

IHR GESUNDHEITSMAGAZIN FÜR DIE REGION

• **mensch** joseph!

AUSGABE 1 | 2020

Endlich wieder durchatmen –
Hilfe für Menschen mit Lungen-
und Atemwegserkrankungen

S. | 14

Finanzierungslücken schließen –
Fundraising ermöglicht zusätzlichen
Service für die Patienten

S. | 04

**Im Notfall immer
für Sie da!**

Leben retten, Menschen helfen:
die Zentrale Notaufnahme

S. | 06

Sorgt für
störungsfreie Abläufe:
Willy Redeker,
Technischer Leiter
S. | 17



JOSEPHS-HOSPITAL
WARENDORF



JOSEPHS-HOSPITAL
WARENDORF

Ein starkes Team FÜR DIE REGION



Medizinische und pflegerische Kompetenz, hervorragende Versorgung und fürsorgliche Betreuung:
Im Josephs-Hospital sind Sie in guten Händen.

UNSER LEISTUNGSANGEBOT

- » Allgemeinchirurgie
- » Viszeral- & Gefäßchirurgie
- » Orthopädie, Hand- & Unfallchirurgie
- » Wirbelsäulenchirurgie
- » Plastische Chirurgie
- » Innere Medizin & Gastroenterologie
- » Kardiologie & Angiologie
- » Gynäkologie
- » Urologie
- » Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde
- » Anästhesie & Intensivmedizin
- » Schmerztherapie



Peter Goerdeler
Vorstandsvorsitzender

„Vielen Dank an alle Privatpersonen und Unternehmen, die uns unterstützen.“

Liebe Leserin, lieber Leser,

sie ist eine der ersten Visitenkarten des Josephs-Hospitals und rund um die Uhr für die Menschen da: Mehr als 25.000 Patienten kommen jährlich in unsere Zentrale Notaufnahme. Wie es unseren Ärzten und Pflegekräften gelingt, alle Patienten so gut wie möglich zu versorgen und warum es zu unterschiedlich langen Wartezeiten kommt, erfahren Sie in der Titelgeschichte ab Seite 6.

Atmen – das ist für die meisten Menschen eine Selbstverständlichkeit, über die sie nicht nachdenken müssen. Vielen Menschen aber fällt genau das schwer, weil sie unter Lungen- und Atemwegserkrankungen leiden. Zusammen mit der Pneumologischen Praxis Warendorf setzen wir uns das Ziel, erkrankten Patienten eine umfassende und heimatnahe Versorgung zu bieten. Auf den Seiten 14 und 15 lesen Sie mehr über die modernen Diagnostik- und Therapiemöglichkeiten.

Echte medizinische Innovationen finden sich auch auf den weiteren Seiten. Unsere Gynäkologische Abteilung konnte inzwischen über 100 Patienten

schonend und erfolgreich mit dem sogenannten Sonata-System behandeln (S. 11). Schonend verläuft auch die minimalinvasive Chirurgie, die ohne große Schnitte auskommt und nur kleinste Narben hinterlässt (S. 11).

Unseren Patienten die bestmögliche Behandlungsqualität zu bieten – dieses Ziel treibt uns tagtäglich an. Damit Sie sich bei uns bestens aufgehoben fühlen, wollen wir Ihnen aber auch zusätzlichen Komfort und Service bieten. Weil uns das Finanzierungssystem enge Grenzen setzt, bauen wir verstärkt aufs Fundraising, das professionelle Einwerben von Spenden. Im Interview erzählt Tobias Christof Dierker, was Fundraising bewirkt und wie die Patienten davon profitieren (S. 4). An dieser Stelle möchte ich auch die Gelegenheit nutzen und mich bei allen Privatpersonen und Firmen bedanken, die uns schon mit ihren Spenden unterstützt haben!

Ihr Peter Goerdeler

INHALT

04 | IM INTERVIEW

Tobias Christof Dierker, Ansprechpartner für das Thema Fundraising

05 | FACHBEGRIFFE ERKLÄRT

Minimalinvasive Chirurgie, die „Schlüssellochchirurgie“

06 | ZENTRALE NOTAUFNAHME

- 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche da
- Interview zum Notfallstufenkonzept



09 | GESUNDHEITSINFORMATION

Fakten zum Coronavirus

10 | JHW INTERN

- Führungen durch die Klinik
- Hilfe für Demenzkranke
- Myome behandeln mit Sonata
- JHW bildet Pflegefachkräfte aus

12 | FIT-TIPP

Superfood aus der Region

13 | MENSCH, SAG MAL

„Was hilft Ihnen gegen Stress?“

14 | PNEUMOLOGIE

Moderne Diagnose- und Therapiemöglichkeiten bei Lungenerkrankungen

16 | KARNEVAL

Narrenoberhaupt und Josephianer



17 | IM GESPRÄCH MIT ...

Willy Redeker, Technischer Leiter

18 | RÜCKENSCHULE

Fit aus dem Bett

19 | SCHLUSSENDLICH

- Wortfuchs-Gesundheitsrätsel
- Impressum



Ist für das Kuratorium und den Klinikvorstand im Fundraising aktiv: Tobias Christof Dierker.

„Alle Spenden kommen unseren Patienten zugute“

Die Finanzierung wird für Kliniken immer schwieriger. Umso wichtiger ist es, alternative Einnahmequellen zu erschließen. Das Josephs-Hospital setzt in diesem Zuge verstärkt aufs Fundraising. Wie das den Patienten zugutekommt, erzählt uns Tobias Christof Dierker, Kliniksprecher und Ansprechpartner zum Thema Fundraising.

Herr Dierker, seit etwas mehr als einem Jahr setzt das JHW aufs Fundraising. Können Sie erklären, was es damit auf sich hat?

» Tobias Christof Dierker: Unter Fundraising versteht man das professionelle Einwerben von Spenden. Dabei geht es nicht nur um Geld, sondern auch um etwas genauso Wertvolles: nämlich Zeit, die zum Beispiel in einem Ehrenamt für uns gespendet wird. Die Wurzeln in unserem Haus reichen bis in die 1990er-Jahre zurück, als Unterstützer den „Freundeskreis“ ins Leben riefen. Der Freundeskreis hat mit seinem rein ehrenamtlichen Engagement bis heute etwa 350.000 Euro für das JHW eingeworben. Das Fundraising knüpft an diese Tradition an und bildet eine zusätzliche sinnvolle Einnahmequelle.

Warum ist es für Kliniken so wichtig, aufs Fundraising als alternative Einnahmequelle zu setzen?

» Leider reicht die finanzielle Unterstützung der Krankenkassen und des Landes auf manchen Gebieten nicht aus, um die Klinik so auszustatten, wie wir uns das für unsere Patientinnen und Patienten wünschen. Spenden helfen uns, eine Behandlungs- und Versorgungsqualität über das notwendige Maß hinaus sowie insbesondere zusätzlichen Komfort und Service bieten zu können.

Was waren Ihre bisher größten Spendenerfolge?

» Wir haben schon einige Projekte erfolgreich umsetzen können und zum Beispiel eine neue Sitzgruppe und Bänke für die Eingangshalle erhalten. Besonders haben wir uns über die Finanzierung unseres Patien-

tenbegleitdienstes gefreut. Zu den Spendern zählen Unternehmen wie die Hagedorn Unternehmensgruppe, die örtliche Volksbank und Sparkasse oder das Möbelhaus Brameyer, aber auch zahlreiche Privatpersonen. Diese breite Unterstützung freut uns sehr und zeigt einmal mehr die enge Verbundenheit zwischen der Bürgerschaft und unserem JHW!

Für welche Bereiche sind Sie ganz besonders auf Spenden angewiesen?

» Spenden sind vor allem dort gefragt, wo es um Service und Komfort für die Patienten geht. Die Palliativstation wollen wir noch patienten- und angehörigengerechter ausstatten. Außerdem planen wir aktuell für unsere Chirurgie die Anschaffung eines Medizinergärts, mit dem Patienten durch eine spezielle Farbdarstellung des Gewebes noch schonender und sicherer operiert werden können. Das Fundraising kann dabei helfen, die benötigten Mittel dafür schneller bereitzustellen. Eine Sache ist mir bei alledem besonders wichtig: Alle Spenden kommen da an, wo sie unmittelbar gebraucht werden! ☑



WIE KANN ICH SPENDEN?

Ihr Kontakt:
Tobias Christof Dierker
Fundraising
Tel.: 02581/20-1017
t.dierker@jhwap.de

Unser Spendenkonto:
IBAN: DE67 4005 0150 0000 0071 95

Minimalinvasive Chirurgie

Prof. Dr. Christoph M. Seiler

Chefarzt für Allgemein-, Viszeral- & Gefäßchirurgie

Schützend und wirkungsvoll: Die minimalinvasive Chirurgie bietet Patienten zahlreiche Vorteile. Da die Körperfläche geschont wird, kommt es zu weniger Schmerzen, weniger Wundinfektionen und zu nur kleinen, zum Teil kaum sichtbaren Narben. Wie die „Schlüssellochchirurgie“ funktioniert, erklären Experten aus dem JHW für die Serie „Fachbegriffe erklärt“, die Einblicke in häufige, aber relativ unbekannte Krankheitsbilder und Therapie- sowie Untersuchungsverfahren gewährt.



Bei vielen Erkrankungen der inneren Organe (z. B. Darm, Galle oder Gebärmutter) mussten die Ärzte früher große Schnitte am Körper vornehmen, um diese zu erreichen – die Folge waren große Narben der Haut, Schmerzen, Bauchwandbrüche, Einschränkungen in der Belastbarkeit und lange Unbeweglichkeit. Dank moderner Operationsverfahren ist man heute deutlich weiter. Die minimalinvasive Chirurgie erfordert nur kleine Hautschnitte und schützt damit die Bauchdecke und Körperhülle. „Minimalinvasiv bedeutet ‚geringstmöglich eingreifend‘ und erlaubt den Operateuren, mit kleinsten Zugangswegen die erkrankten Organe zu erreichen und zu behandeln“, erklärt Professor Christoph Seiler, Chefarzt der Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, stellvertretend für die verschiedenen chirurgischen Disziplinen. In der Regel sind die Schnitte nur noch fünf bis zehn Millimeter groß. Mithilfe von Kohlendioxid wird zum Beispiel die Bauchhöhle aufgedehnt und daraufhin eine Zugangshülse eingebracht, über die eine Kamera in den Körper eingeführt wird. Die behandelnden Ärzte können die Bauchhöhle dann auf einem Monitor betrachten. Über weitere Arbeitshülsen gelangen sie mit den für die Operation benötigten Werkzeugen an die inneren Organe.

Auf diese Weise werden im Josephs-Hospital sehr gute medizinische und ästhetische Ergebnisse bei Patienten erzielt. „Vorteilhaft für die Patienten ist vor allem die rasche Mobilisation und Genesung nach der Operation“, ergänzt Professor Christoph Seiler. Die minimalinvasive Chirurgie ist weniger belastend als offene OP-Verfahren, da unter anderem Muskel- und Gewebedurchtrennungen vermieden werden. Der Eingriff verläuft stattdessen außerordentlich schonend und verursacht weniger Schmerzen nach der Operation. „Unsere Patienten können das Krankenhaus nach einer minimalinvasiven Operation je nach Eingriff am selben bis siebten Tag wieder verlassen.“ Kleinste Narben verheilen zügig und die Wahrscheinlichkeit einer Wundheilungsstörung oder eines Narbenbruchs ist deutlich reduziert. Davon profitieren die Patienten des Josephs-Hospitals in nahezu allen medizinischen Fachdisziplinen.

Ein persönliches Arztgespräch im Vorfeld informiert über den Behandlungsverlauf – und stellt sicher, dass minimalinvasive Eingriffe stets individuell auf den gesundheitlichen Zustand des Patienten abgestimmt sind. ■

IM NOTFALL

IMMER FÜR SIE DA!

Leben retten, Menschen helfen und immer neue Herausforderungen meistern: Mehr als 25.000 Patienten kommen jährlich in die Zentrale Notaufnahme. Für die Ärzte und Pflegekräfte gleicht kein Tag dem anderen – ihr Ziel aber bleibt immer dasselbe: Sie wollen alle Patienten bestmöglich versorgen.

Immer wieder schwingen die Eingangstüren auf. Mal kommen leichtverletzte Patienten herein, die über einen umgeknickten Fuß klagen. Mal Menschen, die unter Atemnot und akuten Schmerzen im Brustbereich leiden. Die Zentrale Notaufnahme (ZNA) bildet die erste Anlaufstelle für alle akut erkrankten Patienten. „Die Beschwerden reichen von A bis Z – von allergischen Reaktionen bis hin zu Zehenfrakturen“, sagt Dr. Tim Kleffner, der 2016 Chefarzt in der ZNA wurde und die Entscheidung zu keiner Sekunde bereut hat. „In der Notaufnahme wissen wir morgens nie, was uns im Laufe des Tages erwartet. Gerade diese Herausforderung macht den Bereich so spannend und abwechslungsreich.“ 80 Patienten kommen am Tag durchschnittlich in die ZNA. Zu Fuß, mit dem Rettungswagen oder per Hubschrauber. Allein oder mit Angehörigen. Nach kleinen Sportunfällen oder als Akutpatienten mit Verdacht auf einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Auch mit Schwerverletzten bekommt es das zertifizierte Traumazentrum häufig zu tun, zum Beispiel nach schweren Verkehrsunfällen. Geht solch ein Notruf ein, wird eine automatische Kettenreaktion ausgelöst: von der Erstversorgung durch die Rettungskräfte am Einsatzort über die Notfallbehandlung



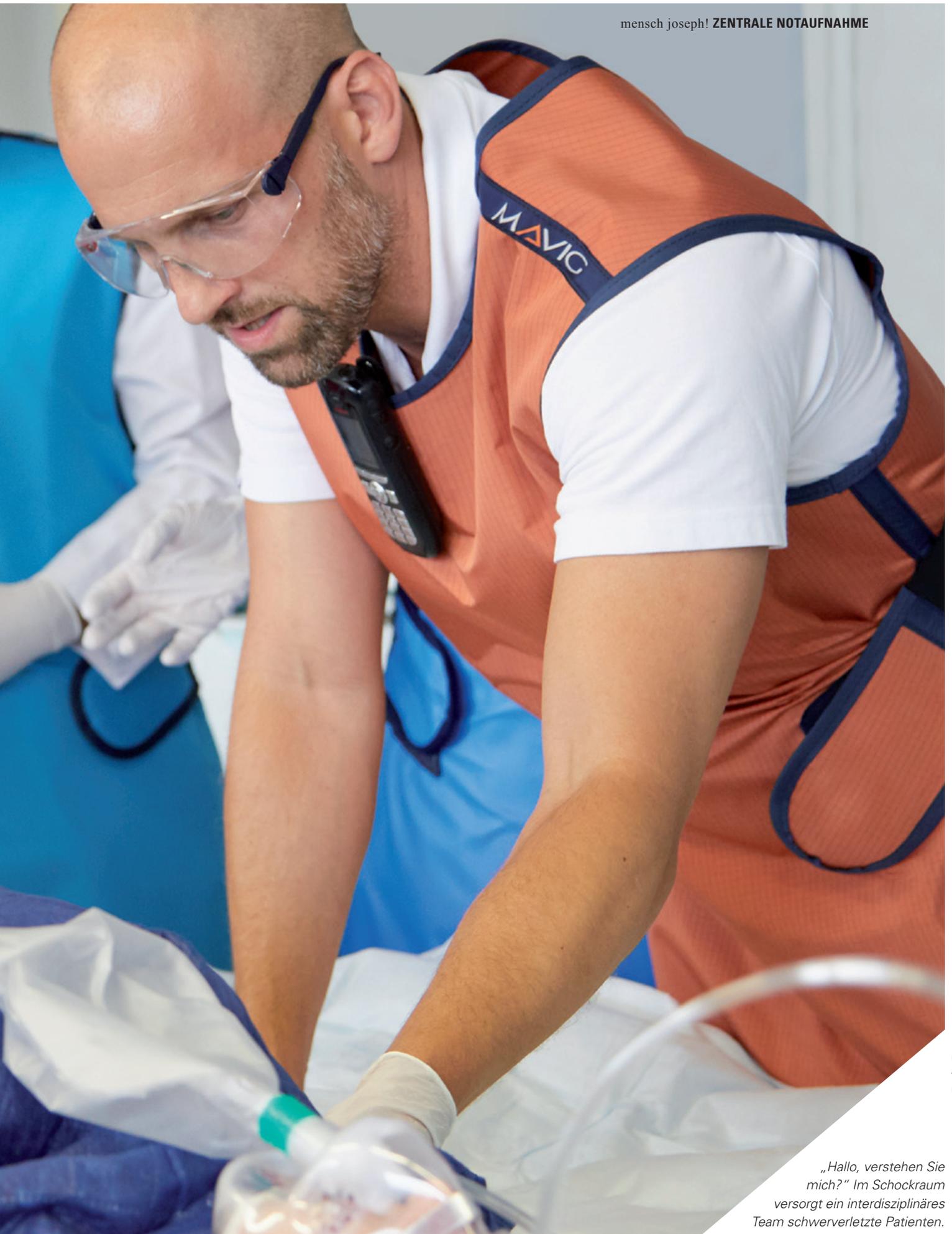
Dr. Tim Kleffner,
Chefarzt für die Zentrale
Notaufnahme

im Schockraum bis zur Übergabe an die Intensivstation. „Wir bilden im Schockraum die Schnittstelle zwischen Rettungsdienst und Klinik und bündeln im Notfall alle nötigen Kräfte, um den Patienten schnell und zielsicher helfen zu können“, erklärt Dr. Kleffner. Erfahrung, Know-how, aber auch ein starker Teamgeist zeichnen die Mitarbeiter der ZNA aus: „Wir kommunizieren viel miteinander und alle wissen, was sie zu tun

haben. So bereiten uns selbst Ausnahmesituationen kein Kopfzerbrechen.“

Wartezeiten richten sich nach Dringlichkeit

Auch für alle ambulanten und stationären Notfälle ist der Weg durch die ZNA klar vorgezeichnet. Gleich zu Beginn bei der Anmeldung erfolgt die Ersteinschätzung der Patienten. Um möglichst schnell und sicher zu erkennen, wer zuerst behandelt werden muss, setzen die fachlich geschulten Pflegekräfte dabei auf das sogenannte „Manchester-Triage-System“: beginnend bei Blau, einem nicht dringenden Fall, bis zu Rot, was eine sofortige Behandlung erfordert. „Die Behandlungsreihenfolge richtet sich nicht nach der Ankunft oder Wartezeit, sondern immer nach der Schwere der Erkrankung“, sagt Dr. Kleffner. Aus diesem Grund komme es auch



immer wieder zu unterschiedlichen Wartezeiten, die bei manchen Notfallpatienten den Anschein erwecken, ein anderer würde ohne ersichtlichen Grund bevorzugt. „Das ist definitiv nicht so. Unser Ziel ist es, alle Patienten so schnell und umfassend wie möglich zu behandeln.“ Nach der Ersteinschätzung lassen sich in der Regel schon viele Fragen beantworten: Wie schwer sind die Verletzungen? Ist der Kreislauf stabil, macht das Herz Probleme? Mithilfe moderner Diagnostik wie beispielsweise Ultraschall, verschiedenen Röntgenverfahren oder der Computertomografie wissen die Ärzte, ob die Patienten die Klinik wieder verlassen können oder ob sie stationär behandelt werden müssen. Handelt es sich um schwerere Erkrankungen,

entscheidet sich in der ZNA, welche Fachabteilung für die weitere Versorgung der Patienten am besten geeignet ist. „Dabei arbeiten wir eng und vertrauensvoll mit den verschiedenen Fachabteilungen wie der Chirurgie oder der Kardiologie zusammen“, erzählt der Chefarzt.

Die ZNA hat sich einen guten Ruf in der Region erarbeitet – und bekommt bald ein neues Zuhause: Im Neubau wird es mehr Behandlungsräume sowie bessere Anbindungsmöglichkeiten zur Diagnostik und für den Rettungsdienst geben. „Damit werden wir die Diagnostik und die fachliche Expertise früher an den Patienten bringen und die Versorgung so weiter verbessern“, zeigt sich Dr. Kleffner optimistisch.



„Wir sind ein Leuchtturm für die Region“

Seit 2019 greift eine neue Regelung für die Notfallversorgung: Das Notfallstufenkonzept sortiert Kliniken in drei Kategorien ein – und zeigt damit, wie gut die Notfallstrukturen vor Ort sind. Wie sich das Konzept auswirkt und welche Stufe das JHW erreicht, erzählt Dr. Tim Kleffner im Interview.

Was hat es mit dem Notfallstufenkonzept auf sich?

» *Tim Kleffner:* Die neue Regelung wurde vom Gemeinsamen Bundesausschuss beschlossen und definiert Mindestanforderungen der stationären Notfallversorgung. Die Strukturqualität wird in drei Stufen eingeteilt: in die Basisversorgung, erweiterte Notfallversorgung und umfassende Notfallversorgung. Für die Einstufung sind zum Beispiel die Art und Anzahl der Fachabteilungen, die Zahl und Qualifikation des Fachpersonals sowie die technische Ausstattung entscheidend.

Welche Vorteile bietet die neue Regelung?

» Das Notfallstufenkonzept macht transparent, über welche Qualitätsstandards die Notfallversorger in Deutschland verfügen. Erfüllen Kliniken eine der drei Stufen, bekommen sie Zuschüsse. Das Notfallstufenkonzept dient also dem Wohl der Patienten, weil es die Finanzierung und damit auch die Qualität der Notfallversorgung sichert.

Welche Stufe ist dem Josephs-Hospital für seine Notfallversorgung bescheinigt worden?

» Als eine von etwa 200 der bundesweit 1.700 Kliniken erreichen wir Stufe 2, also die Stufe der erweiterten Notfallversorgung. Das haben wir geschafft, weil wir über gute personelle und technische Strukturen verfügen. In unserem Team arbeiten Ärzte aus Fachrichtungen wie der Chirurgie und Unfallchirurgie, der Inneren Medizin und Kardiologie interdisziplinär zusammen. Neben den Arbeitsabläufen in der ZNA sind außerdem die Zahl der intensivmedizinischen Beatmungsplätze und auch der Hubschrauberlandeplatz in die Bewertung eingegangen. Für die Region bedeutet das: Wir sind außerordentlich gut aufgestellt und erfüllen die Anforderungen einer hochwertigen Notfallversorgung. Es freut uns, dass sich die Investitionen in eine gute Ausstattung und Patientenversorgung gelohnt haben. In unserer Region sind wir ein Leuchtturm in der Notfallversorgung! 📍



Ihr Kontakt:
Zentrale Notaufnahme
Tel.: 02581/20-1711
zna@praxisnetz-westfalen.de

Fakten zum **CORONAVIRUS**

An Silvester berichtete China über häufige Lungenentzündungen mit unklarer Ursache. Eine Woche später stand die Ursache fest: ein neuartiges Coronavirus mit dem Namen SARS-CoV-2/COVID 19. Inzwischen gibt es auch in Deutschland immer mehr Infektionen. Wie gefährlich aber ist das neue Virus und wie schützt man sich?

WIE WIRD DAS CORONAVIRUS ÜBERTRAGEN?

Das Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar – direkt über die Schleimhäute der Atemwege oder indirekt über die Hände. Die Gefahr einer Infektion besteht, wenn man von einer kranken Person direkt angehustet wird (Tröpfcheninfektion). Oder wenn man Objekte, auf denen sich Viren befinden, anfasst, wie beispielsweise Türklinken oder Lichtschalter, und sich anschließend an Mund, Nase oder Augen berührt. Die Inkubationszeit liegt der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zufolge bei durchschnittlich fünf bis sechs Tagen, kann aber auch zwischen zwei und 14 Tage betragen.

WELCHE SYMPTOME LÖST ES AUS?

Die Beschwerden reichen von einer harmlosen Erkältung und einem Infekt der oberen Atemwege bis hin zu den Anzeichen einer viralen Lungenentzündung. Laut der WHO tauchen Symptome wie Fieber, trockener Husten und Abgeschlagenheit auf. Einige Patienten klagten über Atemprobleme, Halskratzen, Kopf- und Gliederschmerzen sowie Schüttelfrost. Zudem litten einige Infizierte unter Übelkeit, einer verstopften Nase und Durchfall. Es gibt aber wohl auch Virusträger, die gar keine Symptome zeigen.

WIE GEFÄHRLICH IST DAS CORONAVIRUS?

Laut der WHO nehmen vier von fünf Krankheitsfällen einen milden Verlauf. Selten kam es zu schwereren Verläufen mit Atemproblemen und zu Lungenentzündungen. Als besondere Risikogruppe gelten ältere Patienten. Mit derzeit 0,3 bis 0,7 Prozent liegt die Sterberate niedriger als zum Beispiel beim SARS-Coronavirus 2003. Die meisten Verstorbenen litten unter einem angeschlagenen Immunsystem und waren sehr alt.

WIE KANN MAN SICH SCHÜTZEN?

Weil Coronaviren durch Husten, Niesen und Schnäuzen auch auf Oberflächen landen, können sie über die Hände in die Schleimhäute gelangen. Umso wichtiger ist es, sich regelmäßig die Hände zu waschen, 20 Sekunden lang und bis zum Handgelenk. Auf's Händeschütteln sollten Sie am besten verzichten. Außerdem empfiehlt es sich, nicht in die Hand, sondern in die Armbeuge zu niesen oder zu husten. Zu Erkrankten sollte ein Abstand von mindestens 1,5 Metern gehalten werden. 📌

MEHR INFORMATIONEN

Seriöse und aktuelle Hinweise zum Coronavirus finden Sie auch auf der offiziellen Website des Robert-Koch-Instituts unter www.rki.de



JHW STARTET PFLEGEAUSBILDUNG

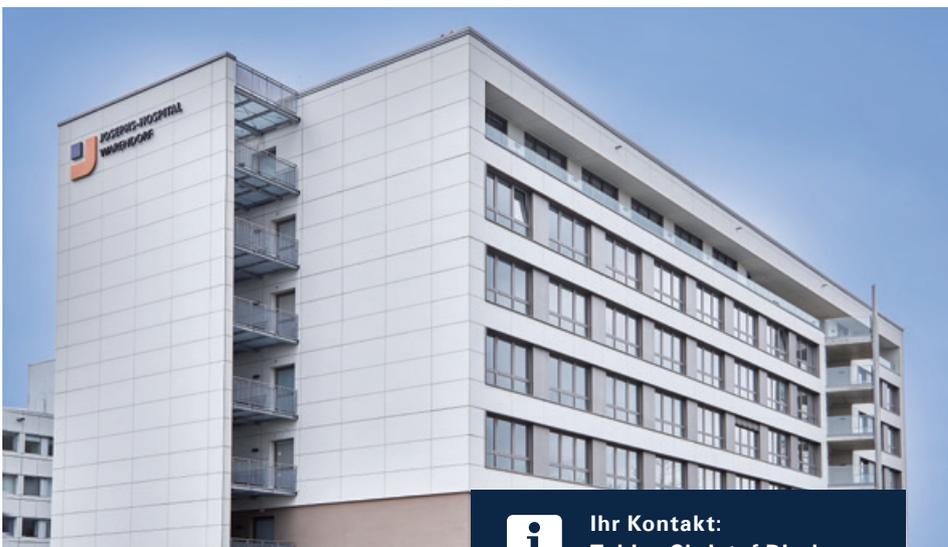
Vielseitig, herausfordernd und zukunftsicher. Der Bedarf nach qualifizierten Pflegekräften steigt im Zuge des demografischen Wandels immer stärker an. Allein in Alten- und Pflegeheimen fehlen bundesweit etwa 182.000 Beschäftigte. Angesichts dieser Zahlen freuten sich Pflegedirektorin Sigrid Krause und Vorstandsvorsitzender Peter Goerdeler umso mehr, einen neuen Partner für die Ausbildung von Pflegenden im Josephs-Hospital gewonnen zu haben: Dank der Kooperation mit der Zentralen Akademie für Berufe im Gesundheitswesen (ZAB) in Gütersloh ist die Klinik seit diesem Jahr anerkannte Ausbildungsstätte für Pflegefachfrauen und -männer. Während das JHW Schauplatz des praktischen Teils wird, findet die Theorie beim neuen Partner, der ZAB, statt. „Damit sind wir Arbeitgeber und bilden den Nachwuchs im eigenen Haus aus“, erklären Sigrid Krause und Peter Goerdeler. Im Zeichen der Digitalisierung und des gesellschaftlichen Wandels stehen die Berufe im Gesundheitswesen vor großen Veränderungen. Um diese Herausforderungen meistern zu können, verschmelzen drei Ausbildungen in einer – und die Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner lernen im Rahmen der



Freuen sich über die neue Partnerschaft (v. l.): ZAB-Akademieleiter und Geschäftsführer Andreas Winter, Nicole Windus, Pflegedirektorin Sigrid Krause und Vorstandsvorsitzender Peter Goerdeler.

neuen Fachkräfteausbildung alles inklusive: Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege. Die Zusammenarbeit zwischen Klinik und Schule sichere die qualitative Verzahnung von Theorie und Praxis in diesem Veränderungsprozess, sagt Andreas Winter, Akademieleiter an der ZAB. Einstellungen sind zum 1. April, 1. August und 1. Oktober möglich. Die ersten Bewerbungen lägen schon auf dem Tisch, sagt Sigrid Krause: „Die Auszubildenden, die zu uns kommen, dürfen sich auf attraktive Arbeitsbedingungen und Perspektiven freuen!“ 🍷

Entdecken Sie Ihr **JHW!**



50 Meter lang, 25 Meter breit, 7.500 Quadratmeter Nutzfläche: Die Fertigstellung unseres Neubaus ist abgeschlossen – und zieht viele Blicke auf sich. Ziel der 30-Millionen-Euro-Investition ist es, den Bürgern aus der Region in der Zukunft eine noch bessere medizinische Versorgung bieten zu können. Wir freuen uns, unsere bekannten Krankenhausführungen für Vereine und Organisationen ab Juni um einen Rundgang durch unseren Neubau erweitern zu können. Wenn Sie auf Entdeckungstour gehen möchten, melden Sie sich einfach bei uns, um einen Besichtigungstermin zu vereinbaren – die Kontaktdaten finden Sie unter diesem Artikel. Wir laden Sie herzlich ein, sich persönlich ein Bild von unserem Krankenhaus zu machen, und freuen uns auf Ihren Besuch! 🍷



Ihr Kontakt:
Tobias Christof Dierker
Tel.: 02581/20-1017
Fax: 02581/20-1003
t.dierker@jhwaf.de



Suchen ehrenamtliche Helfer: die Demenzcoaches Olga Harms und Remigius Ratzki sowie Pflegeexpertin Elisabeth Tiebing (v. l.).

Demenzkranke begleiten

Fremde Menschen, eine unbekannt Umgebung, ein ungewohnter Tagesablauf: In der Klinik müssen Patienten viele neue Eindrücke verarbeiten. Eine besonders intensive Fürsorge und Begleitung erfordert diese Situation für Menschen mit Demenz. Eine vertrauensvolle und einfühlsame Ansprechperson hilft Betroffenen, sich während des Aufenthalts zurechtzufinden, sie von Unsicherheiten zu befreien und in Momenten der Verwirrung zu unterstützen.

Das Josephs-Hospital bietet hilfsbereiten Menschen die Möglichkeit, sich ehrenamtlich für Patienten mit Demenz zu engagieren und sie zu begleiten. Anderen Menschen zu helfen und sich aktiv für sie einzusetzen, fördert auch die eigenen Kompetenzen und schafft interessante neue Kontakte. Wer Gutes tun und Demenzkranken im Warenborfer Krankenhaus zur Seite stehen möchte, kann sich jederzeit bei der Pflegedirektion des Josephs-Hospitals über das Ehrenamt informieren. 📧



Ihr Kontakt:
Pflegedirektion
 Tel.: 02581/20-1053
 pflegedirektion@jhwaf.de

SCHONENDE SONATA

Schon seit 2017 setzt die Gynäkologische Abteilung auf ein besonders schonendes Verfahren, um Myome der Gebärmutter zu behandeln: das Sonata-System. Inzwischen wurde diese neue Methode bei 100 Patientinnen erfolgreich angewandt.

Starke Regelblutungen oder Regelschmerzen: Nicht selten stecken Myome dahinter – gutartige Muskelknoten, die sich in oder um die Gebärmutter herum einnisten. Etwa 30 Prozent der Frauen in Deutschland sind davon betroffen, ohne es zu spüren. Problematisch wird es für die meisten erst, wenn es zu Symptomen wie Blutungsstörungen oder einem unerfüllten Kinderwunsch kommt. Bleiben die Myome unbehandelt, verursachen sie unter Umständen schlimme Schmerzen und dehnen sich bis auf die Größe eines kleinen Apfels oder einer Orange aus. In besonders schweren Fällen blieb den Ärzten früher nur die Möglichkeit, die Gebärmutter komplett zu entfernen. Heute ist das eine absolute Seltenheit. „Dank des Sonata-Systems lassen sich Myome schonend behandeln – ohne Schnitt, schmerzarm und kurzstationär“, erklärt Dr. Matthias Engelhardt, Chefarzt der Gynäkologie. Als das Verfahren 2017 in Deutschland eingeführt wurde, war die Gynäkologische Abteilung im Josephs-Hospital als eine der ersten Kliniken in Europa mit dabei. Bis heute, etwa drei Jahre später, konnten im Warenborfer Myomzentrum dank des Sonata-Systems über 100 Patientinnen mit Myomen erfolgreich behandelt werden. „Die Zahl zeigt, wie zuverlässig und sicher die Behandlung ist“, freuen sich Dr. Engelhardt und das Team über das außergewöhnliche Jubiläum.



Das Team des Myomzentrums um die Chefärzte Dr. Matthias Engelhardt und Gregor Pschadka sowie die Oberärztinnen Dr. Eva Maria Weskamp und Anabel Frye freut sich über 100 erfolgreiche Sonata-Behandlungen.

Innovatives System

Bei der Behandlung kommen die Gynäkologen den Myomen durch Ultraschall auf die Spur und veröden sie durch Radiofrequenzwellen, die für wenige Minuten an den Knoten abgegeben werden. Anschließend klingen die Beschwerden ab und die Myome schrumpfen oder verschwinden nach drei bis vier Monaten ganz. „Dank der sanften und schnittfreien Behandlung sind die Frauen schnell wieder auf den Beinen“, sagt Dr. Engelhardt. Nach zwei Tagen stationärem Aufenthalt können die Patientinnen die Klinik verlassen und den normalen Alltag wieder aufnehmen, inklusive körperlicher Belastung. 📧



Ihr Kontakt:
Gynäkologie
 Tel.: 02581/20-1501
 Fax: 02581/20-1502
 gyn@jhwaf.de

Superfood aus der Region

Chia-Samen, Avocados, Goji-Beeren – immer häufiger treffen wir auf exotisches „Superfood“ im Obst- und Gemüse-regal. Aus aller Welt wird es zu uns transportiert mit dem Versprechen, besonders nährstoffreich und gesund zu sein. Doch vergleichbar gesunde Power-Nahrung findet sich auch in der heimischen Region. Vier lokale Superfoods, die mindestens genauso gesund und meist auch günstiger und klimafreundlicher als ihre exotischen Verwandten sind.



← **Heidelbeeren** statt Acai-Beeren

Anthocyane, so heißen die blauen Pflanzenfarbstoffe, die der Heidelbeere nicht nur ihre Farbe verleihen, sondern auch antioxidativ, also entzündungshemmend wirken. Sie beugen Krankheiten vor, verlangsamen den Alterungsprozess – und bilden gemeinsam mit zahlreichen Vitaminen und Mineralstoffen eine blaue Beere, die wertvolle Energie in sich speichert.

Leinsamen statt Chia-Samen

Auf den ersten Blick wirken sie unscheinbar, doch in Leinsamen steckt mehr als das bloße Auge sieht: In jedem Samen befinden sich wertvolle Omega-3-Fettsäuren, Ballaststoffe, Eiweiß und Calcium für gesunde Knochen. Ihre volle gesundheitsfördernde Wirkung erzielen Leinsamen allerdings nur, wenn sie geschrotet verzehrt werden – zum Beispiel im Müsli, Joghurt oder Brot.



← **Spinat** statt Weizen-gras

Mit Spinat lässt sich das eigene Superfood direkt im Garten anbauen. Das grüne Gemüse enthält neben Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen sogenanntes Chlorophyll, das die Darmflora unterstützt und bei Wundheilungen hilft. Eine weitere Power-Zutat: Lutein. Der Vitalstoff beugt altersbedingten Erkrankungen der Augen vor und hilft, die normale Sehkraft dauerhaft zu erhalten.

Walnuss statt Avocado

Walnüsse sind nicht nur besonders groß, sondern auch besonders gesund: Wissenschaftliche Studien zeigen, dass sie die Gefahr, an Brustkrebs zu erkranken, um bis zu 50 Prozent senken können. 50 Gramm unverarbeitete Walnüsse pro Tag reichen bereits aus, um von den darin enthaltenen Omega-3-Fettsäuren und Vitaminen zu profitieren – die Inhaltsstoffe wirken krebs-hemmend und regulieren das Herz-Kreislauf-System. 🍊





„Ich baue Stress ab, indem ich mich aktiv erhole. Ich arbeite tagsüber im Büro und genieße es, mich nach Feierabend im Fitnessstudio auszupowern. Auch ein Spaziergang, zum Beispiel durch die Natur oder in der Fußgängerzone, gehört für mich jeden Tag dazu.“

Seda D., aus Emsdetten

Stress, lass nach! Immer mehr Menschen erleben ihren Alltag als belastend und hektisch – und zwar nicht nur im Beruf, sondern auch in ihrer Freizeit. Selbst nach Feierabend lassen uns Smartphone, E-Mails und Co. kaum Zeit zum Verschnaufen. Höchste Zeit also, die Geräte mal auszuschalten, um abzuschalten.

„WAS HILFT IHNEN GEGEN STRESS?“

Wir haben bei unseren Besuchern nachgefragt.



„Ich arbeite im Drei-Schicht-Betrieb, also auch mal zu Tageszeiten, in denen andere Menschen schlafen. Vor allem für den Körper kann das schon sehr stressig sein und ich bin froh, wenn ich zuhause bin und nichts zu tun habe. Oft reicht es mir dann schon, auf dem Sofa zu liegen und mich berieseln zu lassen.“

Hasan Y., aus Warendorf

„Ich muss nicht ständig aufs Handy schauen und schalte es häufig ganz bewusst aus. Wenn ich den Kopf freibekommen möchte, gehe ich zum Beispiel gerne an die frische Luft und mache Wassergymnastik. Außerdem lese ich abends gerne Krimis, um mich zu entspannen.“

Anna S., aus Warendorf



„Ich habe 48 Jahre in der Chemiebranche gearbeitet. Heute bin ich Rentner und freue mich, nicht mehr so viel Stress wie früher zu haben. Ich schaue zum Beispiel gerne Fernsehen oder gehe ins Kino. Am Wochenende zieht es mich fast immer auf den Sportplatz – ich bin nämlich großer Fußballfan!“

Roland A., aus Telgte

Atmen? Das geht automatisch, oder? Das klingt so einfach und selbstverständlich. Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen aber fällt es schwer, tief Luft zu holen. Die Pneumologische Praxis Warendorf hilft Patienten, die Lebensqualität zu steigern – und endlich wieder durchzuatmen.

END- LICH WIE- DER DURCH- ATMEN

Einatmen, ausatmen. Auf Essen und Trinken kann der Mensch tagelang verzichten. Ohne Sauerstoff aber halten wir es nur wenige Minuten aus. Damit das Lebenselixier aus der Atemluft in die Blutbahn gelangt, braucht es ein wahres Hochleistungsorgan: die Lunge. Bis zu 20.000 Mal am Tag bewegt sie sich, um Sauerstoff aufzunehmen und Kohlendioxid abzugeben. Die enorme Bedeutung wird uns aber oft erst bewusst, wenn die Lunge nicht mehr richtig funktioniert. Die von Dr. Albert Esselmann, Facharzt für Innere Medizin und Pneumologie, Dr. Matthias Waltert und Kollegen betriebene Pneumologische Praxis in Warendorf und weiteren Standorten in Münster, Ahlen und Gütersloh macht es sich zur Aufgabe, Lungen- und Atemwegserkrankungen frühzeitig zu erkennen und gezielt zu behandeln. In der fachübergreifenden Gemeinschaftspraxis dreht sich alles um den Atemapparat mit den Schwerpunkten Lungen- und Bronchialheilkunde, Allergologie und Schlafmedizin. Das eingespielte Team beschäftigt sich mit der Vorbeugung, Erkennung und konservativen Behandlung der Krankheiten der Lunge, der Bronchien, des Mittelsowie des Brustfells. Die gebündelte Expertise und das moderne Leistungsspektrum machen die Praxis zum Kompetenzzentrum in der Region – und zum optimalen Kooperationspartner fürs JHW.

Moderne Diagnostik und Therapie

Als Teil der Inneren Medizin versucht die Pneumologie (Lungenheilkunde), Patienten die sprichwörtliche Luft zum Atmen zu geben. Seit etwas mehr als zwei Jahren bündeln die Pneumologische Praxis Warendorf und das Josephs-Hospital ihre Kräfte, um dieses Ziel zu erreichen. Als Kooperationspartner ermöglichen sie Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen oder Tumoren an der Lunge eine hochwertige Diagnostik und Therapie – modern, umfassend und heimatnah. „Durch die Zusammenarbeit schaffen wir einen nahtlosen Übergang von ambulanter und stationärer Behandlung und vermeiden Doppeluntersuchungen“, erklärt Dr. Esselmann. Dank der räumlichen Nähe herrscht ein intensiver Austausch zwischen Klinik und Praxis. Planmäßig zweimal in der Woche sowie bei Notwendigkeit untersucht der erfahrene Facharzt Patienten, die mit Lungen- und Atemwegserkrankungen auf den Stationen liegen. Außerdem nimmt er sie in regelmäßigen Visiten mit den Ärzten vor Ort in Augenschein. „Das vertrauensvolle Verhältnis zu den Patienten liegt uns besonders am Herzen.“ Zu den häufigsten Leiden, die dem Pneumologen begegnen, zählen die chronische Bronchitis beziehungsweise COPD, das Asthma bronchiale, Tumorerkrankungen, Lungenentzündungen und weitere Formen der Atemnot. Damit er den Krankheitsursachen auf die Spur kommt, stehen ihm moderne und etablierte wissenschaftliche Diagnose- und Therapieverfahren zur Verfügung. Die Bandbreite reicht dabei von Lungenfunktionsprüfungen über Blutgasanalysen bis hin zum Ultraschall des Rippenfells. Tauchen auf den Röntgenbildern vergrößerte Lymphknoten oder Tumore im Bereich der Lunge auf, kommt mit dem sogenannten endobronchialen Ultraschall (EBUS) eine besonders moderne, schonende und effektive Methode zum Einsatz. Mit EBUS findet der Lungenspezialist heraus, ob die Lymphknoten von Tumorgewebe befallen sind. „Der Patient wird dabei in leichte Narkose versetzt und bekommt von dem 30- bis 60-minütigen Eingriff nichts mit.“ Bestätigt sich der Tumorverdacht, wird das weitere Vorgehen in der interdisziplinären Tumorkonferenz besprochen. Einmal in der Woche kommen dafür



Dr. Albert Esselmann, Facharzt für Innere Medizin und Pneumologie, im Gespräch mit mensch joseph!-Redakteur Dennis Salge.

Spezialisten aus allen beteiligten Fachrichtungen zusammen, um das bestmögliche Behandlungskonzept für den einzelnen Patienten festzulegen. „Ziel ist es, gemeinsam mit dem Patienten einen für ihn optimalen Therapieplan zu entwerfen und damit seine Heilungschancen deutlich zu verbessern“, erklärt der 53-Jährige. Bei der Notwendigkeit einer spezialisierten Weiterbehandlung werden die Patienten an regionale oder überregionale Fachkliniken weitergeleitet. Das komme allerdings nur in seltenen Fällen vor: „Dank unserer modernen Diagnose- und Therapieverfahren können wir fast alle Lungen- und Atemwegserkrankungen in Warendorf behandeln.“

Die Kombination aus qualitativ hochwertiger Diagnostik, sehr kollegialer Atmosphäre und langjähriger Erfahrung mache die Kooperation mit dem JHW so besonders, sagt Dr. Esselmann. „Ich fühle mich als fester Bestandteil des Facharztteams. Hier ziehen alle an einem Strang, um den Patienten die bestmögliche Versorgung zu bieten.“



Ihr Kontakt:
Innere Medizin & Gastroenterologie
 Tel.: 02581/20-1401
 inn@jhwaf.de

„WIR SIND

„Wir sind Papst“, hieß es 2005. „Wir sind Weltmeister!“, jubelten deutsche Fußballfans 2014. Seit dem 18. Januar gibt es eine neue geflügelte Redewendung: „Wir sind Prinz!“, riefen die Josephianer, als um kurz nach Mitternacht einer der Ihren zum Warendorfer Chefnarren auserkoren wurde – und als Prinz Frank I. triumphierend den „Moritz“ in die Höhe reckte.

Bis zu Beginn dieses Jahres dürften die meisten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Josephs-Hospitals Frank I. Hülsbusch als gut gelaunten IT-Netzwerkfachmann gekannt haben. Seit Karneval aber kennen sie ihn auch als das „Sangesoriginal vom Josephs-Hospital“. Unter dem lautstarken Jubel von etwa 1.000 Karnevalisten bahnte sich Prinz Frank I. an der Seite der Ex-Tollitäten und der Prinzensgarde mit „Annemarie“ Christin Woverus seinen Weg durch die ausverkaufte Kreienbaum-Narhalla. Für das Karnevals-Urgestein bildet die Regentschaft die Krönung seiner närrischen Karriere, wie er sichtlich gerührt einräumte: „Mehr geht nicht. Das war einer der letzten Posten, der mir noch fehlte.“ Warum er den Namen „Sangesoriginal“ nicht ohne Grund trägt und damit in die ruhmreiche Ahnenreihe der Warendorfer Karnevalsgeschichte eingeht, stellte der 40-Jährige schon am Anfang seiner Ära unter Beweis. „Ich singe lieber statt zu reden“, rief der amtierende Hof-sänger der Gesellschaft freudetrunken ins Mikrofon und schmetterte dann auch gleich sein Prinzenlied: „Für die Iwigkeit“ von den Räufern, das er text- und tonsicher aus dem Kölschen übersetzte und spontan auf sich selbst münzte: „Jetzt bin ich Prinz aus Warendorf!“

MAJESTÄTISCHER BESUCH IM JHW

Das dreifach donnernde „Helau“ ließen Prinz Frank I. und sein Gefolge aber nicht nur auf der Prinzenproklamation erschallen, sondern auch bei den Adelsverpflichtungen danach: beim Rathaussturm, inmitten knallbunter Kostüme und Konfetti auf dem Rosenmontagsumzug und auf Tournee durch die Stadt in Kindergärten, Schulen, Geschäften und Banken. Und natürlich hat es sich die jecke Rasselbande auch nicht nehmen lassen, am Arbeitsplatz von Prinz Frank I. Narretei und Frohsinn zu verbreiten. Seine



PRINZ!“

Verbundenheit mit dem Josephs-Hospital demonstrierte das Warendorfer Urgestein übrigens auch mit seinem selbst kreierten Orden, der ihn an seinem Arbeitsplatz zeigt. Einen großen Teil seines bürgerlichen Lebens verbringt Frank Hülsbusch nämlich als Fachinformatiker für Systemintegration, zuständig für Rechenzentrumsbetrieb, Netzwerke und IT-Sicherheit im JHW. Standesgemäß, im stattlichen blau-silbernen Kostüm mit Kniebundhose, verlieh Prinz Frank I. zahlreichen Kolleginnen und Kollegen seinen Orden. Schützenhilfe bekam er dabei von Vertretern aus Senat, Elferrat, Prinzensgarde, dem Hofmarschall und seiner „Annemarie“, die sich während des Klinik-Besuchs genau wie der Prinz fast wie zuhause gefühlt hat: Als Fachkrankenschwester im OP kümmert sich Christin Woverus Tag für Tag um das Wohl der Patienten. Für die begeisterte Karnevalistin war es zwar nicht der erste Auftritt als „Annemarie“, so einen euphorischen Empfang wie bei diesem „Heimspiel“ dürfte sie aber wohl selten bekommen haben.

Zwölf Monate steht Prinz Frank I. nun an der Spitze der Narrenschar. Stress hat er aber selbst am vollgepackten Karnevalswochenende keinen verspürt. „Das war eine wunderschöne und spaßige Zeit“, schwärmt der 40-Jährige aus dem Warendorfer „Vogelviertel“. Darauf ein dreifaches „Helau“! 🍷



Prinz Frank I. zeigt stolz sein Zepter: den bekannten Warendorfer „Moritz“.

IM GESPRÄCH MIT...

Die Technik zählt! Eine Klinik funktioniert wie eine kleine Stadt. Die Versorgung der Patienten muss genauso sichergestellt sein wie die mit Strom, Wasser und Wärme. Als Technischer Leiter sorgt Willy Redeker für den störungsfreien Betrieb aller Anlagen und Geräte.

Herr Redeker, was macht der Neubau? Bleibt es beim geplanten Umzugstermin?

» *Willy Redeker:* Wir liegen im Zeitplan und biegen auf die Zielgerade ein. So wie es aktuell aussieht, beginnen wir ab Anfang April mit dem Umzug der verschiedenen Bereiche.

Als Bauherrenvertreter tragen Sie besondere Verantwortung. Können Sie sich an ein vergleichbares Projekt erinnern?

» Auf meinen vorherigen Stationen habe ich ebenfalls große Projekte begleiten dürfen. Trotzdem ist dieser Neubau auch für mich etwas Besonderes: Zum einen handelt es sich um das größte Projekt während meiner Zeit im JHW. Zum anderen sind Bauten im Gesundheitswesen mit besonderen Herausforderungen verbunden.

Worin liegen diese Herausforderungen?

» Kliniken sind komplexe Gebäude, die zahlreiche Funktionen und moderne Medizintechnik unter einem Dach vereinen. Im Vergleich zu anderen Nutzbauten kommen viele spezielle Aufgaben und praktische Ansprüche zum Tragen. Die Anforderungen der unterschiedlichen Abteilungen und Personengruppen in Einklang zu bringen, ist sehr anspruchsvoll.

Bleibt Ihnen im Zuge des Neubaus überhaupt noch Zeit fürs Tagesgeschäft?

» Auch wenn mein Augenmerk gerade dem Neubau gilt, verliere ich das Tagesgeschäft nicht aus den Augen. Glücklicherweise kann ich mich dabei auch auf ein absolut zuverlässiges und eingespieltes Team aus zwölf Mitarbeitern verlassen, das alles im Griff hat.

Inzwischen sind Sie seit 27 Jahren Technischer Leiter im Josephs-Hospital. Was macht für Sie den Reiz der Aufgabe aus?

» Meine Arbeitstage sind sehr unterschiedlich und abwechslungsreich, weil mein Aufgabenbereich vielseitig und breit gefächert ist. Auch die Organisation der Betriebsabläufe macht mir Spaß, weil die Entscheidungswege dank des guten Miteinanders im Haus kurz sind und wir Probleme schnell lösen können.

2021 geht es für Sie in den Ruhestand. Was nehmen Sie sich vor?

» Ich will meine Zeit aktiv nutzen und genießen. Meine Frau und ich sind gerne in der Natur und zum Beispiel schon den Franziskusweg von Florenz nach Rom gewandert. Ich will vor allem mehr Zeit mit meiner Familie verbringen. 🍷



Willy Redeker

FIT AUS DEM BETT

„Ring, ring!“ Der Wecker klingelt, ein neuer Tag beginnt. Aufzustehen aber fällt vielen Menschen schwer. Im Schlaf durften sich die Gelenke und Muskeln entspannen und müssen erst wieder aktiviert werden. Wer am Morgen neue Kraft schöpfen und fit in den Tag starten möchte, kann bereits im Schlafzimmer aktiv werden. Zusammen mit der Physiotherapie des JHW zeigen wir Ihnen drei Übungen, die Sie aber nur anwenden sollten, wenn Sie dabei keine Schmerzen verspüren.

RÜCKENSCHAUKEL

Am Morgen die Rückenmuskulatur zu dehnen, lockert Verspannungen und lässt Sie den Tag agiler beginnen. Auf dem Rücken liegend ziehen Sie Ihre Knie zur Brust und umfassen diese mit Ihren Armen. Sie sollten eine Dehnung im Rückenbereich verspüren und in dieser Körperhaltung leicht vor und zurück, nach rechts und links schaukeln. Achten Sie während der Bewegungen allerdings darauf, nicht das Gleichgewicht zu verlieren.



KROKODILHALTUNG

Diese Übung dehnt und entlastet vor allem die Rumpf- und Rückenmuskulatur: Legen Sie sich zunächst gerade auf den Rücken und stellen Sie die Füße auf. Drehen Sie Ihren Kopf langsam nach links, während die Beine auf die rechte Seite wandern und mit den Knien das Bett berühren. Die Arme liegen in U-Haltung über dem Kopf. Halten Sie die Position mindestens zehn Atemzüge lang, ehe Sie sich kurz entspannen und die Seiten wechseln.



ÄPFELPFLÜCKEN

Lockern Sie Ihre seitliche Rückenmuskulatur, indem Sie im Schlafzimmer imaginäre Äpfel pflücken: Setzen Sie sich dazu aufrecht auf die Bettkante, stellen Sie die Füße fest auf den Boden und breiten Sie Ihre Arme abwechselnd in verschiedene Himmelsrichtungen aus – nach oben oder seitlich vom Körper weg. Wiederholen Sie die Übung beliebig oft. Auf diese Weise strecken Sie Ihren Rücken und bringen Ihre Muskelpartien bereits am Morgen in Schwung. ☺



WORTFUCHS

Stellen Sie Ihr Allgemeinwissen auf die Probe, finden Sie das gesuchte Wort und schicken Sie uns die **Lösung unter dem Kennwort „Wortfuchs“ per E-Mail an menschjoseph@jhwaf.de oder postalisch an das Josephs-Hospital, Am Krankenhaus 2, 48231 Warendorf** (Ihren Namen und Ihre Anschrift nicht vergessen!). Lösung einsenden und einen von drei 50-Euro-Gutscheinen für Schöner Wohnen Preckel in Warendorf gewinnen. Einsendeschluss ist der 20. Mai 2020.

Mit freundlicher Unterstützung von



Schöner Wohnen Preckel
Im Ort 1-3, 48231 Warendorf

**LÖSUNG
EINSENDEN UND
EINEN VON DREI
50-EURO-GUTSCHEINEN
FÜR SCHÖNER
WOHNEN PRECKEL
IN WARENDORF
GEWINNEN!**

LÖSUNGSWORT der letzten Ausgabe: RUECKENMUSKULATUR
Die Gewinner der drei 50-Euro-Gutscheine für Edeka Buller:
G. Skiba aus Warendorf, B. Milinkovic aus Versmold und
A. Nowinski aus Everswinkel.

schadstofffrei	Prosaerzählung	Baby Speise	Begeisterung, Ver-zückung	Ver-größe-rungs-glas	11	Gefolgs-, Lehns-mann	Insel-staat in Ost-asien	Europ. Weltraum-organisa-tion (Abk.)	dünn-flüssiger Arznei-auszug	Raum im Eisen-bahn-wagen	med. Nothilfe, Luft-zufuhr	Stütz-vor-richtung (Schuh)	dt. Phi-losoph (Imma-nuel)	Neuge-staltung von Ge-bäuden	Grün-fläche im Dorf											
altrömi-sche Unter-welt	römi-scher Kaiser	14	gefäll-süchtig; ein-gebildet	Vorteil, Vorzug	spaßig, komisch	Abk. für Landes-kriminal-amt	Sport-runder-boot	Grazie	3	falsche Methode	Infek-tions-krank-heit	4	Kirchen-musik-instru-ment	7	Roman von Stephen King											
freiwillig auf etwas verzich-ten	freudlos	8	Hochruf	6	der-zeitig; zeit-gemäß	geküns-telte Haltung, Gebärde	scherz-haft; dicker Bauch	1	sich teil-weise zersetzen (Alkohol)	Bar-gewinn	12	Hafen-stadt in Südost-italien	ein Europäer	Kranken-beschei-nigung	2	lettl-iche Haupt-stadt	früher: persön-liche Dienerin	Bestand, tatsäch-licher Vorrat	instinkt-gesteuer-te psych. Kraft	13	lang ge-streckte Gewebe-zelle	Geheim-gericht	große Menge	9	kindlich: kleiner Wasser-vogel	Platz-deckchen (engl.)
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14													

Teilnahmeberechtigt sind alle Personen ab 18 Jahren. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, die Gewinnerin oder der Gewinner werden schriftlich oder telefonisch benachrichtigt. Alle persönlichen Daten werden von uns nur für die Durchführung des Gewinnspiels erhoben. Teilnehmer erklären sich einverstanden, dass ihr Name im Gewinnfall in der mensch joseph! veröffentlicht wird.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Josephs-Hospital Warendorf
Am Krankenhaus 2
48231 Warendorf
Telefon: 02581 20-0
Telefax: 02581 20-1003
info@jhwaf.de
www.jhwaf.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Tobias Christof Dierker
Marketing & Kommunikation

Konzept, Redaktion und Design:
KIRCHNER
Kommunikation und Marketing GmbH
www.kirchner-kum.de

Bildnachweise:
Björn Hokamp (S. 1, 2, 3, 4, 5, 6-8, 10, 13, 15, 17)
Tobias Christof Dierker (S. 3, 10, 11, 16)
Foto Kaup (S. 16)
Manuela Mertens (S. 20)
Angelique Casson (S. 18)
iStock (S. 9)
Freepik (S. 12, 14-15)
Shutterstock (S. 12)



Ihre Meinung zählt!

Wie fanden Sie unsere aktuelle Ausgabe? Wir sind dankbar für Kritik, Lob und Anregungen – schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an **menschjoseph@jhwapf.de**

Wir freuen uns, Sie schon bald wieder mit spannenden Gesundheitsthemen aus dem Josephs-Hospital Warendorf informieren zu dürfen: Die nächste Ausgabe erscheint im Juni 2020.



Kontakt: Josephs-Hospital Warendorf
Am Krankenhaus 2 · 48231 Warendorf
Telefon: 02581 20-0 · Telefax: 02581 20-1003
E-Mail: info@jhwapf.de · www.jhwapf.de · www.facebook.com/jhwarendorf



JOSEPHS-HOSPITAL
WARENDORF