

LÄÄVE

Magazin fürs *Leben*

Schnuppertag
**GIRLS'DAY UND
BOYS'DAY**

**VOR-
SORGETIPP**

Darm-
spiegelung

ARBEITEN IN KÖLN-KALK

Das EVKK und seine Menschen

Besuchen Sie
uns auch auf:



**AUSLÄNDISCHE
PFLEGEFACHKRÄFTE**

3 Fragen an Silke Mitteis

**ERSTMALS BEIM
COLOGNE PRIDE**

Buntes EVKK

**INTERVIEW ZUR
ALTERSVORSORGE**

Dr. Gernot Heusinger von Waldegg

EVKK – VIELFÄTIG UND BUNT

Liebe Leserinnen und Leser,

ein Sommer ohne Einschränkungen durch die Pandemie neigt sich dem Ende entgegen. Ein Sommer, in dem für die Krankenhäuser in NRW und Deutschland relevante Weichen für die Zukunft gestellt wurden. Die Krankenhausplanung im Land und die Krankenhausreform im Bund werfen ihre Schatten voraus. Ob die politische Justierung der Versorgungslandschaft geeignet sein wird, bessere Rahmenbedingungen für gute Medizin und Pflege zu schaffen, wird sich zeigen. Der ökonomische Druck auf die Krankenhäuser wird größer, Kostensteigerungen sind über die gedeckelten Erlöse kaum refinanzierbar.

Ihr EVKK steht derzeit auf stabilen gesunden Beinen. Wir sind unter anderem dabei, die Digitalisierung in

unserem Kalker Krankenhaus weiter voranzutreiben. Unsere Kolleg*innen aus Medizin und Pflege sind weiterhin mit großer Empathie für Sie da. „Fürs Leben“ ist unser Motto – und darum dreht es sich auch von vorne bis hinten in dieser Ausgabe. Wir stellen Ihnen einige Pflegefachkräfte vor. Lesen Sie, wie vielfältig und spannend die Geschichten unserer Mitarbeitenden sind und was die Faszination ist, bei uns zu arbeiten. Der Nachwuchs beim Girls'Day hat auch schon EVKK-Luft geschnuppert ...

Bei allem steht Ihre Gesundheit an erster Stelle: Die Menschen werden immer älter und dazu gibt Ihnen Dr. Heusinger von Waldegg, Chefarzt unserer Klinik für Geriatrie, auf Seite 6 Tipps, um sich rechtzeitig vorzubereiten. Daneben gilt: Nehmen Sie Vorsorge-Checks wahr! Wie wichtig Darmkrebsvorsorge ist

und was genau Sie bei einer Darmspiegelung erwartet, können Sie auf Seite 7 lesen.

Ich wünsche Ihnen abwechslungsreiche und informative Lesefreude. Genießen Sie die spätsommerliche Sonne und einen bunten Herbst,



Ihr Marcus Kirchmann

Geschäftsführer des
Ev. Krankenhauses Köln-Kalk

Erstmals Girls'Day und Boys'Day im EVKK

Vier Schülerinnen nutzten den diesjährigen Girls'Day, um einen Blick hinter die Kulissen des EVKKs zu erhaschen. Das Kalker Krankenhaus bot erstmals Kölner Teenagern die Möglichkeit, sich klischeefrei über verschiedene Berufe bei einem der größten Arbeitgeber im Veedel zu informieren. Technik, IT, Großküche und Chirurgie standen zur Auswahl.



Auch ein Junge nutzte das Angebot vom Boys'Day und schnupperte in das Aufgabenfeld der Apotheke hinein. Für alle gab's noch einen phänomenalen Blick vom Dach des Krankenhauses über ganz Köln und zudem Zeit zum Quatschen beim gemeinsamen Mittagessen in der Kantine.



Für 2024 bietet das EVKK erneut Plätze an. Alle Details gibt es rechtzeitig unter www.girls-day.de und www.boys-day.de.



Sonnenschein und Regenbogen – das EVKK-Team war erstmals beim CSD Köln dabei.

EVKK BEIM COLOGNE PRIDE!

Das Evangelische Krankenhaus Köln-Kalk ist ein echtes Veedels-Krankenhaus – vielfältig und bunt. Das bewies das EVKK dieses Jahr erstmals beim ColognePride! Ein kleines, feines Team ging als Teil der Fußgruppe der Queeren Kirche mit, organisiert vom evangelischen Kirchenkreis Köln-Mitte.

Mit Begeisterung verteilten die Kolleg*innen kleine EVKK-Schlüsselanhänger, praktische Einkaufstaschen und Süßigkeiten. Mehr als 60.000 Teilnehmer*innen waren bei der Christopher-Street-Day-Parade am 9. Juli dabei. Insgesamt feierten 1,4 Millionen Menschen das bunte Fest im Glanz des Regenbogens auf den Straßen von Köln.

3 Fragen an



**SILKE
MITTEIS**

Pflegedirektion

Bei der Pflegedirektion zuständig für das Recruiting von ausländischen Pflegefachkräften und neu im EVKK seit März 2023



Sie haben viele Erfahrungen in anderen Häusern gemacht, warum haben Sie sich jetzt für das EVKK entschieden?

„Die neue Herausforderung und mehr Verantwortung im Bereich der Pflegedirektion haben mich neugierig gemacht. Meine bisherigen Erfahrun-

gen zu Recruiting und Onboarding von internationalen Pflegefachkräften kann ich hier sehr gut anwenden.“

Was fasziniert Sie an Ihrem Aufgabenbereich?

„Der Blick über den eigenen Tellerrand! Ausländische Pflegefachkräfte geben ihre Heimat, Familie und berufliche Stellung für ein besseres Leben in Deutschland auf. Ich Sorge für eine gute Integration,

ein Willkommen und Wohlfühlen der ausländischen Mitarbeiter*innen. Das ist mir besonders wichtig. Dazu kommen noch andere Aufgaben in der Pflegedirektion, es ist alles sehr abwechslungsreich!“

Warum sollten sich Pflegefachkräfte im EVKK bewerben, was dürfen neue Kolleg*innen hier erwarten?

„Ich konnte bereits verschiedene Krankenhäuser und Kliniken kennenlernen. Im EVKK habe ich bisher das beste Betriebsklima vorgefunden. Neue Kolleg*innen erwartet im EVKK ein respektvoller

Umgang, kompetente Mitarbeiter und ein kooperatives Arbeiten auf Augenhöhe. Wer ein familiäres Wirgefühl sucht, dem kann ich die Arbeit im EVKK nur empfehlen.“



STREET-ART ZEIGT BUNTE VIELFALT

Das EVKK zeigt sich mit Stolz von seiner bunten Seite: Rund ein Dutzend Graffitis zieren seit Mai eine Gebäudeseite des Krankenhauses mitten im Veedel. Etliche Kölner Künstler*innen nahmen die Möglichkeit wahr, ihre Werke in Kalk zu veröffentlichen.

„Wir freuen uns sehr, dass so viele Kölner Künstler unsere Gebäudeseite in der Thumbstraße gestaltet haben. Die Motivvielfalt der Sprayer hat uns beeindruckt. Die Bilder spiegeln auch die starke Vielfalt von Menschen, Pflege und Medizin in unserem EVKK wider!“, so Geschäftsführer Marcus Kirchmann. Im Rahmen der

Kunstinitiative KalkKaleidoskop engagiert sich das Kalker Krankenhaus im lokalen Umfeld.

Unter der künstlerischen Leitung von Adrian Savulescu hatten sich die Sprayerrinnen und Sprayer an die kreative Arbeit gemacht. Die meisten der teilgenommenen Künstler*innen beschäftigen sich seit vielen Jahren mit Graffiti und der Gestaltung des urbanen Raumes. Als bildende Künstler waren etwa die Sprayer Momo und Forst dabei. Gemeinsam bilden sie ein Kollektiv, das gestaltet, Ausstellungen organisiert und sich gegenseitig immer wieder aufs Neue inspiriert, fördert und unterstützt.



DAS EVKK UND SEINE MENSCHEN

Ein Krankenhaus ist so viel mehr als ein Gebäude mit entsprechender Technik. Es ist nur so gut, wie die Menschen, die darin arbeiten. Im EVKK haben wir großes Glück. Denn hier arbeiten (nicht nur) in der Pflege besonders tolle, freundliche und gut ausgebildete Mitarbeiter*innen. Das hat sich mittlerweile schon in ganz Köln rumgesprochen. Die Patient*innen schwärmen von der professionellen Pflege. In dieser Atmosphäre, die von echter Hilfsbereitschaft, erstklassiger Versorgung und menschlicher Zuwendung geprägt ist, wird man schnell gesund!

Drei unserer wunderbaren Mitarbeiter*innen möchten wir Ihnen heute einmal vorstellen. Sie alle sind schon lange im EVKK tätig und fühlen sich hier richtig wohl.



Da es noch offene Stellen in der Pflege gibt, möchten wir professionell Pflegende gerne einladen, sich bei uns zu bewerben. Über den QR-Code finden Interessierte schnell den Weg zu unseren Ansprechpartnern. Für einen Platz in einem multikulturellen Veedelskrankenhaus mit Expertise in vielen Spezialgebieten, das wirtschaftlich gut aufgestellt ist und damit zuversichtlich in die Zukunft schaut. Werden auch Sie Teil unseres Superteams!

RENE THIEL

Rene Thiel hat fast sein ganzes bisheriges Arbeitsleben im EVKK verbracht. Und er kam sogar in diesem Krankenhaus zur Welt! Heute ist er stellvertretender Leiter der Pneumologischen Station (4a). Seine ersten Erfahrungen machte er – nach Schule und Ausbildung im Bereich IT – während seines Zivildienstes in der Krankenhausapotheke. Von da an ließ ihn das EVKK praktisch nicht mehr los. Nach einem Pflegepraktikum in der Geriatrie war ihm sofort klar, dass er in der hauseigenen Krankenpflegeschule eine Ausbildung zum „Gesundheits- und Krankenpfleger“ machen wollte. Diese schloss er 2008 ab und arbeitet seitdem auf der 4a. Natürlich sind mittlerweile mehr Organisationsaufgaben hinzugekommen, die der Leitungsposten mit sich bringt, wie z. B. Dienstpläne erstellen, Materialbestellung und Bettenbelegungspläne. Auf Patientenkontakt möchte er aber dennoch nicht verzichten und kümmert sich mit Hingabe um Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen. Das Haus ist zu seiner zweiten Familie geworden, sagt er. Er fühlt sich in seinem Team sehr wohl, pendelt nach seinem Umzug gerne zur Arbeit und steckt mit seiner positiven Ausstrahlung Kolleg*innen und Patient*innen gleichermaßen an. Gut gelaunt geht halt alles besser.



MARKUS REDMANN



Das ist Markus Redmann, der sympathische pflegerische Leiter der Intensivstation. Seit 22 Jahren arbeitet er hier im EVKK. Angefangen hat damals alles in der Krankenpflegeschule gegenüber. Dort startete er seine Ausbildung zum „Gesundheits- und Krankenpfleger“ – heute Pflegefachmann genannt. Eigentlich wollte er einen anderen Berufsweg einschlagen. Heute ist er froh, dass der Plan B so gut aufgegangen ist. Denn hier fühlt er sich am richtigen Ort. Außerdem boten sich ihm viele Möglichkeiten der individuellen Weiterbildung. Nach einem Jahr auf der Privatstation wechselte er auf die Intensivstation, für die heute noch sein Herz schlägt. Nach der Fachweiterbildung im Bereich der Intensivmedizin wurde er stellvertretender Leiter. Und im Laufe seines Bachelorstudiums übertrug man ihm die Leitung der Station dann ganz. Markus Redmann ist überzeugt, dass es besondere Menschen sind, die in diesem Krankenhaus arbeiten. Sie leisten sehr viel, unterstützen sich gegenseitig und tun alles, dass es den Patient*innen schnell wieder besser geht. Hier ist Schnelligkeit und Know-how gefragt. Aber auch eine ruhige Ausstrahlung, die den Patient*innen Ängste nimmt. Er schätzt es sehr, dass hier alle an einem Strang ziehen. Auch dass sein Tag so abwechslungsreich ist, gefällt ihm richtig gut.

FISNIKE VERLAKU

Gestatten? Das ist Fisnike Verlaku – seit 30 Jahren verlässliche und beliebte Seele im EVKK. Die gebürtige Albanerin kam im Alter von fünf Jahren nach Köln. 1996 schloss sie ihre Ausbildung zur Krankenschwester ab und arbeitete dann zunächst zehn Jahre auf der „Inneren“. Danach zog es sie in die Notaufnahme, in der sie bis heute engagiert ihren Job macht – und inzwischen als Fachassistentin für chronisch-entzündliche Darmerkrankungen qualifiziert ist. Fisnike Verlaku betreut darüber hinaus als Study Nurse lang angelegte, hausinterne Studien zur Behandlung von chronischen Darmerkrankungen – eine Aufgabe, die ihr viel Freude macht. Dass sie sieben Sprachen spricht, hilft ihr in beiden Arbeitsbereichen.



Kürzlich rettete sie auf einem Flug von Skopje nach Köln einem Landsmann das Leben. Er erlitt während des Fluges einen Herzstillstand und konnte dank der beherzt agierenden Fachkrankenschwester für Notfallpflege doch noch an der Hochzeit seines Enkels teilnehmen, für die er angereist war. Überglücklich lud die Hochzeitsgesellschaft die Lebensretterin Fisnike Verlaku ein, am Tisch der Familie mitzufeiern. Was für ein schönes Happy End.



Lebensretterin mit Patient und dessen Sohn

KEINE ANGST VORM ALTER



Dr. Gernot Heusinger von Waldegg

Rechtzeitige Vorbereitung ist angesagt!

Dr. Gernot Heusinger von Waldegg ist neuer Chefarzt der Klinik für Geriatrie am Evangelischen Krankenhaus Kalk. Der erfahrene Mediziner weist im Gespräch auf eine gute Altersvorsorge hin und gibt hier Tipps.

LÄÄVE: Herr Dr. Heusinger von Waldegg, warum sollte ich mich aufs Altern vorbereiten?

Dr. Heusinger von Waldegg: Damit Sie im Alter möglichst lange unabhängig und selbstbestimmt leben können, trotz zu erwartenden körperlichen und möglichen kognitiven Einschränkungen. Die Vorbereitung auf das Älterwerden sollte jeder Mensch zwischen 40 und 50 Jahren beginnen. Dabei geht es nicht nur um ein „gesundes Leben“, sondern auch um die Frage: Wie will ich im Alter leben und wohnen? Die Auseinandersetzung damit sollte möglichst frühzeitig erfolgen. Beispiel: Die Entscheidung, ob ich bei Pflegebedürftigkeit oder Einschränkungen in meinem Haus wohnen bleiben kann, fällt idealerweise beim Hausbau oder wenn große Umbauten bevorstehen.

LÄÄVE: Warum ist die Auseinandersetzung oft heikel?

Dr. Heusinger von Waldegg: Es gibt diesen alten Spruch, dass jeder älter werden will, aber keiner alt sein will. Dank des medizinischen Fortschritts werden auch alle tatsächlich älter als vorherige Generationen. Es kommt darauf an, am Lebensende gut versorgt zu sein. Das darf kein Tabu sein. Wünsche und eigene Wertvorstellungen sollten innerhalb der Familie oder mit Menschen, denen Sie vertrauen, klar und offen besprochen werden. Eine ausgefüllte Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung sind im Falle eines Falles unendlich wichtig.

LÄÄVE: Viele achten bereits auf körperliche Fitness. Was gibt es noch?

Dr. Heusinger von Waldegg: Immer mehr ältere und hochbetagte Menschen leben alleine und ohne ausreichendes soziales Umfeld. Das ist eine weitere Herausforderung: sich rechtzeitig um ausreichend soziale Kontakte zu bemühen. Ideal ist ein generationsübergreifendes Netzwerk. Der Fokus sollte auf Unterstützung durch Zuwendung und ehrliches Interesse liegen. Jeder Mensch braucht jemanden, der sich ihm zugehörig fühlt und ihn als wichtig wahrnimmt, etwa im Bedarfsfall frische Wäsche ins Krankenhaus bringt oder ihn zum Arzt begleitet.

SOZIALE NETZWERKE FRÜHZEITIG AUFBAUEN

LÄÄVE: Welche Wohn- und Pflegemöglichkeiten habe ich?

Dr. Heusinger von Waldegg: Leider stehen Pflegeheim-Plätze oder die Versorgung durch ambulante Pflegedienste immer mehr begrenzt zur Verfügung. Um in einem Pflegeheim einen Platz zu bekommen, ist in Köln ein höheres Maß an Pflegebedürftigkeit erforderlich. Informieren Sie sich über Alternativen, zum Beispiel den Umzug in ein betreutes Wohnen, solange man an einem Gehhilfsmittel noch mobil ist.

LÄÄVE: Was bietet denn eine Klinik für Geriatrie?

Dr. Heusinger von Waldegg: Die Geriatrie – Altersmedizin – kümmert sich um den Erhalt oder die Wiederherstellung von Fähigkeiten wie

Laufen, Grundversorgung im Alltag bei älteren beziehungsweise hochbetagten Patienten nach einem Akutereignis wie zum Beispiel einem Oberschenkelhalsbruch oder einem Schlaganfall. Die Erwartungen sind oftmals sehr hoch und können nicht immer vollständig erfüllt werden. Unsere Patienten werden immer älter und sind, schon wenn sie in die Geriatrie kommen, immer häufiger immer weniger mobil.

LÄÄVE: Was zeichnet die Geriatrie aus?

Dr. Heusinger von Waldegg: Wir wirken „multiprofessionell“. Die Patienten werden durch ein „therapeutisches Team“ betreut. Hier arbeiten Pflegekräfte, Ärzte, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialarbeiter und Neuropsychologen im intensiven Austausch zusammen. Die gemeinsame Beurteilung des Patienten aus verschiedenen Blickwinkeln verbessert die Behandlung deutlich.

LÄÄVE: Altwerden und Pflegebedürftigkeit sind für die meisten keine schönen Themen. Muss ich vor dem Alter Angst haben?

Dr. Heusinger von Waldegg: Also ich finde Altwerden und damit lange leben zu dürfen eine schöne Sache, wenn ich mich rechtzeitig um die Umstände kümmere. Die Aussicht, nach dem Eintritt ins Rentenalter noch ein oder zwei Jahrzehnte selbstbestimmt leben zu können, ist für mich auch persönlich sehr verheißungsvoll.

LÄÄVE: Danke für das Gespräch!



DARMSPIEGELUNG - SUPERSINNVOLL UND DABEI HALB SO WILD!

Die Darmspiegelung ist eine sehr gute Sache! Besonders als effektive Vorsorge im Kampf gegen den weit verbreiteten Darmkrebs. Mit ihr kann sich die Ärztin oder der Arzt ein genaues Bild vom Zustand der Darmschleimhaut machen. Sieht man Veränderungen, wie zum Beispiel Polypen, lassen sich diese sogar direkt entfernen. Das macht man, weil sich aus diesen Wucherungen später Krebs entwickeln könnte.

Da Darmkrebs gehäuft bei älteren Menschen auftritt (es gibt jedoch Ausnahmen), empfehlen wir die Koloskopie, so der Fachbegriff, Männern ab 50 Jahren und Frauen ab 55 Jahren. Wenn es akute Darmbeschwerden gibt, natürlich auch früher.

Wie läuft so eine Darmspiegelung ab?

Wichtig ist, dass vorher der Darm komplett entleert und gereinigt wurde. Dafür erhält der Patient ein abführendes Mittel, das er mit viel Wasser zu sich nimmt. Am Tag der Untersuchung bekommt er auf Wunsch eine leichte Sedierung (manche Menschen machen die Untersuchung auch ohne Betäubung mit). Und dann kann es losgehen. Ein dünner, flexibler Untersuchungsschlauch wird über den Anus durch den End- und Dickdarm bis zum Dünndarm vorgeschoben. Das Endoskop ist mit einer Kamera und Licht ausgestattet. So kann die Darmschleimhaut über einen Monitor ganz genau angeschaut werden. Polypen sowie Gewebeproben lassen sich während der Darmspiegelung entnehmen. Diese werden dann im Labor untersucht.

Nach 30–40 Minuten ist in der Regel schon alles vorbei und der Patient erwacht aus seinem kurzen Dämmer Schlaf. Autofahren ist danach allerdings nicht erlaubt. Patienten, die eine Sedierungsspritze bekommen haben, müssen von einer Begleitperson nach Hause gebracht werden.



Barbara Neukirchen, Fachkrankenschwester und Leiterin der Endoskopie

„Darmkrebs ist bei Frauen die zweithäufigste und bei Männern die dritthäufigste Krebserkrankung. Ich wünschte mir, es wäre schon bekannter, wie sehr Darmspiegelungen helfen können, diese Erkrankung frühzeitig zu erkennen. Denn dann ließen sich entdeckte Veränderungen häufig komplett endoskopisch entfernen. Über 7000 Endoskopien führen wir jährlich im EVKK durch. Und Dank der effizienten interdisziplinären Zusammenarbeit mit Chefarzt Prof. Dr. Konrad Streetz (Gastroenterologie) und Chefarzt Prof. Dr. Igrors Iesalnieks (Chirurgie) können wir als erfahrenes Team gute Untersuchungs- und Behandlungserfolge für unsere Patient*innen sicherstellen.“

Zeigen sich keine Auffälligkeiten, reicht es, wenn man nach 10 Jahren einen nächsten Termin ausmacht. Es ist auf jeden Fall ein gutes Gefühl, zu wissen, dass im Darm alles in Ordnung ist und man sich wegen Darmkrebs keine Sorgen machen muss. Darmspiegelung sei Dank!

Bei Claudia U. aus Sülz wurde kürzlich während der Darmspiegelung ein Karzinom auf einem Polypen entdeckt. Gerade noch so rechtzeitig, dass der Tumor vollständig entfernt werden konnte, bevor er hätte streuen können:

„Die Früherkennung mithilfe der Darmspiegelung hat mir womöglich das Leben gerettet! Hätte ich gewusst, wie unkompliziert und schmerzfrei diese Untersuchung ist, wäre ich schon früher zur Vorsorge gegangen!“

Termine Endoskopie: Tel. 0221 8289-2150

WAS BEDEUTET DAS EVKK FÜR SIE?

„Das EVKK ist vielfältig – und nun auch bunt! Ich konnte mit anderen Graffiti-Künstler*innen eine Gebäudeseite gestalten und habe mich riesig über diese Möglichkeit, aber auch das tolle Feedback aus der Nachbarschaft und von Passanten gefreut. Das EVKK spiegelt für mich die kulturelle und menschliche Vielfalt des Veedels wider!“

Adrian Savulescu, Künstlerischer Leiter
Graffiti-Projekt am EVKK
und Nachbar in Kalk



Strampeln fürs Klima

Ein Team von 14 Mitarbeitenden aus dem EVKK hat bei der diesjährigen Aktion Stadtradeln für das Klima in die Pedale getreten. Ziel der dreiwöchigen, bundesweiten Aktion im Juni war es, möglichst oft das Auto stehen zu lassen und das Rad zu nehmen. Ob auf dem Weg zur Arbeit oder in der Freizeit, ob E-Bike oder ohne Schubhilfe – jeder erstrampelte Kilometer zählte. Per App sammelten die EVKK-Radler so insgesamt 3.702 km und konnten damit 599,7 kg CO₂ vermeiden. Für die drei fleißigsten Kolleg*innen gab es zudem eine kleine Überraschung von der Geschäftsführung. Und von wegen, EDV-Experten sitzen ununterbrochen vor dem PC: Ein Kollege aus dem IT-Team hat mehr als 700 km geschafft! Danke für diesen Einsatz. Wir sind auch nächstes Jahr wieder mit dabei!

Fürs Leben.
EVKK.de

IMPRESSUM

Redaktion: Nina Spiel; Stefanie Boor (EVKK)

Kontakt: Evangelisches Krankenhaus Kalk gGmbH, Buchforststraße 2, 51103 Köln
EVKK-Unternehmenskommunikation, Mail: presse@evkk.de

Sekretariat der Geschäftsführung: Verena Heß

Verantwortlich im Sinne des Presserechts – v. i. S. d. P.: Marcus Kirchmann

Konzeption: kaiserkom GmbH, Köln

Bildnachweise: Peter Obenaus/EVKK (S. 2, 6, 7), Helmut Alexander Moser (S. 3), EVKK (S. 2–5)
...iStock/Maxchered, ttsz, Sycomore, Tera Vector, denkreative, vector (S. 7)