Hormonerersatz, aber auch mit anderen Lebensfragen im Alter, stehen wir den Frauen gerne objektiv beratend zur Seite.»

Die Auskunftsperson



Dr. med. Brigitte Frey Tirri
Chefärztin Frauenklinik
Fachärztin Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Frauenklinik Baselland
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 22 04
frauenklinik@ksbl.ch
www.ksbl.ch/frauenklinik



Leistenbruch

Heilung bringt nur die Operation

Bei einem Leistenbruch führt in der Regel früher oder später kein Weg an einer Operation vorbei. Moderne Operationsverfahren erlauben, diese heutzutage sehr schonend durchzuführen. Am qualitätszertifizierten Hernienzentrum des KSBL sind Patienten bestens aufgehoben.

Dort, wo der Samenstrang oder das runde Gebärmutterband durch die Bauchdecke der Leistenregion treten, kann eine Lücke entstehen. Ursache ist eine Lockerung des Bindegewebes. Ein solcher Leistenbruch ist das am häufigsten operierte medizinische Problem.

Meist nicht schmerzhaft

Leistenbrüche (Leistenhernien) sind eine Volkskrankheit. Jeder dritte Mann ist im Laufe seines Lebens betroffen, Frauen deutlich seltener. Neben einer erblichen Veranlagung können Übergewicht, Verstopfung,

Prostatavergrößerung, chronischer Husten, Schwangerschaft oder Narben zu einer Schwächung des Gewebes führen. Entgegen landläufiger Meinungen ist körperliche Arbeit oder Sport keine Ursache für eine Hernie. Ein Ziehen oder Schmerzen in der Leistenregion, eine plötzliche «Beule», die sich nach innen drücken lässt oder ein lokales Fremdkörpergefühl können auf einen Bruch hindeuten. Wenn dieser bis zum Hodensack reicht, kann auch an dieser Stelle eine Schwellung auffallen. «In den allermeisten Fällen sucht der Patient zuerst den Hausarzt auf, der dann den Leistenbruch diagnostiziert», sagt Prof. Dr. med. Robert Rosenberg, Chefarzt am KSBL, dem aktuell grössten zertifizierten Hernienzentrum der Nordwestschweiz (siehe Infobox). Eine Hernie, die keine Beschwerden und Schmerzen verursacht, muss nicht operiert werden. Das Risiko, dass der Bruch einklemmt, ist sehr gering. «In die-

sen Fällen kann eine Operation aufgeschoben werden. Früher oder später, sobald Beschwerden auftreten, ist die Operation der einzige Weg zur Heilung», so der Spezialist Dr. Dietmar Eucker, Leitender Arzt und Facharzt Chirurgie am Hernienzentrum. Zur Diagnose genügt meistens eine körperliche Untersuchung oder der Ultraschall.

Eingriff mit Kamera

Mit einem Eingriff soll die Schwachstelle in der Bauchwand sicher verstärkt werden. Früher wurde der Leistenbruch über einen Schnitt in der Leiste doppelt und dreifach und ohne Netz vernäht. Die dabei entstandenen Narben waren jedoch Schwachstellen, die später zu einem erneuten Bruch führen konnten. Später kamen Kunststoffnetze zum Einsatz. Die ersten Generationen waren jedoch den speziellen Anforderungen noch nicht angepasst, was zu chronischen Schmerzen führen

konnte. Heute wird am KSBL, wenn immer möglich, minimalinvasiv operiert, also mit kleinstmöglichen Verletzungen von Gewebe. Mittels drei minimalen Hautschnitten wird mithilfe einer Videokamera von innen durch die Bauchhöhle oder durch die Bauchdecke ein Kunststoffnetz eingelegt – eine nicht fühlbare, aber reissfeste «Armierung», die dauerhaft gut vertragen wird und kein Risiko für die Patienten darstellt. Dr. Eucker sagt: «Moderne Netze schliessen den Bruch mithilfe des Bauchinnendrucks und des Gegendrucks der Bauchmuskulatur.» Bei der minimalinvasiven Operation ist allerdings eine kurze Vollnarkose nötig. «Mit dieser Methode können wir bei Bedarf gleichzeitig die gegenüberliegende Seite operieren, sofern sie ebenfalls bereits betroffen ist. Bei einer möglichen offenen Operation müsste man zwei Schnitte vornehmen. Das vermeiden wir, wenn immer möglich.»

Weniger Schmerzen, schnelle Mobilisierung

Der endoskopische, etwa 35 Minuten dauernde Eingriff führt zu weniger Schmerzen. Das Risiko von Komplikationen ist bei entsprechender Erfahrung gering, und wieder-

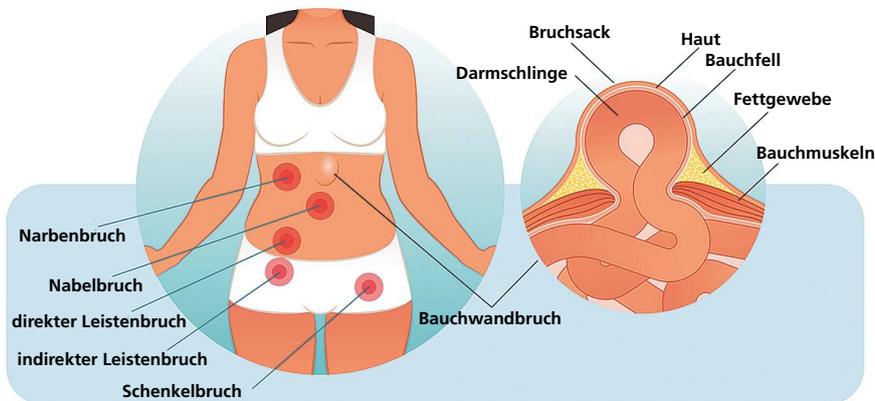
«Wir sind das grösste zertifizierte Hernienzentrum in der Nordwestschweiz und mit über 500 Fällen pro Jahr das achtgrösste der ganzen Schweiz.»

kehrende Leistenbrüche sind selten. Aufgrund einer Vorgabe des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) erfolgt der einseitige Eingriff ambulant, sofern möglich und vertretbar. Beidseitige Eingriffe werden weiterhin auch stationär durchgeführt. Die erste Kontrolle erfolgt meist direkt am nächsten Tag. Die meisten Pa-

tienten berichten danach über ein leichtes Ziehen in der Leiste, ähnlich einem Muskelkater. Es kann auch zu vorübergehenden Schwellungen und kleinen Blutergüssen im Bereich der Geschlechtsorgane kommen. Diese Beschwerden verschwinden in der

Regel nach wenigen Tagen von alleine. Nach dem Eingriff ist das Heben schwerer Lasten und Sportarten mit ruckartigen Bewegungen drei Wochen lang zu vermeiden. «Die Nachbehandlung hat sich grundlegend verändert», sagt Prof. Dr. med. Rosenberg. «Früher war man lange zuhause, heute sind die Patienten sofort danach mobil und innerhalb von ein-

bis zwei Wochen wieder arbeitsfähig. Alles, das keine Schmerzen bereitet, ist erlaubt.» Die Verlaufskontrolle erfolgt beim Hausarzt. «Wir bleiben jedoch immer ansprechbar und erkundigen uns spätestens nach einem Jahr über den Erfolg der Operation. Diese Ergebnisse sind für uns sehr wichtig», so Dr. Eucker.



Die Auskunftspersonen



Prof. Dr. med. Robert Rosenberg FACS
Facharzt Chirurgie FMH
Chefarzt Klinik für Chirurgie



Dr. med. Dietmar Eucker
Facharzt Chirurgie
Leiter Hernienzentrum Bruderholz

Zertifiziertes Hernienzentrum

Am KSBL Liestal und Bruderholz (seit 2015, damals landesweit einmalig) trägt das Hernienzentrum das Zertifikat der Deutschen Gesellschaft für Allgemein- und Viszeralchirurgie DGAV. «Wir sind das grösste zertifizierte Hernienzentrum in der Nordwestschweiz und mit über 500 Fällen pro Jahr das achtgrösste der ganzen Schweiz», sagt Prof. Dr. med. Robert Rosenberg. «Die hohe Fallzahl korreliert mit der Qualität. Mit der Zertifizierung und den damit verbundenen, obligatorischen Patientenbefragungen können wir nachweisen, dass wir im oberen Bereich der Qualitätsskala liegen. Das genaue Auflisten der Operationserfolge, aber auch der Probleme, ist Pflicht und gibt uns die Möglichkeit, uns mit anderen Spitälern zu vergleichen. Wir sind stolz darauf, das Zertifikat zu besitzen. Unser Standard geht über das Normale hinaus. Wir wenden neueste Operationstechniken an und sind wissenschaftlich auf dem aktuellsten Stand. Bei uns wurde beispielsweise ein neuer Verschluss von grossen Bauchdecken-Brüchen entwickelt.» Das Angebot umfasst zudem auch Narben-, Schenkel-, Nabel- und Bauchwandbrüche.

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Klinik für Chirurgie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 27 20
hernien@ksbl.ch
www.ksbl.ch/hernien



Kopfw Ein Schmerz mit vielen Gesichtern

Es gibt rund 200 verschiedene Arten von Kopfw. Am häufigsten sind die Spannungskopfschmerzen, auch Migräne ist weitverbreitet. In vielen Fällen lassen sich die Schmerzen gut behandeln.

Über 80 Prozent der Bevölkerung leiden im Verlaufe ihres Lebens unter Kopfschmerzen. Je nach Ursache treten die Schmerzen manchmal nur in bestimmten Bereichen auf, in anderen Fällen ist der gesamte Kopf betroffen. Die Schmerzen können so stark sein, dass dem Patienten schlecht wird und er sich sogar übergeben muss. Sie können auch von Lichtempfindlichkeit oder Sehstörungen begleitet werden.

Ursachen von Kopfschmerzen

Mediziner unterscheiden zwischen primären Kopfschmerzen, welche ohne Begleiterkrankungen entstehen, und sekundären Kopfschmerzen, welche Folge anderer Erkrankungen, wie Infekte, Entzündungen oder gar Tumore sind. Die häufigsten primären Kopfschmerzformen sind die Spannungskopfschmerzen, welche vier von fünf Personen kennen, und die Migräne, die über 10 Prozent der Bevölkerung betrifft. Bei Stress, seelischer Belastung, zu wenig Bewegung oder auch bei einem plötzlichen Wetterwechsel

reagieren die Betroffenen mit Verspannungen, die Kopfschmerzen auslösen können. Zu wenig Schlaf, Flüssigkeitsmangel, Lärm sowie individuelle Triggerfaktoren bei Migräne wie Käse oder Rotwein können den gleichen Effekt haben. Bei Frauen, welche rund dreimal häufiger an Migräne leiden, spielen ausserdem Hormonschwankungen eine Rolle. Die eigentliche Ursache vieler primärer Kopfschmerzformen wird noch nicht detailliert verstanden. Die primären Kopfschmerzen werden deshalb heute nach der Art ihrer typischen Beschwerden eingeteilt und die Behandlungen auf diese zugeschnitten.

In etwa 10 Prozent der Fälle ist der Kopfschmerz Folge einer anderen körperlichen Ursache, ein sogenannt sekundärer Kopfschmerz. Bei schlechten Zähnen, vereiterten Nasennebenhöhlen oder bei einer Mittelohrentzündung weiten sich die Schmerzen bis in den Kopf aus. Abgenutzte Halswirbel können sich ebenfalls bemerkbar machen. Hirntumore rufen erst dann Kopfschmerzen hervor, wenn sie direkt oder indirekt auf die Hirnhäute drücken. Besonders schwerwiegend sind Kopfschmerzen, die infolge einer bakteriellen oder viralen Hirnhautentzündung auftreten. Kommen zu neuartigen akuten Kopfschmerzen Fieber, Nackenstei-

figkeit und Bewusstseinsstörungen hinzu, ist deshalb unverzüglich ein Arzt aufzusuchen.

Neurologie am KSBL

Die optimale Behandlung von Kopfschmerzen setzt eine klare Diagnosestellung der Kopfschmerzen voraus. Bei über 200 beschriebenen Kopfschmerzformen helfen die Spezialisten der Neurologie des Kantonsspitals Baselland den Patienten dabei, herauszufinden, an welcher Kopfschmerzform diese genau leiden. Durch eine detaillierte Befragung über die Charakteristik des persönlichen Kopfschmerztyps, eine körperliche Untersuchung sowie je nach Situation durch weitere Abklärungen, wie z.B. einer Magnetresonanztomografie, gelangen die Fachärzte zu einer präzisen Diagnose. Ziel ist es dann, den jeweiligen Kopfschmerztyp möglichst schonend und effektiv zu behandeln und auch durch Verhaltensempfehlungen Attacken zu vermeiden. Für die Behandlung steht eine Vielzahl moderner Medikamente zur Verfügung, welche spezifisch als Attackentherapie oder aber auch als vorbeugende Prophylaxe zur Attackenverhinderung eingesetzt werden. Durch eine ideale Kopfschmerztherapie gewinnt der Alltag deutlich an Lebensqualität.

Therapiemassnahmen

Ergänzend zur Schulmedizin helfen vielen Patienten mit Spannungskopfschmerzen alternative Therapieformen. Auch hier hält das KSBL ein breites Angebot bereit.

Physiotherapie

Zu den sekundären Kopfschmerzformen gehört der zervikogene/nackenbedingte Kopfschmerz, der auf eine Störung im Nacken oder in den Kiefergelenken zurückgeht. Verschiedene neuere Studien zeigen, dass dieser Schmerz sowohl mit aktiven Übungen als auch mit gezielten manuellen Mobilisationen kurz- und langfristig positiv beeinflusst werden kann. Bei der physiotherapeutischen Untersuchung wird nach einem Zusammenhang der Nackenschmerzen mit dem Kopfschmerz gesucht. Dabei helfen aktive und passive Beweglichkeitsuntersuchungen des Nackens und des Kiefers. Weiterführend wird mit manualtherapeutischen Untersuchungen des neuromuskuloskeletalen Systems der Halswirbelsäule nach klinischen Zeichen gesucht. Für die Erhöhung der Wahrscheinlichkeit einer korrekten Diagnose wird nach verschiedenen Kriterien gesucht, so beispielsweise auch nach dem Beginn der Symptome im Nacken.

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Gemäss der TCM entstehen Schmerzen, wenn die Meridianbahnen aufgrund von inneren Blockaden nicht «durchgängig» sind und Störungen des Qi (Lebensenergie) bestehen. «Bei der TCM werden nicht nur die Symptome behandelt, sondern auch nach der genauen Ursache dafür gesucht; diese Behandlungsmethode ist ohne Nebenwirkungen», sagt Dr. Ying Li. Zur Diagnose von Kopfschmerzen werden die Schmerzqualität, die genaue Lokalisation, die Tageszeit, an denen die Schmerzen auftreten, die Art des Auftretens und die Begleitumstände ermittelt. Bei Kopfschmerzen haben sich Akupunktur-Behandlungen bewährt. Dabei werden je nach Lokalisation der Schmerzen Punkte ausgewählt, die entlang der entsprechenden Meridi-

Migräne

Von Migräne spricht man, wenn die Kopfschmerzen anfallsartig auftreten und unbehandelt zwischen 4 und 72 Stunden anhalten. Migränekopfschmerzen sind typischerweise halbseitige, pulsierende, heftige Kopfschmerzen. Oft sind sie mit Übelkeit oder Erbrechen, Licht- und Lärmüberempfindlichkeit und eingeschränkter Leistungsfähigkeit verbunden. Ein Teil der Migränepatienten erlebt in Zusammenhang mit den Attacken auch Sehstörungen. Die Behandlungsmöglichkeiten für die Migräne haben sich in den letzten Jahren deutlich verbessert. Auch für schwer betroffene Patienten stehen heute moderne Therapien zur Verfügung.

ane verlaufen, um die Blockaden zu lösen. Auch chinesische Arzneimittel aus Kräutern erzielen gute Erfolge.

Schmerztherapie

In der Klinik für Schmerztherapie werden die Patienten von einem in-

«Durch eine ideale Kopfschmerztherapie gewinnt der Alltag deutlich an Lebensqualität.»

terdisziplinären Team betreut und begleitet. Die Klinik für Schmerztherapie des Kantonsspitals Baselland ist in verschiedener Hinsicht einmalig, weil vom ersten Moment an die physische und die psychische Betreuung parallel einsetzen. Es gibt zahlreiche Methoden, Schmerzen zu lindern, zu bewältigen oder mit ihnen einen Umgang zu finden. Neu ist aber, dass in einer Klinik während der ganzen Behandlung Therapien für Körper und Seele aufeinander abgestimmt werden.

Die Auskunftsperson



PD Dr. med. et phil. David Winkler
Facharzt Neurologie FMH
Leitender Arzt, Leiter Neurologie KSBL

Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Medizinische Universitätsklinik, Neurologie
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 37 00
neurologie.liestal@ksbl.ch
www.ksbl.ch/neurologie

Zum Einsatz kommen unter anderem manualtherapeutische, neuraltherapeutische sowie operative Methoden wie Biofeedback. Sofern es Veränderungen im Bereich der Wirbelsäule gibt, die als potenzielle Verursacher für die Beschwerden infrage kommen, kann der Schmerz auch durch eine gezielte Infiltration im Bereich der Austrittsstellen der Nerven oder durch die Anwendung von Radiofrequenz behandelt werden. Als letzte Option wird die Implantation eines Neurostimulators in Betracht gezogen.

Weitere Auskünfte erteilen gerne

Schmerztherapie

Dr. med. Bijan Cheikh-Sarraf
Chefarzt Schmerztherapie
Kantonsspital Baselland, Laufen
Tel. 061 400 85 85
www.ksbl.ch/schmerztherapie

Physiotherapie

Jürg Hauswirth
Physiotherapeut PT MAS msk OMPT
Kantonsspital Baselland, Bruderholz
Tel. 061 436 23 44
www.ksbl.ch/physiotherapie

Komplementärmedizin Bruderholz

Dr. med. Ping Su Spähni
TCM/Akupunktur
Kantonsspital Baselland, Bruderholz
Tel. 061 436 21 84

Komplementärmedizin Laufen

Dr. med. Nicole Hochuli-Bugmann
Akupunktur-TCM (ASA)
Kantonsspital Baselland, Laufen
Tel. 061 400 85 85
Dr. tcm Ying Li
TCM-Bereichsleiterin, TCM Laufental
Tel. 061 400 84 52

www.ksbl.ch/komplementaermedizin



Bauchzentrum Baselland

Darmtag 2.0 – vernetzt!

Am Samstag, 22. Juni, öffnet das Kantonsspital Baselland in Liestal seine Türen. Die Bevölkerung hat die Möglichkeit, vieles über Darmgesundheit zu lernen, sich aber auch kompetent über Darmkrebsvorsorge, Darmerkrankungen und viele weitere Themen zu informieren.

Der Darm ist eines unserer wichtigsten Organe und wird doch oft vernachlässigt oder kaum beachtet. Seine Hauptaufgabe, die Verarbeitung und Verwertung der Nährstoffe, erledigt ein gesunder Darm für uns kaum spürbar, doch er spielt für unseren Körper eine entscheidende Rolle. Denn nicht nur für die Verdauung ist unser Darm von entscheidender Bedeutung. Auch unser Immunsystem, unsere Emotionen und unsere Psyche werden von unserem Darm unterstützt. Ist also dieses Organ nicht gesund, hat das Auswirkungen auf unseren gesamten Organismus und auf unser Wohlbefinden.

Patienten mit einer bösartigen Darmerkrankung leiden besonders und benötigen darum eine umfassende Betreuung und Behandlung durch Experten verschiedener Disziplinen. Um höchsten Ansprüchen gerecht zu werden, existiert im Kantonsspital Baselland das fachübergreifende spezialisierte Team des zertifizierten Darmkrebszentrums, das sich mit grosser Erfahrung um die optimale Behandlung der Patienten kümmert.

«Unser Darm beeinflusst unseren gesamten Organismus, auch unser Immunsystem, unsere Psyche und unsere Emotionen.»

Am Darmkrebszentrum Baselland KSBL Liestal arbeiten wir kontinuierlich an der Weiterentwicklung und Verbesserung effektiver und scho-

nender Behandlungskonzepte. Wir betreuen und begleiten Patienten in allen Phasen der Erkrankung. Alle Fälle werden in unserer interdisziplinären Tumorkonferenz diskutiert, um gemeinsam die besten und erfolgversprechendsten Therapien zu finden.

Auch Patienten mit gutartigen Darmerkrankungen oder -beschwerden werden bei uns jederzeit bestens betreut und in unser regional vernetztes Angebot eingebunden.

Genau diese Vernetzung und die verschiedenen ganzheitlichen und alternativmedizinischen Angebote und Möglichkeiten wollen wir Ihnen an diesem Informationstag näherbringen. Das Netzwerk «Gesundheit Und Soziales OberBaselbiet» wird mit eigener Vortragsreihe und Informationsständen in diesem Rahmen seinen Jahresanlass halten.

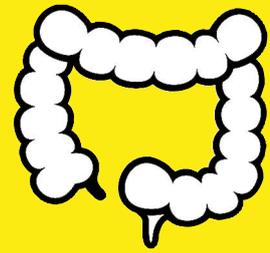
Detailprogramm
www.ksbl.ch/darmtag

Öffentlicher Informationstag

Samstag, 22. Juni 2019

10.00-16.00 Uhr

Kantonsspital Baselland, Liestal



Es gibt viel zu sehen, zu hören und zu entdecken. Kommen Sie am Samstag, 22. Juni 2019, in Liestal vorbei und informieren Sie sich rund ums Thema Darm.

Netzwerk-Leben, GUSOBB

Jahresveranstaltung des Netzwerkes Gesundheit Und Soziales OberBaselbiet. Workshops und Vorträge in der Aula Feldsäge «Der Verein «Gesundheit und Soziales Oberbaselbiet» hat sich zum Ziel gesetzt, mittels einer elektronischen Plattform und der Organisation von Netzwerkveranstaltungen die Zusammenarbeit im Gesundheits- und Sozialbereich im Oberbaselbiet zu fördern und damit die ganzheitliche Versorgung ins Zentrum zu stellen. Zusätzlich kann man sich aus erster Hand über das aktuelle lokale Angebot im Oberbaselbiet informieren.»

www.gesundheitsnetz-bl.ch



Begehbares Darmmodell

Entdecken Sie auf 20 Metern Länge Europas grösstes begehbare Darmmodell und verschaffen Sie sich einen Eindruck vom Innenleben eines Darms.



Informationsstände

Fachpersonen aus den Bereichen Chirurgie, Gastroenterologie, Onko-

logie, Ernährungsberatung, Physiotherapie, Pflege, Psychoonkologie, Pathologie, Radiologie, Hygiene, Stomaberatung, Schmerztherapie, und viele mehr geben Ihnen gerne Auskunft.

Themen unserer Partner

- Aromatherapie
- Spagyrik
- Darmregulation
- Zöliakie
- Gemeinsames Kochen, La Tavolata
- Krebsliga, Spitex, Spitalseelsorge, Landeskirche
- medizinische Hilfsmittel
- Patientennetzwerk «reden über Darmkrebs»
- Rotes Kreuz



Vorträge

Während des ganzen Tages gibt es im Hörsaal und in der Aula Feldsäge viele spannende und informative Vorträge rund ums Thema Darm zu hören. Das Detailprogramm finden Sie auf unserer Internetseite www.ksbl.ch/darntag.



Führungen und Besichtigungen

Sie haben die Möglichkeit, an Führungen im Operationssaal und in den Endoskopieräumen teilzunehmen und den Da-Vinci-Roboter oder

die Endoskopiegeräte aus nächster Nähe zu erleben. Fachpersonen der Chirurgie, Gastroenterologie und Anästhesie informieren über ihre tägliche Arbeit.



Darmkrebs-Selbsttest

Haben Sie ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs? Machen Sie den Selbsttest und erfahren Sie mehr. Unsere Experten stehen gerne zur Verfügung.



Kinderbetreuung

Die Kita Feldsäge bietet in ihren Räumlichkeiten während des ganzen Tages ein spezielles Betreuungs- und Unterhaltungsprogramm für alle kleinen Besucher an. So können die grossen Besucher auch mal in Ruhe einen Vortrag verfolgen.

Anreise

Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird empfohlen. Vom Bahnhof Liestal gelangen Sie in ca. 8-10 Min. zu Fuss zum Spital. Noch schneller geht es mit einem Bus der Linien 78 oder 81. Die Haltestelle befindet sich gegenüber dem Haupteingang an der Rheinstrasse.

Kantonsspital Baselland
Rheinstrasse 26
4410 Liestal



KSBL Baselland, Laufen

Ehemaliges Feningerspital feiert runden Geburtstag

Vor 150 Jahren wurde auf Initiative eines lokalen Arztes das Feningerspital in Laufen gegründet. Die Einrichtung hat in ihrer Geschichte zahlreiche Veränderungen durchgemacht.

Bevor das Städtchen Laufen sein eigenes Spital erhielt, mussten kranke Bürger und Bürgerinnen den beschwerlichen Weg in das knapp 20 Kilometer entfernte Delsberg antreten – dort befand sich das nächstgelegene Spital. Als Joseph Conrad Feninger am 2. Februar 1869 starb, hatte er sowohl seine Frau als auch seine drei Söhne überlebt. Aus diesem Grund vermachte der Mediziner, ehemalige Berner Grossrat und Regierungsstatthalter den Grossteil seines Vermögens dem Amtsbezirk Laufen mit der Auflage, dass sein Haus im Stadtzentrum – das heutige Stadthaus von Laufen – zu einem Spital umgebaut werde. Feninger wollte eine Akutbehandlung moder-

ner Art nach Laufen bringen, wie er sie als Chirurg und Arzt in der napoleonischen Armee in den Feldlazaretten vorgefunden hatte. Er schrieb vor, dass das Spital für die «Kranken beiderlei Geschlechts» bestimmt sei, dass Menschen mit ansteckenden und chronischen Krankheiten von der Behandlung ausgeschlossen sein sollten und dass der anzustellende Arzt ein Chirurg sein sollte.

Von fünf Betten zum Neubau

Im Mai 1872 nahm das Feningerspital im Roggenbach-Haus mit fünf Betten seinen Betrieb auf. Im Jahr 1873 wurden gemäss Jahresbericht des ersten Spitalarztes, Victor Wyss, bereits 48 Patientinnen und Patienten in insgesamt 1423 Pflagetagen betreut. In den nächsten Jahrzehnten wurden im Feningerspital immer mehr Patienten behandelt, das Haus platzte aus allen Nähten. Bereits 1907 tauchten erste Gedanken an einen Neubau auf, doch weil das

Geld fehlte, wurde das Spital vorerst umgebaut und vergrössert; die Verantwortlichen kauften einen Röntgenapparat und richteten eine Gebärdabteilung ein. Am 30. Juni 1931 beschloss der Verwaltungsrat dann einen Neubau an einem «staubfreien, ruhigen, sonnigen Ort» ausserhalb der Altstadt. Privat gestiftetes Geld half dabei, das 4,2 Millionen Franken teure Bauprojekt zu ermöglichen; am 18. Oktober 1953 wurde der Neubau feierlich am heutigen Standort eröffnet.

Wechselndes Angebot

Zu Beginn verfügte das von Architekt Alban Gerster entworfene Gebäude über die Abteilungen Chirurgie und Innere Medizin sowie Geburtshilfe und Gynäkologie. Es bot Platz für 130 Patientinnen und Patienten und 20 Säuglinge. Durch eine stetige Vergrösserung und einige Neubauten konnte das Spital seine Rolle als bedeutende Einrich-



tion für das Laufental und die angrenzenden Gebiete festigen. Der Wechsel des Laufentals vom Kanton Bern zum Kanton Baselland im Jahr 1994 blieb für das Krankenhaus nicht ohne Folgen. Das Feningspital hiess von da an Kantonsspital Laufen, welches 2013 mit den Spitälern Bruderholz und Liestal zum heutigen Kantonsspital Baselland (KSBL) fusionierte. In der Folge wurden Angebote an einzelnen Standorten des KSBL konzentriert und die Geburtenabteilung sowie Chirurgie in Laufen aufgehoben.

Standort Laufen heute

Heute verantwortet das KSBL in Laufen in erster Linie die medizinische Grundversorgung für die Bevölkerung im Bezirk Laufen, im solothurnischen Bezirk Thierstein sowie für weitere angrenzende Gebiete. Dazu gehört auch eine 24-Stunden-Notfallstation. Weitere Schwerpunkte liegen auf der Behandlung von Schmerzkrankungen und in der Rehabilitation. So bietet die Klinik für Schmerztherapie seit 2013 das gesamte Spektrum der stationären multimodalen Schmerztherapie an. Und das Zentrum für Altersfrakturen Baselland führt hier seit Januar 2015 eine Abteilung für Rehabilitation für Patienten, deren Rückkehr nach Hause im Anschluss an einen Spitalaufenthalt durch eingeschränkte Mobilität und Selbstständigkeit noch nicht möglich ist.

Angebot am KSBL Laufen

Am Standort Laufen bieten wir den Patienten eine wohnortnahe, ganzheitliche und professionelle Betreuung an.

ambulantes Sprechstundenangebot

- Chirurgie
- HNO
- Homöopathie
- Memory Clinic
- Medizin: Allg. Innere Medizin, Angiologie, Diabetologie, Gastroenterologie, Kardiologie, Nephrologie, Pneumologie
- Orthopädie
- Schmerztherapie
- Urologie

stationäres Angebot

■ **Klinik für Schmerztherapie**

Wir begleiten Menschen mit akuten, aber auch chronischen Schmerzen und setzen auf das Zusammenspiel verschiedener Therapieformen. In Laufen steht unseren stationären Patienten eine eigene Station mit modernen Einzelzimmern zur Verfügung.

■ **Rehabilitation und Altersmedizin**

Wir sind für Sie da bei Krankheit, nach einem Unfall oder einer Operation. Unser Team ist spezialisiert auf: Rehabilitation des Bewegungsapparates, Allgemein-geriatrie-sch-internistische sowie muskuloskelettale Rehabilitation.

■ **Medizin**

Unter dem Dach der Medizinischen Universitätsklinik werden Patienten durch erfahrene Internisten aller Fachrichtungen betreut.

■ **Notfallpermanence**

24 Stunden/7 Tage die Woche für Notfälle von erwachsenen Patienten geöffnet.

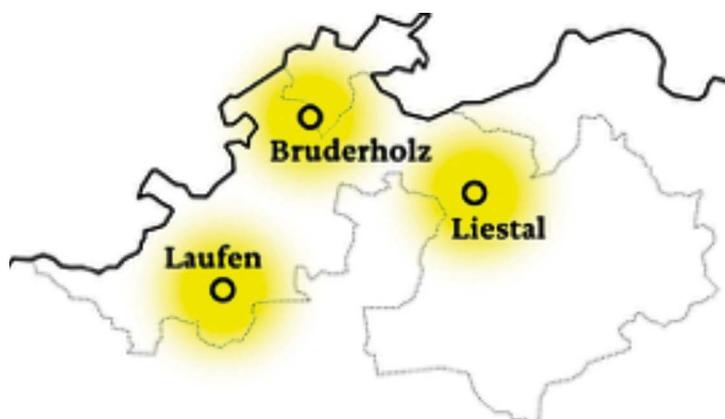
Kontakt:

Kantonsspital Baselland
Lochbruggstrasse 39, 4101 Laufen
Tel. 061 400 80 80

Das Kantonsspital Baselland

Am 10. Februar 2019 hat das Stimmvolk Basel-Stadt Nein zur gemeinsamen Spitalgruppe von Kantonsspital Baselland und Universitätsspital Basel gesagt. Mit oder ohne Fusionspläne, für das Kantonsspital Baselland ist klar, dass es sich weiterhin auf die Gesundheitsversorgung der Baselbieter Bevölkerung konzentriert. Der Patient steht beim Kantonsspital Baselland stets im Zentrum allen Denkens und Handelns – 7 Tage die Woche, rund um die Uhr.

Damit das Kantonsspital Baselland auch in Zukunft konkurrenzfähig bleibt, wird es bis Ende Juni 2019 zuhause des Regierungsrates eine Strategie für die nächsten Jahre ausarbeiten. Zum einen soll die Notfall- und Grundversorgung der Bevölkerung gesichert sowie in Teilbereichen die bestehende Spitzenmedizin weiter gefestigt werden. Wie genau dies aussehen wird, wird der Regierungsrat prüfen und allfällige Schritte – auch politischer Natur – anstossen.



Weitere Vortragsthemen bzw. Termine folgen. Wir publizieren diese laufend auf unserer Internetseite. Hier finden Sie auch weitere Details zu den einzelnen Veranstaltungen sowie kurzfristige Programmänderungen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

www.ksbl.ch/veranstaltungen

Wünschen Sie unser Halbjahresprogramm?

Gerne stellen wir Ihnen dieses per Post oder per Mail zu. Senden Sie uns eine E-Mail mit dem Stichwort «Veranstaltungen» sowie Ihrer Postanschrift an marketing@ksbl.ch

Agenda Nächste Publikumsanlässe

An allen drei Standorten des Kantonsspitals Baselland – Liestal, Bruderholz und Laufen – erwarten Sie jährlich rund 30 Vorträge. Dabei geben Ihnen die Spezialisten ihr Wissen zu aktuellen Gesundheitsthemen kompetent und verständlich und aus erster Hand weiter. Im Anschluss an die Vorträge nehmen sich die Referenten zudem Zeit, auf Ihre persönlichen Fragen einzugehen.

6. Juni 2019, 19–20 Uhr

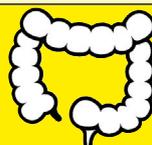
Stolpern und stürzen im Alter

Kulturzentrum «alts schlachthaus», Seidenweg 55, 4242 Laufen

18. Juni 2019, 19–20 Uhr

Erkrankungen der Gebärmutter – moderne und schonende Behandlung

Hotel Engel, Kasernenstrasse 10, 4410 Liestal



22. Juni 2019, 10–16 Uhr

Tag der offenen Tür

«Darmtag 2.0 – vernetzt!»

Rheinstrasse 26, 4410 Liestal

27. Juni 2019, 19–20 Uhr

Gesundheitliche Vorausplanung – was ich wissen sollte

Kantonsspital Baselland, Aula Personalwohnsiedlung, 4101 Bruderholz

15. August 2019, 19–20 Uhr

Das prostataspezifische Antigen (PSA) – was sind die Fakten?

Kulturzentrum «alts schlachthaus», Seidenweg 55, 4242 Laufen

28. August 2019, 19–20 Uhr

Ausser Atem – Lunge oder Herz?

Kantonsspital Baselland, Aula Personalwohnsiedlung, 4101 Bruderholz

5. September 2019, 19–20 Uhr

Eltern-Kind-Bindung – warum die Nähe zum Kind in der Schwangerschaft und nach der Geburt entscheidend ist

Kulturzentrum «alts schlachthaus», Seidenweg 55, 4242 Laufen

17. September 2019, 19–20 Uhr

Gestörter Schlaf – wenn unruhige Beine nerven

In Kooperation mit der Selbsthilfegruppe Restless Legs
Hotel Engel Liestal, Kasernenstrasse 10, 4410 Liestal

22. Oktober 2019, 19–20 Uhr

Makulaerkrankungen im Alter – Neues und Bekanntes aus der Klinik

Hotel Engel Liestal, Kasernenstrasse 10, 4410 Liestal