

Neues

aus dem Parksanatorium Aulendorf



Liebe Kolleginnen und Kollegen in der Patientenberatung,

wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen unseres neuen Newsletters, es erwarten Sie interessante und spannende Neuigkeiten aus dem Parksanatorium Aulendorf.

■ Physiotherapie – Zwei Therapeuten erlangen die OTT-Lizenz des Universitäts-Klinikums Köln

Zwei Therapeuten des Physiotherapie-Teams haben sich aktuell im Rahmen einer Fortbildung für die onkologische Trainings- und Bewegungstherapie spezialisiert. Das „CIO-Centrum für Integrierte Onkologie“ vergibt diese Lizenz nach Bestehen einer mündlichen Prüfung für die Dauer von zwei Jahren.

Die Onkologische Trainingstherapie (OTT) richtet sich primär an Patienten, die durch individuell angepasstes Kraft- und Ausdauertraining ihre Nebenwirkungen reduzieren wollen.

■ Rückblick – Interkulturelle Kompetenz in der klinischen Sozialberatung – eine Fachtagung für Sozialarbeiter am 24.10.2019 im Parksanatorium Aulendorf

*„Wir sehen die Welt nicht wie sie ist. Wir sehen sie so, wie wir sind“,
Anais Nin*

Das Verhalten von Menschen mit Migrationshintergrund besser verstehen, eigene Grundannahmen und Orientierungen reflektieren, Stereotype relativieren und Strategien für erfolgreiche interkulturelle Kommunikation erlernen – mit dieser Zielrichtung machten sich die 30 Teilnehmenden der diesjährigen Tagung unter der fachlichen Leitung von Dr. Serena Cerra und Alexander Scheitza, Kölner Institut für interkulturelle Kompetenz auf einen gemeinsamen Denk- und Entwicklungsweg. Es war spannend zu erfahren, wieviel interkulturelle Kompetenz die Teilnehmenden durch eigene biographische Bezüge schon mitgebracht hatten. Dies

In dieser Ausgabe

- Physiotherapie – zwei Therapeuten erlangen die OTT-Lizenz
- Rückblick – Sozialarbeitertagung
- Urologie – gelungenes Paarseminar
- Aktionsbündnis „Reha hilft Krebspatienten“
- Rehakampagne – „Reha macht's besser“
- Ausstellung – Rosa, Beere und Lavendel
- Lehrküche – Weihnachtlich – Lachs-Dill-Törtchen
- Highlights aus dem Weihnachtsprogramm
- Save the Date – Sozialarbeitertagung am 15.10.2020

schuf einen guten Nährboden für den methodischen Ansatz, erfahrungsgestütztes Lernen mit fachlichen Inputs und gemeinsamer Reflexion zu verzahnen. Kultur als ein Orientierungssystem zu begreifen, welches Wahrnehmung, Denken, Werten und Handeln von Menschen beeinflusst, war das Eine. Der eigenen Befangenheit in der Perspektive und den emotionalen Bindungen der prägenden Kultur auf die Spur zu kommen, war das Andere. Beides war für die Teilnehmenden wichtig, um sich neue Handlungsmöglichkeiten in der Beratung von Menschen mit „anderer kultureller Prägung“ zu erschließen.



Teilnehmer der Sozialarbeitertagung 2019

Durch die kompetente und humorvolle Begleitung von Dr. Serena Cerra und Alexander Scheitza und durch die Erfahrungen und die Offenheit der Teilnehmenden war zum Ende der Fortbildung klar geworden:

Die wichtigen Ansatzpunkte für eine bessere Kommunikation im interkulturellen Beratungsraum entstehen durch:

- Reflexion der eigenen Denk- und Bewertungsmuster
- Transparenz im Hinblick auf das eigene Denken und die Schlussfolgerungen, die daraus erwachsen
- Neugier und Offenheit als Voraussetzung, das Denken und Schlussfolgern anderer zu erkunden

Es lohnt sich also, im (Beratungs-)Alltag immer wieder, an Anais Nin zu denken.

*Dagmar Rosner,
Team für psychosoziale Onkologie, Sozialberatung*

■ Rückblick – Urologie – gelungenes Paarseminar

„Gemeinsam eine Prostatakreberkrankung überwinden und zu einer erfüllten Sexualität zurückfinden“ war das Tabu-Thema, mit dem sich 15 Paare beschäftigten. Mit der Diagnose des Prostatakarzinoms folgt eine baldige Tumorbehandlung mit Heilungsaussichten, auch wenn mit der Erkrankung spezifische Risiken (wie Belastungsinkontinenz, erektile Dysfunktion oder eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit) verbunden sein können. Kommt es im Verlauf

zu einer Stabilisierung der Kontinenz und körperlichen Leistungsfähigkeit, drängt sich schließlich der Wunsch nach Normalisierung der Sexualität auf.

Die Häufigkeit der erektilen Dysfunktion nach Prostatakarzinombehandlung wird auf 90% geschätzt, in Abhängigkeit von den Behandlungsmaßnahmen (radikale Prostatektomie, Strahlentherapie, Hormontherapie ...) und dem Tumorstadium. Eine nervenschonende radikale Prostatektomie ist keine Garantie für den Erhalt der Erektionsfähigkeit, aber 20% der Männer nach nicht nervenschonender Operation können mit der Zeit ihre Erektionsfähigkeit wieder verbessern.

Da für viele Männer Männlichkeit eng verknüpft mit Potenz ist, können die primär auftretenden Veränderungen im Penis-Bereich (wie Penisverkürzung, Penisverkrümmung, fehlender oder abgeschwächter Orgasmus und Libidoverlust) als „Katastrophe“ erlebt werden, verbunden mit enormem Selbstwertverlust. Auch wenn der Mann als „Symptomträger“ gesehen wird: das Auftreten der erektilen Dysfunktion in einer Beziehung betrifft beide Partner. Der Umgang mit oder die Behandlung der erektilen Dysfunktion ist nur möglich, wenn das komplette Paar gesehen wird.



Dr. Georges Akoa, Sibylle Zengerle-Hübner

Nach einer kurzen Begrüßung hielt Dr. Akoa Mbida den ersten Vortrag über Behandlungs- und Handlungsmöglichkeiten aus Sicht der Wissenschaft und Praxis, die einen wichtigen Beitrag auf dem Weg zu einer erfüllenden Sexualität leisten können. Sexualität gehört zu den menschlichen Grundbedürfnissen. Dr. Akoa hob hervor, dass sexuelles Verlangen neben dem Bedürfnis nach Nahrung wohl die stärkste Triebkraft des Menschen ist, die nicht nur die Entstehung neuen Lebens sichert, sondern auch im Erleben von Lebenslust, Vitalität und dem Erhalt und der Vertiefung von Bindungen eine bedeutsame Rolle spielt. Dr. Akoa vermittelte leicht verständlich die verschiedenen Ursachen der Erektionsstörungen. Die Wirkungsweise der verschiedenen Therapieoptionen wurden ausführlich erklärt und anschaulich dargestellt (PDE-5-Hemmer, SKAT, MUSE und Vakuumpumpe).

Wie wichtig der Aufbau der Beckenbodenmuskulatur für die Sexualität ist, konnte in vielen Studien belegt werden. Peter Aue (Diplom-Sportlehrer), informierte die Teilnehmer und

Teilnehmerinnen über Wissenswertes, Bewährtes sowie Neuerungen im Kontinenztraining und stellte Aufbau und Inhalt des Kontinenztrainings im Parksanatorium vor. Dadurch konnten auch die Partnerinnen der betroffenen Männer ihr Verständnis erweitern und die Bedeutung und Notwendigkeit der Übungen besser nachvollziehen.

Nach der Auseinandersetzung mit dem theoretischen Hintergrund erfolgte eine Auffrischung des Kontinenztrainings für Männer und ein Training der Beckenbodenmuskulatur für Frauen mit Anja Hienerwadel (Physiotherapeutin). Die Begeisterung war bei allen Teilnehmern groß.

Wenn die Sexualität in der Partnerschaft erfüllend erlebt wird, können vielfältige Bedürfnisse – z. B. nach Geborgenheit, Nähe, Vertrautheit oder sinnlicher Lust befriedigt werden, betonte Sibylle Zengerle-Hübner (Psychologische Psychotherapeutin) in ihrem Vortrag „Sexualität beginnt im Kopf?!“. Sie vermittelte hilfreiche Impulse im Umgang mit der häufig auftretenden Verunsicherung und ging darauf ein, dass das meist empfohlene Sprechen über Sexualität allein nicht ausreicht, um zu einem vertrauten oder neuen Genuss der Intimität zurück zu finden, weil sexuelle Lust körperlich ausgedrückt und erfahren wird. Sie regte die Paare zum Austausch darüber an, wie die erotische Begegnung unter den veränderten Voraussetzungen neu gestaltet werden kann. Eine Gesprächsrunde mit Austausch rundete die Veranstaltung ab.

■ Aktionsbündnis „Reha hilft Krebspatienten“

Das Parksanatorium Aulendorf ist dem Aktionsbündnis „Reha hilft Krebspatienten“ beigetreten, welches als Zusammenschluss von onkologischen Rehabilitationseinrichtungen sich zum Ziel setzt, in Form eines Internetportals Patienten sachlich und kompetent zur Onkologischen Rehabilitation zu informieren.

So können interessierte Patienten einfach zugänglich Antworten zu ihren Fragen rund um die Rehabilitation finden, wie z. B. „Warum ist eine onkologische Reha sinnvoll? Was erwartet mich dort? Wie komme ich zu einer Reha, wo kann die Reha stattfinden oder wie und warum eine Reha erfolgreich wird.“

■ Rehakampagne „Reha macht's besser“

Am 10.10.2019 startete bundesweit die Kampagne des BDPK für eine bessere Wahrnehmung der Potentiale, die die Reha bietet. Als Initiatoren der Kampagne „Reha. Macht's besser“ haben sich über 250 Reha-Einrichtungen sowie mehrere Reha-Leistungserbringer-Verbände zusammengeschlossen.

Auf Twitter und Facebook, aber auch im Internet (reha-machtsbesser.de), wird vorgestellt, welche Leistungen die Reha wirklich bietet und warum sie durch die Gesundheits-



politik viel mehr berücksichtigt werden sollte. Eine Unterstützung dieser Kampagne stärkt die Rehabilitation in Politik und Gesellschaft.

■ Ausstellung – Rosa, Beere und Lavendel

Noch bis Mitte Januar sind die Pigment-Bilder von Kunsttherapeutin Evelyn Selegrad im Parksanatorium zu sehen. Die Bilder entstanden im Rahmen einer dreijährigen Weiterbildung am Ulmer Transferinstitut Kunst & Kommunikation der Steinbeis-Hochschule Berlin, mit der sie ihre Erstausbildung zur Kunsttherapeutin in den 80er Jahren in Berlin um eine inhaltliche Erweiterung und formale Zertifizierung bereicherte.



■ Weihnachtlich – Lachs-Dill-Törtchen

Zutaten für 12 Törtchen

- 85 g Butter
- Salz, Pfeffer
- 180 g Mehl Typ 1050
- 3 Eier
- 2 EL Mohn
- 400 g Frischkäse
- 150 g Naturjoghurt
- 1 Bund Dill
- Meerrettich
- 200 g Räucherlachs

Save the Date

15.10.2020

Tagung für Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter

Thema: Umgang mit der Zeit

Zubereitung:

Die 12 Mulden eines Muffinblechs mit Papiermanschetten auslegen.

Butter, 1 Prise Salz und 150 ml Wasser aufkochen. Mehl auf einmal unter Rühren

zugeben. So lange rühren, bis sich der Teig als Kloß vom Boden löst und sich auf dem Topfboden eine weiße Schicht bildet. Teig in eine Schüssel geben, Eier nacheinander mit den Knethacken des Handrührgerätes unter den Teig arbeiten.




Muffinmulden zu 2/3 mit Teig füllen und mit Mohn bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 25 – 30 Minuten hellbraun backen. Muffins erst 5 Minuten in der Form, dann auf dem Rost abkühlen lassen.

Frischkäse mit Meerrettich und Joghurt glatt rühren. Dill dazugeben. Räucherlachs würfeln und untermischen. Muffins halbieren mit Lachsmischung füllen und wieder zusammensetzen.

■ Highlights aus dem Weihnachtsprogramm

So. 15.12.19 Marinechor singt Weihnachtslieder 

So. 22.12.19 Gräfin Paula und ihre Zofe erzählen Schlossgeschichten, Cafeteria 

Mo. 23.12.19 Weihnachtsfeier für Patientinnen und Patienten mit Sektempfang 

Di. 24.12.19 Festmenü mit gemütlichem Beisammensein

Mi. 25.12.19 Weihnachtsmenü
Festkaffee für Patientinnen und Patienten sowie deren Gäste

Do. 26.12.19 Sternsinger kommen 

Sa. 28.12.19 Die Farben des Lebens sind bunt
Autorenlesung 

Di. 31.12.19 Festliches kaltes Büffet mit musikalischem Silvester-Ausklang

