

Vinzenz magazin

Kinder- krankheiten

**Erste-Hilfe-Tipps vom
Primar des Krankenhauses der
Barmherzigen Schwestern Ried**



KI im Dienst

Künstliche Intelligenz unterstützt in der Medizin und bei der Pflege.

Fliegende Ärztin

Interview mit einer Anästhesistin, die auch als Flugbegleiterin arbeitet.

Krebs, na und?

Eine Patientin mit Metastasen schaut positiv in die Zukunft.

Streetart trifft Pflegehaus

Wie die Bewohner*innen in einer Pflegeeinrichtung braucht manchmal auch die Fassade besondere Pflege. Vor einigen Monaten verewigten sich unbekannte Vandalen auf der Hausmauer des Pflegehauses und Hospiz St. Katharina in Wien Gumpendorf. Anstatt die Wand neu streichen zu lassen, hatten Monika Bergauer und Katharina Reichelt (Foto) von der Abteilung für Kommunikation Barmherzige Schwestern Pflege und Wohnen eine kreativere Lösung. Mit Atemschutzmaske, Graffiti-Abklatsch und Schutzkleidung verwandelten die beiden als Sprayerinnen die Fassade in einen echten Hingucker.



Editorial



KI mit Verantwortung

Künstliche Intelligenz (KI) verändert Medizin und Pflege schneller, als wir es je für möglich gehalten haben. Was früher nach Science-Fiction geklungen hat, ist heute oft schon Realität: KI hilft dabei, Röntgenbilder auszuwerten, Risiken früh zu erkennen und Behandlungen individueller zu gestalten.

Bei alledem bleibt für uns in der Vinzenz Gruppe eines unverändert: Der Mensch steht immer an erster Stelle. Jede neue Technologie muss zeigen, dass sie die Versorgung verbessert, die Sicherheit erhöht und das Vertrauen stärkt. Technik ist für uns kein Selbstzweck. Sie soll helfen, den Alltag in unseren Einrichtungen für alle einfacher, sicherer und menschlicher zu machen.

In diesem Vinzenz magazin zeigen wir ab Seite 6, wie wir KI in unseren Einrichtungen bereits einsetzen. Dabei verfolgen wir immer ein Ziel: den größtmöglichen Nutzen für Patient*innen und Mitarbeitende zu schaffen. Gleichzeitig wissen wir: KI braucht klare Regeln. Deshalb beschäftigen wir uns intensiv mit Fragen wie:

- Wie schützen wir sensible Gesundheitsdaten?
- Wie bleiben Entscheidungen nachvollziehbar?
- Wo muss der Mensch die letzte Verantwortung tragen?

Um darauf klare Antworten zu geben, entwickeln wir derzeit eine umfassende Richtlinie für den KI-Einsatz in der Vinzenz Gruppe. Diese Richtlinie sorgt für Sicherheit: für Patient*innen, Mitarbeitende und alle, die mit KI zu tun haben. Sie enthält Regeln, die rechtlich und ethisch klar sind. Wir stehen für unsere Werte ein und sind überzeugt: Nur wer Innovationen verantwortungsvoll einsetzt, kann Vertrauen schaffen. Wir möchten, dass Sie sich bei uns sicher und gut begleitet fühlen: menschlich und mit modernster Technik.

Dr. Michael Heinisch
Geschäftsführer der Vinzenz Gruppe

Wenn Ihnen das **Vinzenz magazin** gefällt, können Sie es bestellen.

Per E-Mail: office@vinzenzgruppe.at oder telefonisch: +43 1 59988-3082.

Inhalt

Vinzenz Gruppe

- 4 Nachrichten** aus den Häusern.
- 14 Aktuell.** Klassisches Benefizkonzert; Krankenhausküche; Digitale Vitalwerte.
- 15 Kommentar** von Annemarie Kramser.
- 28 Impressum**

Medizin

- 6 KI im Alltag.** Moderne Unterstützung für Medizin und Pflege.



- 10 Schlaflabor.** Wie Telemedizin Atemaussetzer im Schlaf erfasst.
- 11 Sturzsensor.** KI warnt in der Akutgeriatrie/Remobilisation.
- 12 Lymphödem.** Patientin und Arzt sprechen über OP-Erfolg.
- 18 Kindermedizin.** Wie Erwachsene Kindern im Notfall helfen können.
- 24 Forum.** Warum die Fettleber eine stille Gefahr im Bauchraum ist.

Leib & Seele

- 16 Interview.** Warum eine Ärztin regelmäßig Flüge begleitet.
- 20 Quereinsteiger.** Wechsel von der Internetagentur in den Pflegeberuf.
- 22 Not der Zeit.** Zwei junge Pfleger waren auf Einsatz in Nigeria.
- 26 Leib & Seele.** Wienerin ist unheilbar krank und trotzdem gut drauf.
- 27 Von der Seele geschrieben**

Neues aus der



Die neu gestaltete Gedenkstätte lädt zum Trauern, Erinnern und Innehalten ein.

Trauern um Sternenkinder

Mit der neu gestalteten Grab- und Gedenkstätte für Sternenkinder am Stadtfriedhof Ried ist ein Ort entstanden, der Trost spendet und Erinnerungen bewahrt. Die Gedenkstätte richtet sich an alle Menschen, die um ein Kind trauern, das am Beginn des Lebens verstorben ist, unabhängig von Religion, Herkunft oder Kultur. Sie setzt ein

sichtbares Zeichen für Anerkennung, Mitgefühl und eine Liebe, die bleibt. Im Zentrum steht eine Klagemauer mit einer markanten Lebenslinie, ein roter Granitblock symbolisiert den Einschnitt des Verlusts. Persönliche Botschaften können in eine Fuge der Mauer gelegt und jährlich feierlich der Erde übergeben werden. Die Gedenkstätte ist öffentlich zugänglich. www.bhsried.at



Drei ausgezeichnete Feuerwehrleute

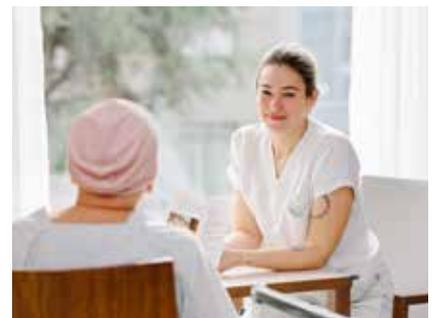
Feuerwehr bedankt sich für Hochwasserhilfe

Die Feuerwehr zeichnete drei Mitarbeiter*innen der Barmherzige Schwestern Pflege und Wohnen für ihre unermüdliche Leistung bei der Hochwasserkatastrophe im September 2024 aus. Das Haus St. Louise gratuliert Angela Hager, Martin Gnant und Gerhard Wagner (Foto links) und bedankt sich für die schnelle Unterstützung im Notfall! www.bhs.or.at

Spezialisierte Pflegerin für Menschen mit Krebs

Seit einem halben Jahr gibt es im St. Josef Krankenhaus Wien eine neue Anlaufstelle für Patient*innen mit Krebserkrankung – die Cancer Nurse. Florea Recheis steht Betroffenen mit Rat, Wissen und viel Einfühlungsvermögen zur Seite. „Eigentlich wollte ich nie in die Onkologie“, sagt sie. „Aber am Schnuppertag wusste ich sofort: Das ist meins!“ Sieben Jahre später ist Florea Recheis nicht nur DGKP auf der onkologischen Station, sondern unterstützt als Cancer Nurse Patient*innen mit einer Krebserkrankung noch intensiver. Sie gibt Beratung mit Tiefgang.

www.sjk-wien.at



Florea Recheis (re.) ist Cancer Nurse.

Neuer Kreuzweg in renovierter Spitalskirche

Nach umfangreichen Renovierungsarbeiten glänzt die Spitalskirche des Orthopädischen Spitals Speising in neuem Lichte. Zentral ist ein neuer Kreuzweg, den die Künstlerin Evelyn Grill gestaltet hat. Mit ihren eindrucksvollen Wort-Bild-Sujets hat sie ein Werk geschaffen, das zum



**Barmherzige Schwestern
Krankenhaus Wien**
Tel.: +43 1 59988-0
E-Mail: office.wien@bhs.at

Ordensklinikum Linz
Tel.: +43 732 7677-0
E-Mail: office@ordensklinikum.at

Ordensklinikum Innviertel
E-Mail: office.ried@bhs.at,
office@khbr.at

St. Josef Krankenhaus Wien
Tel.: +43 1 87844-0
E-Mail: office@sjk-wien.at

Herz-Jesu Krankenhaus Wien
Tel.: +43 1 7122684-0
E-Mail: office@kh-herzjesu.at

Göttlicher Heiland Krankenhaus Wien
Tel.: +43 1 40088-0
E-Mail: service@khgh.at

Orthopädisches Spital Speising Wien
Tel.: +43 1 80182-0
E-Mail: office@oss.at

Vinzenz Gruppe



Die Worte im neuen Kreuzgang

Nachdenken anregt. Die Betrachtung des Kreuzwegs „lädt uns ein innezuhalten und lässt uns spüren, dass wir mit unserem Schmerz, unseren Zweifeln und Herausforderungen nicht allein sind“. www.oss.at

Oktober: Gesunde Runde für Kopf und Körper

Das Pflegehaus & Hospiz St. Katharina lädt alle im Monat der Senior*innen des Fonds Soziales Wien ein: Am 8.10. und 21. Oktober, jeweils von 10.30 bis 11.30 Uhr, findet eine Bewegungsrunde im Eingangsbereich statt, gemeinsam mit den Hausbewohner*innen. Mitmachen und fit bleiben! Haus St. Katharina, Millergasse 6-8, 1060 Wien www.bhs.or.at



Einladung an alle Senior*innen

Barmherzige Schwestern Pflege und Wohnen
Tel.: +43 1 5953111-3900
E-Mail: office@bhs.or.at

HerzReha Herz-Kreislauf-Zentrum Bad Ischl
Tel.: +43 6132 27801-0
E-Mail: info@herzreha.at

Herbstkongresse

Kongresstag Pflege: Kompetenz trifft Menschlichkeit: Zukunft gestalten

- Donnerstag, 2. Oktober 2025
- FH Campus Wien

Kongresstage Anästhesie & Intensivmedizin:

The Challenge – Herausforderungen im Alltag der Anästhesie und Intensivmedizin

- Freitag, 17. und Samstag, 18. Oktober 2025
- Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried

Kongresstage Orthopädie:

Generationenwechsel in der Orthopädie: Was haben wir in 30 Jahren erreicht?

- Freitag, 21. und Samstag, 22. November 2025
- Gesellschaft der Ärzte in Wien – Billrothhaus

Kongresstage Eltern-Kind-Medizin:

Klinik trifft Praxis – 50 Jahre Zusammenarbeit in der Kindermedizin

- Freitag, 28. und Samstag, 29. November 2025
- Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried

„Alles auf einen Klick“

Mit einer neuen gemeinsamen Website machen die Vinzenz Kliniken Wien ihr medizinisches Angebot digital noch zugänglicher. Patient*innen profitieren von schneller Orientierung und klarem Überblick. Die Homepage vereint moderne Technik mit hoher Informationsqualität und ist somit eine verlässliche Anlaufstelle rund um die eigene Gesundheit und jene der Angehörigen.

www.vinzenzkliniken.wien

Gesundheit



© Jürgen Hammerschmid

Konstanze Breitebner, Schauspielerin

Bewegung war mir immer wichtig, aber je älter ich werde, umso mehr brauche ich sie. Wenn ich mich nach einer langen Autofahrt nicht mehr bewegen kann, schreit mein Körper: Hey, steh auf und geh los! Alle Wehwehchen werden damit besser. Seit der Pandemie marschiere ich täglich sieben Kilometer, also zehntausend Schritte. Am liebsten allein und ziemlich schnell. Dann verstummen die ewigen inneren Diskussionen. Auch die Theaterproben für „Best Exotic Marigold Hotel“ waren ein intensives Fitnessprogramm. Die Arenabühne ist groß, da macht man Kilometer. Außerdem praktiziere ich bis zu drei Mal die Woche mein geliebtes Ashtanga. Yoga erlernte ich vor 20 Jahren in Indien. Abwechselnd mache ich auch Krafttraining. Beim Essen verzichte ich auf Süßes. Wenn Fleisch, dann bio. Ich schneide gern frisches Obst und Gemüse klein, dazu Körner und Weizenkeime, die angeblich gut für den Kopf sind, und mische das mit Joghurt und Salz. Auch Schlafen ist gut, ich schlafe so gern! Denn ich spüre, dass ich mehr Erholungspausen brauche und Erlebtes nachklugen lassen will. Es ist mir wichtig, beweglich zu bleiben, im Kopf und im Körper. Aber das Wichtigste sind liebevolle Menschen. Sie sind meine eigentliche Kraftquelle. Für Streitereien und Bösartigkeiten habe ich keine Zeit mehr.

KI im täglichen Einsatz

Künstliche Intelligenz (KI) verbessert die Therapie von Patient*innen. In der Vinzenz Gruppe unterstützt sie das Personal in Krankenhäusern wie Pflegeeinrichtungen in Wien, Linz, Ried und Pitten.

Von Karin Lehner & Günter Schiester



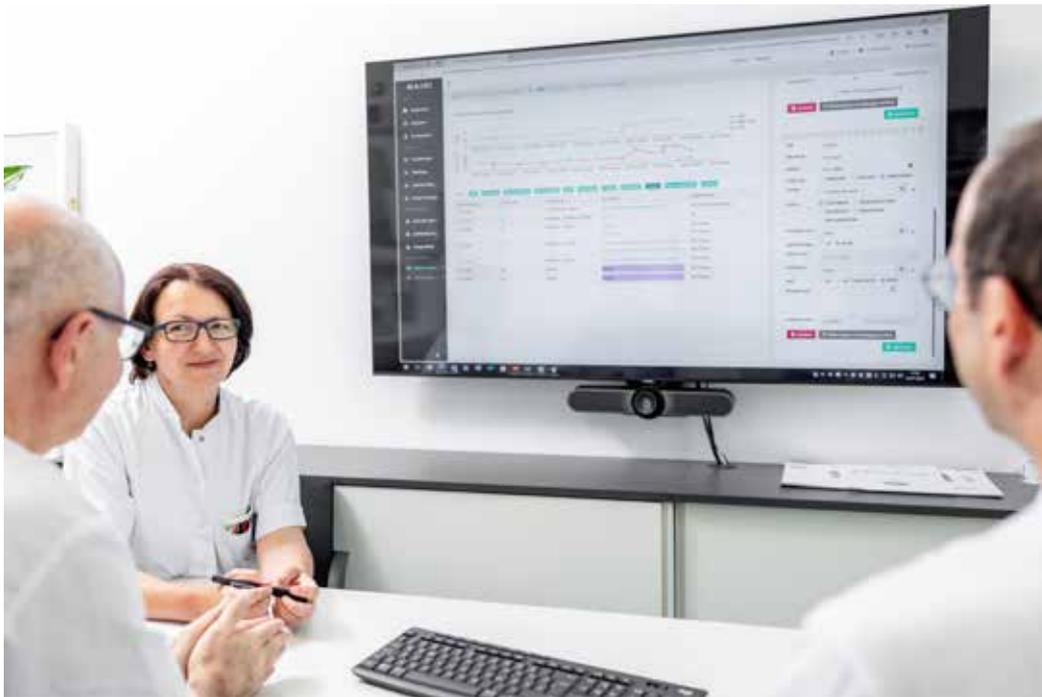
Barmherzige
Schwestern
Krankenhaus Wien

KI IN DER MINIMAL- INVASIVEN KREBSBEHANDLUNG

Im Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien ist ein KI-System bei der Krebstherapie im Einsatz. CAS-One® IR hilft bei Navigations- und Entscheidungsfindungen für perkutane Tumorablationen. Das ist eine bildgesteuerte, minimal-invasive Behandlung, bei der interventionelle Radiolog*innen spezielle Sonden direkt in den Tumor einbringen und ihn durch Hitze oder Kälte zerstören.

Das KI-System ermöglicht es dem behandelnden Team, noch mehr Patient*innen zu versorgen, mit nachweislich besserem Ergebnis. Das Foto zeigt Oberarzt Dr. Helmut Kopf, MSc, er setzte KI bereits mehrmals für Tumorbehandlungen ein. „Sie macht während des Eingriffs wichtige anatomische Strukturen sichtbar, via 2D- und 3D-Bilder. So können wir komplexe Behandlungen genauer planen, die Sonden noch zielgenauer im Tumor positionieren und die Patient*innen sicherer behandeln.“ Zum Beispiel bei Lebertumoren, die nur in der Magnetresonanztomografie (MRT) sichtbar sind. „So können wir besser beurteilen, ob das Tumorgewebe auch wirklich vollständig zerstört wurde.“





„Am Ende bewertet und entscheidet immer das Hygieneteam.“

Ulrike Niedermüller
Fachärztin

KI ALS INFEKTIONSFEUERWEHR

Drei bis vier Prozent aller Patient*innen erleiden in heimischen Kliniken pro Jahr eine nosokomiale, also im Krankenhaus erworbene Infektion. Laut offizieller Definition tritt sie ab dem dritten Tag nach der Aufnahme auf. Beispielsweise ein Harnwegsinfekt durch einen Langzeitkatheter, eine postoperative Wundinfektion, Pneumonie, Sepsis beziehungsweise Infektionserkrankungen durch Grippe-, SARS-CoV-2- oder Noroviren, erklärt Dr.ⁱⁿ Ulrike Niedermüller, Fachärztin für Neurologie und Leiterin des Hygieneteams im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried (Foto oben).

Das KI-System HAIDI, im deutschsprachigen Raum hier erstmals im Einsatz, erkennt die Infektionen automatisch wie frühzeitig und senkt damit die Rate nosokomialer Infektionen deutlich. „Vor der Einführung lag sie im Schnitt bei 2,2 Prozent. Jetzt beträgt sie nur noch 0,9 Prozent.“ Doch der größte Vorteil sei der Zeitvorsprung. „Vorher erfassten wir nosokomiale Infektionen punktuell mit Zettel so erkannten wir Wellen nur zeitverzögert.“



Barmherzige Schwestern
Krankenhaus Ried

Jetzt bilden wir in Echtzeit ab, mit tagesaktuellen Daten von allen Stationen“, so die Oberärztin.

HAIDI durchforstet einmal täglich alle relevanten Daten von Patient*innen, Labor- und Radiologiebefunde, Aufnahme- und Entlassungsbriefe, OP- sowie Pflegeberichte. Mittels eines Algorithmus, der sich u. a. auf Daten des ECDC (European Center for Disease Prevention and Control) und KISS (Krankenhaus-Infektions-Surveillance-System) stützt, arbeitet die KI als Infektionsfeuerwehr. Sie erkennt frühzeitig Cluster und meldet Patient*innen mit Verdacht auf eine Krankenhausinfektion.

„Am Ende bewertet und entscheidet jedoch immer das Hygieneteam“, betont Niedermüller. Wird ein Cluster erkannt, können sofort gezielte Maßnahmen ergriffen werden, um eine größere Ausbreitung und damit längere, kostspielige Spitalsaufenthalte mit erhöhter Morbidität und Mortalität zu verhindern.



CHATGPT IN DER SOZIALBETREUUNG

Anja Prudic (im Foto rechts) arbeitet als Sozialbetreuerin im Pflegehaus Mater Salvatoris im niederösterreichischen Pitten. Parallel dazu studiert sie berufsbegleitend Aging Services Management an der FH Wiener Neustadt. Hier erforschte sie in einem Fach, welche Möglichkeiten der Chatbot ChatGPT für die Sozialbetreuung bietet. So fragte sie zum Beispiel nach Brückenwörtern zum Thema Bauernhof, nach einer Reimgeschichte zum Thema Wald in zehn Sätzen oder nach einer Gedächtnisübung in puncto Einkaufen. ChatGPT lieferte auf Knopfdruck brauchbare Ergebnisse für ihre Arbeit im Pflegehaus. Für Prudic wie die Bewohner*innen ein großer Vorteil. „KI ersetzt keinen menschlichen Kontakt, sondern spart uns bei der Vorbereitung spezieller Übungen wertvolle Zeit, die wir nun unseren Bewohner*innen schenken können.“



WELTPREMIERE IN LINZ: KI IN UROONKOLOGIETHERAPIE

Die Neudiagnose Urothelkarzinom (UC) trifft in Österreich jährlich rund 1.300 Männer und 500 Frauen. Der Befund Nierenzellkarzinom (RCC) an die 900 männliche und 600 weibliche Personen. Unter Mitwirkung von Primar Priv.-Doz. Dr. Thomas Höfner, Abteilungsleiter für Urologie und Andrologie am Ordens-klinikum Linz Elisabethinen, wurde weltweit erstmalig eine Möglichkeit entwickelt, wie KI in Zukunft bei Therapieentscheidungen in der Uroonkologie genutzt werden kann.

Gemeinsam mit einem internationalen Forschungsteam entwickelte Höfner ein KI-System zur Unterstützung interdiszi-

plinärer Tumorkonferenzen in der Uroonkologie (Foto unten), das in Linz künftig zum Einsatz kommen könnte.

Die gemeinsam erstellte Studie wurde jüngst im renommierten „European Journal of Cancer“ veröffentlicht. Sie zeigt das Potenzial von KI, komplexe Entscheidungsprozesse in der klinischen Onkologie zu optimieren und die Qualität der Patient*innenversorgung zu verbessern. Schließlich hilft die KI den Behandler*innen bei der Auswahl evidenzbasierter Therapien für UC- und RCC-Patient*innen, blickt Höfner in die Zukunft. „Wissenschaftli-



che Erkenntnisse nehmen zu. Daher wird es immer zeitaufwendiger, bei vielen Patient*innen alle Parameter abzuklären. KI kann uns hier maßgeblich unterstützen. Bei gut aufbereiteten Daten kann sie eine zusätzliche Therapiemeinung abgeben.“ Sie liefert allgemeine Behandlungsempfehlungen, zum Beispiel „Operation“ oder „medikamentöse Therapie“, und spezifische, beispielsweise „Zystektomie“ (= operative Entfernung der Harnblase). Und das mit einer vielversprechenden Präzision, sogar bei seltenen Therapieoptionen. Ein Vorteil für Behandler*innen wie Patient*innen, weil KI-gestützte Empfehlungen damit erstmals transparent, nachvollziehbar und klinisch verwertbar seien. „Doch das System wird nur ein unterstützendes Werkzeug sein. Die finale Behandlungsentscheidung bleibt auch künftig in unserer Verantwortung.“ Im nächsten Schritt sind die Erweiterung des Systems auf weitere Tumorarten wie Prostatakrebs und eine prospektive Bestätigungsstudie geplant.



ENDOSKOPIE MIT KI

Darmkrebs ist bei Frauen die zweithäufigste und bei Männern die dritthäufigste Tumorart. Im St. Josef Krankenhaus Wien ist ein Endoskopiegerät mit KI-Unterstützung zur Früherkennung im Einsatz. Damit werden bereits kleine Veränderungen identifiziert, aus denen später Darmkrebs werden könnte. Mittels spezieller Software werden damit im Rahmen der Koloskopie (Darmspiegelung) kleine oder sehr flache Polypen aufgespürt, die selbst von geübten Augen übersehen werden können. Das Lynch-Syndrom beispielsweise, eine genetisch bedingte Krebsform. Auch wenn noch nicht alle Studien bestätigen, dass KI mehr Polypen entdeckt als erfahrene Endoskopiker*innen, bewährt sie sich für Oberarzt und Internist Dr. Thomas Winkler (Foto rechts). „Die neue Endoskopie-Einheit ist ein Baustein mehr, um Darmkrebs frühzeitig erkennen zu können, natürlich immer in Zusammenarbeit mit uns.“

“ Das ist ein Baustein mehr, um Darmkrebs frühzeitig zu erkennen. “

Thomas Winkler
Internist



KARLI, DER DIGITALASSISTENT FÜR ANGEHÖRIGE

Raphael Bayer (Foto), BScN, ist Bereichsleiter Pflege Diabetologie (Innere Medizin 2) und Palliativstation im Göttlicher Heiland Krankenhaus Wien. Seit Kurzem arbeitet er mit einem neuen Kollegen namens KARLI zusammen, einem Language-Learning-Model wie ChatGPT. „Doch unser Chatbot wird nur mit validen internen und von Expert*innen überprüften Fakten gefüttert. Außerdem speichert er keine sensiblen Gesundheitsdaten.“ KARLI spielt den Digitalassistenten für Angehörige von Patient*innen, die von der Palliativstation nach Hause entlassen werden, 24/7. Er braucht weder Pausen noch Nachtruhe und ist über einen QR-Code für Smartphone oder Tablet jederzeit erreichbar. Wo bekomme ich einen Leibstuhl her? Wie komme ich an ein Krankenbett? Mit Informationen aus

der Entlassungsbroschüre und pflegerischer Expertise gefüttert, spuckt KARLI die Antwort in Sekundenschnelle aus. Wobei er nur die Basisarbeit macht. „Laut dem Medizinproduktegesetz darf er keine Empfehlungen für Medikamente aussprechen“, erklärt Bayer. „Und für Nicht-Digitalaffine sind wir auf der Station weiterhin die Erstanlaufstelle.“ Im Nebenjob arbeitet KARLI an der Erhöhung der Dokumentensicherheit. Als Speech-to-Text-Anwendung bringt er Diktate von Pfleger*innen über KI in die richtige Struktur und wirft Pflegeberichte als Fließtext aus. Auch eine Qualitätsverbesserung für Patient*innen, denn KARLI denkt mit und lernt jeden Tag dazu. „Er gibt Feedback und erinnert uns zum Beispiel daran, ob wir den Blutdruck auch in der Fieberkurve eingetragen haben.“



BESSERER SCHLAF DURCH DIGITALISIERUNG

Von Heike Kossdorff

Telemedizinische Angebote ermöglichen die Diagnose und Therapie von Schlafstörungen außerhalb des Schlaflabors, flexibel und sogar im eigenen Schlafzimmer.

In Österreich sind nach Schätzungen 800.000 bis 1,2 Millionen Menschen von schlafbezogenen Atmungsstörungen betroffen. Bisher erhält jedoch nur etwa ein Zehntel eine entsprechende Diagnose und Therapie. Doch das Bewusstsein für die Erkrankung nimmt stetig zu. Und damit auch die Anzahl jener Menschen, die medizinische Hilfe in Anspruch nehmen.

Eine zentrale Anlaufstelle ist das Schlaflabor des Herz-Jesu Krankenhauses Wien. Um möglichst rasch eine Abklärung und Therapie zu ermöglichen, setzt das Team auf innovative Methoden wie Telemedizin und unterstützt die

Ressourcenplanung mit Künstlicher Intelligenz. Dr.ⁱⁿ Katharina Mühlbacher ist die ärztliche Leiterin des Schlaflabors und der schlafmedizinischen Teleambulanz und weiß, wie wichtig die medizinische Versorgung Betroffener ist. „Schlaf-assoziierte Atmungsstörungen sind immer mit Atemaussetzern verbunden, Vorbote ist das Schnarchen. Sie sollten therapiert werden, weil sie nicht nur für große Tagesmüdigkeit sorgen, sondern auch für mögliche Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck, Herzinfarkt oder Schlaganfall.“

Messdaten aus der Teleambulanz

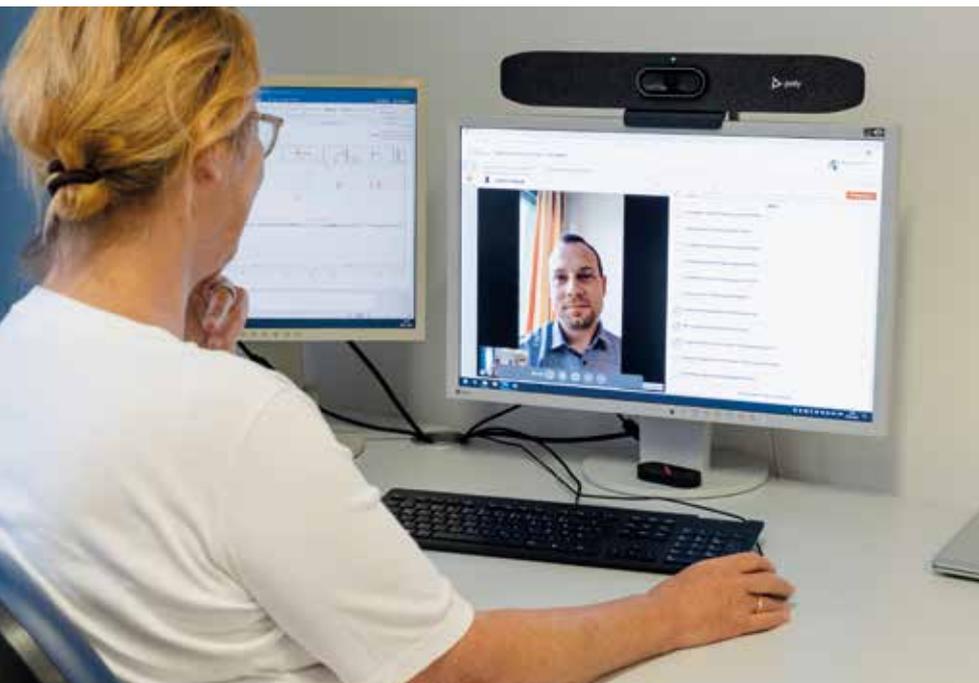
Maßgeblich beteiligt an der Umsetzung der größten telemedizinischen Ambulanz für schlafassoziierte Atmungsstörungen war Matthäus Krol, Bereichsleiter des Schlaflabors und Innovation Fellow. „Seit heuer bieten wir ein umfangreiches digitales Angebot an.

Den Ankerpunkt stellt die Gesundheitsplattform Hallo Gesundheit der Vinzenz Gruppe dar. Sie ist das Medium, über das die gesamte Kommunikation zwischen Patient*in und Krankenhaus stattfindet, von der Telekonsultation über die Telediagnostik bis zum Telemonitoring.“

Neben stationären Analysen kann die Erstuntersuchung bei einigen Personengruppen auch per Telediagnostik durchgeführt werden. Nach der ärztlichen Ersteinschätzung erhalten Betroffene einen kleinen Polysomnographen für Zuhause. Das Gerät misst während des Schlafes verschiedene Werte, zum Beispiel Schlafstadien, Atemaussetzer oder Herzrhythmus. Die Messdaten erreichen das Schlaflabor digital. „Sie zeigen uns, ob eine schwergradige Schlafapnoe besteht und welche Behandlung sie erfordert“, so Mühlbacher. Die Diagnose wird per Telekonsultation besprochen. Nach der Therapieeinleitung wird die häusliche Überdrucktherapie telemonitorisch begleitet, um Patient*innen die Gewöhnungsphase zu erleichtern. „Mittels Telemonitoring können wir die Therapieeffizienz beobachten. Wir sehen, ob der Beatmungsdruck ausreichend ist, die Maske gut passt und die Nutzung regelmäßig ist.“

Stark verkürzte Wartezeiten

In Folge der Optimierung der Krankenhausressourcen durch KI ist es möglich, die Expertise im Schlaflabor zielgerechter einzusetzen und Zeit zu sparen, ohne auf Qualität verzichten zu müssen. „So sind derzeit rund doppelt so viele Patient*innenkontakte pro Jahr möglich“, berichtet Krol. „Das bedeutet eine stark verkürzte Wartezeit von nur mehr eineinhalb Monaten.“ Und damit neue Hoffnung für Betroffene.



Medizinerin Katharina Mühlbacher erklärt die Diagnose per Telekonsultation.

MIT KI GEGEN DIE STURZGEFAHR

Von Karin Lehner

Stürze von Patient*innen sind in der Pflege ein großes Problem. In der Linzer Akutgeriatrie/Remobilisation werden sie mit dem neuen RADAR-Beobachtungssystem verhindert.

Der Bewegungsmelder an der Decke ähnelt einem Rauchmelder. Doch er sendet RADAR-Wellen aus. Sie sind 100-mal schwächer als die eines WLAN-Routers. Treffen sie auf etwas Bewegliches, werden sie reflektiert und von einem Empfangsgerät wahrgenommen. Letzteres registriert also Aktivität im Patient*innenzimmer, und das ganz ohne Kamera.

Eine im Hintergrund installierte KI erkennt so die Sturzgefahr und bewertet diese permanent. Wenn sich Patient*innen auf unübliche Art bewegen oder gar zu stürzen drohen, alarmiert das neue System Pflegekräfte auf ihrem Mobiltelefon. Sie können rasch reagieren und zu Hilfe eilen, weiß Karin Brenner, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin auf der Akutgeriatrie/Remobilisation am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern. „So können wir rechtzeitig auf dem Zimmer sein, bevor etwas Schlimmeres wie ein Sturz passiert. Das ist ein sehr großer Gewinn für die Sicherheit unserer Patient*innen.“

Individuelle Alarmierung

Die KI nimmt selbst kleinste Bewegungen wie starkes Atmen, Zittern oder Unruhe wahr. Dadurch kann die Alarmierung an individuelle Bedürfnisse von Patient*innen angepasst werden. Ist jemand also besonders sturzgefährdet, lässt sich einstellen, dass Pflegekräfte bereits beim Aufsetzen im Bett gerufen werden. Damit ist das RADAR-Beobachtungssystem für Patient*innen in pflegerischer Betreuung ein



Die Pflegerin sieht am Monitor, wo sich jemand auffällig stark bewegt.

Qualitätsgewinn, erklärt DGKP Martina Rouha, Bereichsleiterin Akutgeriatrie/Remobilisation am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern. „Damit verhindern wir rund die Hälfte aller Stürze im Vergleich zu vorher. Besonders in der Nacht, wenn weniger Pflegekräfte auf der Station sind.“ Früher wurden Alarmtrittmatten verwendet. Sie lagen neben dem Bett und wurden erst beim Betreten durch Patient*innen aktiviert. Weil sie über Funk funktionieren, gab es aber oft bis zu zehn Sekunden Verzögerung in der Alarmierung. Stürze mit oft schwerwiegenden Folgen für ältere Menschen konnten damit nicht immer verhindert werden.

Privatsphäre und Datenschutz

Das neue RADAR-Beobachtungssystem ist schneller und effizienter. Weil es auch Daten zur Bewegungsaktivität in einem

Zimmer sammelt, sehen Pfleger*innen über ein Dashboard, wann die aktivste Zeit ist. Sie können abschätzen, wann das Risiko für einen Sturz am höchsten ist, und rasch überprüfen, wie sehr sich Patient*innen im Bett bewegen. Diese Funktion kann bei Bedarf auch als aktive Vorbeugung gegen das Wundliegen eingesetzt werden.

Einbußen bei Privatsphäre und Datenschutz müssen Patient*innen dennoch nicht fürchten. Ohne Kameras bleibt die Beobachtung anonym. Außerdem werden keine Bilder gespeichert und keine Patient*innendaten generiert. Damit Pflegende wissen, wer sich wie bewegt, sind die Daten an das jeweilige Bett und nicht an Namen gekoppelt. ●



2025: Chirurg John Tzou und Patientin Elisabeth Foltyn ziehen positive Bilanz.

Mit Mikrochirurgie gegen Lymphödeme



Göttlicher
Heiland

Krankenhaus Wien

Rund 30.000 Menschen leiden in Österreich an einem Lymphödem. Es gibt zwar keine endgültige Heilung, doch in Wien eine österreichweit einzigartige Operationsmethode.

Von Claudio Honsal

Elisabeth Foltyns Leidensweg begann 2015. Sie spürte ein Ziehen im linken Bein. Dann kam es zu einer Rötung und unförmigen Schwellung. Bei längerem Gehen, der Hausarbeit und beim Sport wurden die Probleme sogar noch größer.

Erst bei einem Rehaaufenthalt wurde das sogenannte sekundäre Lymphödem diagnostiziert. Die Folge einer Operation. Die Patientin „wusste lange Zeit nicht, dass es diese Krankheit überhaupt gibt“. Sie kann auch durch Infektionen, Unfälle oder

Bestrahlungen ausgelöst werden. Das primäre Lymphödem hingegen ist eine angeborene Funktionsstörung des Lymphgefäßsystems. Prof. Priv.-Doz. Dr. Chieh-Han John Tzou, MBA ist Leiter des Departments für Plastische, Rekonstruktive und



2018: erstes Interview über den Erfolg der Operation

„Mein Leben ist fast wie vor Beginn der Erkrankung.“

Elisabeth Foltyn
Patientin

Ästhetische Chirurgie am Göttlichen Heiland Krankenhaus Wien und Experte für die chirurgische Therapie des Lymphödems. „Das ist eine chronische Erkrankung, die entsteht, wenn der Abtransport der Lymphflüssigkeit über das Lymphgefäßsystem nicht mehr gewährleistet ist. Dann kommt es zur Ansammlung von Lymphflüssigkeit in den Zellzwischenräumen.“

Vorreiter in Lymphödemchirurgie

2016 erfuhr Foltyn, dass im Göttlichen Heiland Krankenhaus Wien eine völlig neue Behandlungsmethode des Lymphödems praktiziert wird, von Tzou und seinem fünfköpfigen Team. „Sie war eine meiner ersten Patientinnen“, erinnert sich der Chirurg. Von Studienaufenthalten in Asien brachte er eine völlig neue Operationsmethode mit, etablierte sie in Wien und wurde zum Vorreiter in der Lymphödemchirurgie. „In Japan wird die chirurgische Methode seit mehr als drei Jahrzehnten erfolgreich praktiziert. Doch Kolleg*innen in Europa und den USA standen ihr lange skeptisch gegenüber, weil Operationen an Gefäßen mit einem Außendurchmesser unter einem Millimeter nicht für möglich gehalten wurden.“

Doch Tzou machte sie möglich. Durch eine „supermikrochirurgische Methode, die auf eine permanente Reduktion des Ödems abzielt. Dabei wird das abflussbehindernde

Lymphgefäß unter einem Mikroskop mit 50-facher Vergrößerung mikrochirurgisch an eine Vene angeschlossen“. So könne die Lymphflüssigkeit über die Vene abtransportiert werden und die Schwellung des betroffenen Bereichs abnehmen.

600 Operationen seit 2016

Der Pionier führte seit 2016 rund 600 Operationen durch, davon sieben bei Foltyn. Obwohl sie weiß, dass es für die chronische Krankheit keine Heilung gibt, ist durch die Eingriffe ihre Lebensqualität deutlich gestiegen. „Ich kann wieder wandern gehen. Auch das Stiegensteigen bereitet mir keine Probleme mehr. Mein Leben ist

fast wie vor Beginn der Erkrankung.“ Im Halbjahrestakt muss sie zur Kontrolle ins Krankenhaus. Auch vor weiteren Operationen habe sie keine Angst. Einziger Wermutstropfen sind die speziell angefertigten Stützstrümpfe, die sie dauerhaft tragen muss. Ein Kostenpunkt von 700 Euro pro Paar. Die Kasse übernimmt nur zwei pro Jahr.

Nach mehr als zehn Jahren Dauerbehandlung fällt Foltyns Resümee dennoch eindeutig positiv aus. „Revuebeine bekomme ich keine mehr, aber sie funktionieren wieder. Nur das zählt. Ich bin Prof. Tzou unendlich dankbar.“



Die operierten Gefäße haben weniger als einen Millimeter Durchmesser.

Klassisches Benefizkonzert



Die Sinfonia Academica mit dem preisgekrönten Dirigenten Michal Juraszek spielt für Gäste und für unversicherte Patient*innen.

Ein schönes klassisches Konzert – unter anderem mit Werken von Ludwig van Beethoven – wird am 5. Dezember ab 19.30 Uhr im Orthopädischen Spital Speising stattfinden.

Die Ticketeinnahmen kommen zur Gänze dem Gesundheits- und Sozialverein Vinzentina zugute, über den die Vinzenz Gruppe Gesundheitsleistungen für Menschen finanziert, die leider aus dem öffentlichen Gesundheitssystem gefallen sind. Kultur genießen und dabei Gutes tun, sichern Sie sich gleich Ihre Tickets für einen unvergesslichen Abend!

Musik und Spende

Die Tickets können über den QR-Code (unten) bei oeticket gekauft werden.

Vinzentina – Verein für Gesundheits- und Sozialprojekte
IBAN: AT31 3400 0000 0008 9144
BIC: RZOOAT2L



Karten zu 52,50 Euro
gibt's über oeticket.

Weniger Küchenabfälle

Zwei Krankenhäuser der Vinzenz Gruppe wurden für ihren sorgsamen Umgang mit Lebensmitteln ausgezeichnet. „United Against Waste“ prüft, wie viel Essensreste in Betrieben im Müll landen. Im Rahmen des Großküchenmonitorings Moneytor landete das St. Josef Krankenhaus Wien unter den drei besten Spitälern Österreichs. Das Göttlicher Heiland Krankenhaus ist als Topstandort 2024 ausgezeichnet, weil die Verlustquote im besten Drittel liegt.

Dessen Küchenteam konnte durch Evaluierung der Speisebeliebtheit und Anpassung des Speiseplans, Optimierung der Datenerfassung sowie Verbesserung der Lebensmittellagerung und des rechtzeitigen Verbrauchs („First in – first out“) die Menge an Küchenabfall im Jahr 2024 gegenüber dem Vorjahr monatlich um rund eine Tonne reduzieren. Weniger Lebensmittelverschwendung ist ein wichtiger Schritt in Richtung mehr Nachhaltigkeit.



Die optimierte Krankenhausküche



Armband und gekoppeltes Gerät

Vitaldaten schnell messen

Wer schon einmal im Krankenhaus war, kennt das Ritual. Regelmäßig messen Pfleger*innen Puls, Blutdruck und Körpertemperatur, danach tragen sie diese Vitalparameter in Listen ein. Am Ordensklinikum Linz ist die Pflege jetzt digitaler geworden. Die Patient*innen tragen ein Armband, das diese wichtigen Daten misst. Um die Werte zu erfassen, wird ein Gerät direkt neben das Bett gerollt und mit dem Armband gekoppelt. Blitzschnell

sind Ohrthermometer, Blutdruckmesser und Pulsoximeter mit dem Datensystem verbunden und die aktuellen Werte abgespeichert.

Die Pflegekräfte müssen nicht mehr drei verschiedene Messgeräte bedienen, sondern sparen viel Zeit. Dieses System lässt außerdem keinen Platz für Fehler und liefert Daten ohne Zeitverzögerung in das System.



Die Pflege in der digitalen Welt

Ob auf der Suche nach einem erfüllenden Job oder einem liebevollen Betreuungsplatz im Alter – heute beginnt vieles mit einem Klick. Zwei Unternehmen starten unter dem strategischen Dach der Courage Gruppe digital neu durch: Das Mater Salvatoris in Pitten, Bad Erlach sowie die Barmherzige Schwestern Pflege und Wohnen mit sieben Standorten in Wien und Niederösterreich präsentieren ihre neuen Websites. Die Webauftritte verbinden praktische Informationen mit Einblicken in den bunten Alltag der Häuser. Günther Schranz und Christian Gmeiner, Geschäftsführer von Mater Salvatoris, freuen sich über den gelungenen Relaunch. Jana Bockholdt, Geschäftsführerin der Courage Gruppe und der Barmherzige Schwestern Pflege und Wohnen: „Unsere Websites zeigen, was uns ausmacht: engagierte, zeitgemäße Pflege. Angebote zu Betreuung, Wohnen und Jobs sind direkt und klar auffindbar.“

www.mater-salvatoris.at, www.bhs.or.at

Diskussionen rund um Demografie

„Die Zündschnur der demografischen Bombe macht schon jetzt viel Feuer“, mit diesen Worten brachte Ökonom Christoph Badelt die Lage auf den Punkt. Eine alternde Gesellschaft trifft auf ein Gesundheitssystem unter Druck. Wie Reformen, Prävention und Digitalisierung helfen können, diskutierten Fachleute aus Medizin, Wissenschaft und Politik beim Demografie-Gipfel der Vinzenz Gruppe und der Tageszeitung „Die Presse“, der im Sommer in Wien stattfand.

Themen waren unter anderem der steigende Bedarf an Gesundheitsleistungen bei gleichzeitig sinkender Zahl an Erwerbstätigen, die Chancen durch Künstliche Intelligenz und personalisierte Medizin sowie die Notwendigkeit einer gemeinsamen Steuerung der Gesundheits- und Pflegesysteme.

Alle Vorträge sind online abrufbar unter www.vinzenzgruppe.at.

Kommentar



Annemarie Kramser,
Chefredakteurin des Vinzenz magazins

Würde in jeder Lebensphase bewahren

Anfang September hat die mediale Begleitung des assistierten Suizids von Niki Glattauer viele Menschen berührt, verstört und Fragen aufgeworfen. Die Berichterstattung war emotional, teils dramatisierend und begleitet von Social-Media-Reels. Doch so berechtigt das Thema Sterben ist: Auch in der Art, wie wir darüber sprechen, braucht es Würde. Wenn journalistische Beiträge nicht verschiedene Perspektiven zeigen, sondern nur einen Weg, provozieren sie ungewollt den sogenannten Werther-Effekt – also Nachahmungssuizide nach medialer Darstellung. Denn wer sich in einer ähnlichen Lage befindet, sieht dann womöglich nur die eine, in den Medien aufgezeigte Option.

Dabei gibt es sie – die anderen Wege, die Hoffnung geben. Etwa durch die Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativversorgung, die oft mehr kann, als viele denken.

In dieser Ausgabe stellen wir Marion Schaufler vor (S. 26/27): Sie lebt mit metastasierendem Brustkrebs und geht ihren Weg mit Klarheit, Lebensfreude und einer Zielstrebigkeit, die berührt. Ihre Geschichte zeigt, dass schweres Leid und Lebenswille kein Widerspruch sind.

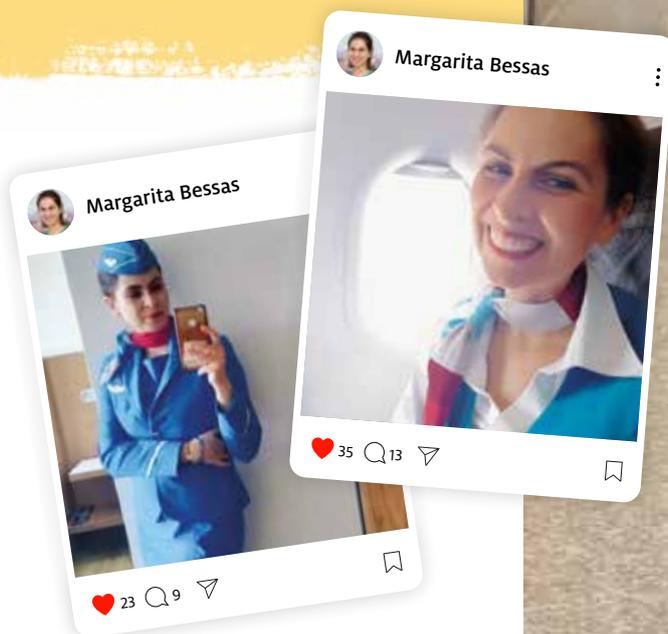
Medien tragen nicht nur gegenüber Betroffenen Verantwortung, sondern gegenüber uns allen. Die Richtlinien des Presserats und die Empfehlungen des Kriseninterventionszentrums fordern Zurückhaltung bei der Berichterstattung über Suizid, auch bei assistierter Sterbehilfe. Es braucht journalistische Sorgfalt, keine Inszenierung.

Denn Würde ist nicht nur eine Frage des Sterbens, sondern auch eine Frage, wie wir mit dem Leben umgehen.

Vita

Zwischen OP-Saal und Flughafen

Dr.ⁱⁿ Margarita Bessas wurde 1991 in Stettin geboren, als Tochter eines Griechen und einer Polin. Zunächst wollte sie Psychiaterin werden. Doch dann studierte sie in ihrer Heimatstadt Medizin. Nach erfolgreichem Diplom startete sie 2017 ihr Basisjahr. Die junge Ärztin wollte noch etwas von der Welt sehen, also bewarb sie sich 2018 als Flugbegleiterin bei Eurowings, wurde angenommen und übersiedelte nach Wien. Die Pandemie verbrachte sie bei ihren Eltern in Stettin, wo sie im Krankenhaus als Sekundärärztin in der Notaufnahme arbeitete und sich für die Fachrichtung Anästhesie entschied. Seit 2022 ist sie Anästhesistin im Ordensklinikum Linz Elisabethinen und seit 2024 zusätzlich auf Eurowings-Flügen als Flugbegleiterin unterwegs. Ihre spärliche Freizeit widmet sie dem argentinischen Tango. Und die Nimmermüde denkt bereits darüber nach, vielleicht auch noch die Pilot*innenausbildung zu absolvieren.



Die fliegende Anästhesistin



Dr.ⁱⁿ Margarita Bessas arbeitet als Anästhesistin im Operationsaal. Nebenbei ist sie als Flugbegleiterin auf der Kurz- und Mittelstrecke in Europa und Ägypten unterwegs.

Von Claudio Honsal



Vinzenz magazin: Wollten Sie immer schon Ärztin werden?

Dr.ⁱⁿ Margarita Bessas: Nicht wirklich. Ich war in der Schule eher in Richtung Mathematik, Physik und Biologie orientiert. Dann wollte ich eigentlich Psychiaterin werden. Den Umgang mit Menschen fand ich immer spannend. Daher entschloss ich mich für das Medizinstudium in Stettin.

Nebenbei begannen Sie 2018 auch als Flugbegleiterin. Warum?

Nach meinem Studienabschluss lernte ich zufällig einen Flugbegleiter der Lufthansa kennen, der mir erzählte, dass man diesen coolen Job auch nur für ein oder zwei Saisonen ausüben kann. Der Beruf begeisterte mich schon immer. Außerdem wollte ich noch ein bisschen etwas von der Welt sehen, bevor ich voll in die Medizin einsteige. Also bewarb ich mich, und da ich Polnisch, Deutsch und Englisch sprach und somit alle Bedingungen erfüllte, wurde ich angenommen. Ich bereue das bis heute nicht. So bin ich nach Wien gekommen, zu einer Eurowings-Homebase.

Doch dann kam die Pandemie mit Lockdowns und machte Ihnen einen Strich durch die Rechnung.

Ich war gerade bei meinen Eltern in Polen und kam nicht mehr weg. Also arbeitete ich als Sekundärärztin in

der Notfallambulanz des Krankenhauses Stettin und begeisterte mich für die Anästhesie. Da ich durch Eurowings zuvor längere Zeit in Wien war, bewarb ich mich in Österreich als Ärztin und bekam die Zusage vom Ordensklinikum Linz Elisabethinen.

Das Fliegen gaben Sie aber dennoch nicht auf.

Nein, obwohl ich mich für die Wiederholung der Basisausbildung in Linz freistellen lassen musste. Doch seit Mai 2024 fliege ich wieder regelmäßig und pendle zwischen Linz und Wien.

Sie sind einen Tag Anästhesistin im OP und tags darauf als Flugbegleiterin unterwegs?

Ja, genau so läuft mein berufliches Doppelleben zurzeit ab. Allerdings ist meine weiteste Flugdestination Ägypten. Ansonsten fliege ich innerhalb Europas. Ich liebe die Abwechslung. Über den Wolken scheint immer die Sonne. Und im Ordensklinikum schätze ich die tolle Teamarbeit und fühle mich im OP sehr wohl. Auch meine Kolleg*innen in der Klinik finden es cool, wie ich das alles durchziehe.

Hatten Sie über den Wolken schon medizinische Notfälle?

Ja, aber eher Kleinigkeiten wie Ohrenschmerzen und Blutdruckprobleme.

Und einmal sogar einen psychotischen Fluggast. Die Kolleg*innen freuen sich jedenfalls, wenn ich Dienst mache. Denn wenn ich als Ärztin an Board bin, können sie medizinische Probleme sofort an mich delegieren und mir alle Entscheidungen überlassen.

Gibt es Parallelen zwischen Ihren beiden Berufen?

Durchaus. Im OP gibt es bei der Anästhesie drei Phasen, das Einleiten, der hoffentlich stabile Verlauf und das Ausleiten der Narkose. Das kann man sehr gut mit Flugphasen vergleichen, dem Start, einem ruhigen Flug und der Landung. Im OP sind das Aus- und Einleiten der Narkose die schwierigsten Momente, beim Fliegen Start und Landung. Aber natürlich kann in beiden Situationen auch während der stabilen Schlaf- beziehungsweise Flugphase etwas Unerwartetes passieren. Auch die Angst vieler Menschen ist eine Parallele, vor dem Fliegen wie einer Operation. Eigentlich sehr ähnliche Berufe.

Schnelle Hilfe nach einem Insektenstich am Hals: Eswürfel lutschen und kalte Wickel auflegen

● Bellender Husten und Pfeifgeräusche beim Atmen können ein Hinweis auf die Pseudokrupp-Infektion sein.



● Die stabile Seitenlage bringt Kinder bei hohem Fieber in eine sichere Position.



An einer Puppe führt der Kinderarzt die Herzdruckmassage vor.



● Bei Verbrühungen hilft lokale Kühlung oder handwarmes, fließendes Wasser



● Fiebersenkende Zäpfchen gehören immer in den Medzinschrank.



Erste Hilfe für Kinder



Barmherzige Schwestern
Krankenhaus Ried

Bei Unfällen oder Notfällen von Kindern ist schnelles Handeln gefragt. Ein erfahrener Kinderarzt gibt medizinische Tipps und Anleitungen, wie Eltern zu Ersthelfer*innen werden.

Von Claudio Honsal

Primar Dr. Andreas Wimmer leitet die Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde am Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried. Die erfolgreiche Pädiatrie feiert heuer ein rundes Jubiläum, ihr 50-jähriges Bestehen. Mit seinem Team betreut Wimmer tagtäglich junge Patient*innen und ihre erwachsenen Begleiter*innen. „Wenn es einem Kind schlecht geht, ist es nicht einfach, besorgten Eltern zu erklären, dass sie Ruhe bewahren sollen.“ Hier erklärt Wimmer die häufigsten medizinischen Notfälle von Kindern und wie anwesende Erwachsene helfen können.

Fremdkörper in der Luftröhre

Ein verschluckter Legosteine oder Kirschkerne kann rasch zur akuten Lebensbedrohung werden. Was tun, wenn es passiert? „Es ist wichtig, genau auf das Hustengeräusch zu hören. Kann das Kind noch husten? Geht am Fremdkörper noch so viel Luft vorbei, dass es einen Hustenstoß durchführen kann? In der Praxis klopfen Erwachsene bei tiefgelagertem Kopf und Oberkörper des Kindes mit der Hand fest zwischen seine Schulterblätter. Der Fremdkörper wird dann beim Husten ausgeschieden. Bei Bewusstlosigkeit oder akuter Atemnot bitte sofort die Rettung rufen und gegebenenfalls auch mit der Reanimation beginnen.“

Das Pseudokrapp-Virus

Pseudokrapp ist eine sehr häufige Virusinfektion im Kleinkindalter. Sie löst eine Schwellung unterhalb

der Stimmbänder in der Luftröhre aus und äußert sich durch starken, bellenden Husten sowie Pfeifgeräusche beim Einatmen.

„Wichtig ist das Beruhigen des Kindes, damit es weniger Sauerstoff zum Atmen benötigt. Meistens tritt Pseudokrapp ganz überraschend in der Nacht auf. Es ist jedoch nicht so gefährlich, wie das Krankheitsbild im ersten Eindruck vermittelt. Durch das Einatmen von kalter Luft am offenen Fenster werden die Symptome meistens wieder besser.“

Blockierte Atemwege

Die Symptome ähneln der Fremdkörperaspiration oder dem Pseudokrapp, werden jedoch zumeist durch Insektenstiche im Halsbereich direkt oder indirekt ausgelöst. „Es kann zu einer lokalen Schwellung im Hals kommen, die im Bereich der Atemwege, an den Lippen oder der Zunge ausgelöst wird. Akut kann man durch das Lutschen von Eiswürfeln und kalte Wickel die Symptome lindern. Eine allergische Reaktion erkennt man an einem Ausschlag am ganzen Körper, Atemnot, Bauchschmerzen und Erbrechen. Hier sollte unbedingt sofort eine Ärztin bzw. ein Arzt konsultiert werden, der den kleinen Patient*innen manchmal auch Adrenalin verabreichen muss.“

Fieberkrämpfe und Epilepsie

In Infektionszeiten häufen sich bei Kindern zwischen sechs Monaten und fünf Jahren epileptische Anfälle mit Zuckungen am ganzen Körper

und hohem Fieber. Der Krampfanfall kann bis zu fünf Minuten andauern. Meistens harmlos, aber beängstigend für Eltern. „Eltern sollten beim Kind bleiben, um die Verletzungsgefahr während des Anfalls zu minimieren, und es in die stabile Seitenlage bringen. Falls krampflosende Zäpfchen vorrätig sind, bitte eines verabreichen. Weil die Wahrscheinlichkeit eines weiteren Anfalls hoch ist, werden Kinder mit Fieberkrämpfen vom Notarzt meistens zur Beobachtung in die Klinik gebracht.“

Verbrennungen und Verbrühungen

Viele Kleinkinder verbrühen sich mit heißem Wasser. Der Kontakt mit offenem Feuer ist eher selten. „Wichtig ist eine sofortige lokale Kühlung der Brandstelle mit handwarmem fließendem Wasser bei etwa 20 Grad. Keinesfalls das Kind als Ganzes unter die kalte Dusche stellen. Das kann zu Unterkühlung führen.“

Reanimation bei Kindern

Zunächst ein kurzer Check, ob Vitalzeichen feststellbar sind. Bei Bewusstlosigkeit und blauer Verfärbung des Kindes mit der Beatmung beginnen. „Wenn das Kind nach fünf Mund-zu-Mund-Beatmungen keine Reaktion zeigt, sollten Erwachsene mit der Herzdruckmassage beginnen. Der Brustkorb von Kindern soll circa zu einem Drittel eingedrückt werden. Der Rhythmus muss im Verhältnis von 15 Massagen zu zwei Beatmungen sein. Bei der Beatmung ist mit Gefühl vorzugehen, je nach Alter des Kindes.“

Herbert Thaler
hat gerade eine
Infusion ange-
schlossen.



Mit 50plus im neuen Beruf durchgestartet



St. Josef
Krankenhaus Wien

Ein Job im Gesundheitswesen ist auch für Quereinsteiger*innen nach der Lebensmitte möglich. Ein Spätberufener spricht offen darüber, wie er die neue Karrierechance genützt hat.

Von Heike Kossdorff

Als Pflegefachassistent versorgt Herbert Thaler Patient*innen aus dem chirurgischen und gynäkologischen Bereich vor und nach ihrer OP. Auf der Operativen Station 31 im St. Josef Krankenhaus Wien unterstützt er beispielsweise bei der Körperpflege und Nahrungsaufnahme, schließt Infusionen an oder nimmt Blut ab.

Die Tätigkeiten absolviert er stets mit einem Lächeln. Von den Patient*innen wird er für den netten Umgang und seinen Humor geschätzt.

Mutig in ein neues Berufsleben

So professionell der gebürtige Kärntner seinen Beruf ausübt, ist es kaum vorstellbar, dass er bis Anfang

50 in einem völlig anderen Bereich tätig war. „Nach einigen Jahren des Studiums der Volkswirtschaftslehre arbeitete ich überwiegend im Verlagsbereich. Zuletzt betrieb ich zehn Jahre lang eine Internetagentur.“ Der große Einschnitt kam mit Covid-19. Plötzlich musste Thaler seine Arbeit ausschließlich im Homeoffice

erledigen. „Es gab nur noch Online-meetings und keinen persönlichen Kontakt mehr. Das war für mich als kommunikationsorientierten Menschen besonders schwierig.“ Zu diesem Zeitpunkt war er bereits über 50 und stellte sich die Frage, ob er sich vielleicht für ein neues Berufsfeld entscheiden sollte. Er bejahte und wählte die Pflege.

Wieder die Schulbank drücken

„Ich interessierte mich schon immer für das Gesundheits- und Sozialwesen und bewarb mich bei der Ausbildungsstelle der Stadt Wien und beim Vinzentinum der Vinzenz Gruppe. Beide hätten mich genommen, aber das Vinzentinum war mir sympathischer“, erzählt Thaler von der Anfangsphase. Im Pflegebereich gibt es drei Ausbildungen, die Pflegeassistent, Pflegefachassistent und Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflege.

Thaler entschied sich für die Ausbildung zum Pflegefachassistenten. Mit einer Dauer von zwei Jahren erschien sie ihm genau richtig. „Das war die goldrichtige Wahl für mich. Es war sehr erfrischend, mit Menschen unterschiedlichsten Alters und kulturellen Backgrounds noch einmal die Schulbank zu drücken und etwas Neues zu lernen.“ Das letzte

Praktikum absolvierte der heute 57-Jährige auf jener Station im St. Josef Krankenhaus Wien, auf der er seit Dezember 2023 tätig ist.

Lebenslanges Lernen

In seinem Jahrgang befanden sich viele Quereinsteiger*innen, darunter einige mit 50plus. „Ich bin dankbar, dass ich in diesem Alter die Chance bekommen habe, eine profunde zweijährige Ausbildung machen zu dürfen“, betont Thaler. Der Lernwillige freut sich über jede weitere Fortbildung. „Das entspricht meinem Charakter, denn ich lerne gern laufend dazu. Außerdem hält mich neues Wissen für meinen Berufsalltag auf der Station frisch.“

Als großen Vorteil der Pflegeberufe sieht er, dass sie gut organisiert, strukturiert und planbar sind. Und das regelmäßige Einkommen, ein willkommener Gegensatz zur vorangegangenen Selbstständigkeit. Im Alltag zählt für ihn, dass die Tätigkeiten vielfältig und fächerübergreifend sind. „Meine Arbeit ist sehr abwechslungsreich. Ich weiß in der Früh nie, was an diesem Tag auf mich zukommt.“ Jeder Tag endet anders als in seiner Vorstellung. „Das Schönste aber ist die funktionierende Teamarbeit.“



Früher arbeitete Thaler in der Internetagentur, heute im Stützpunktzimmer.

Der Weg zum Pflegejob

Am Vinzentinum Wien, der Schule für Gesundheits- und Krankenpflege am Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien, gibt es Ausbildungen zum Beruf der Pflegefachassistent und der Diplomierten Gesundheits- und Krankenpflege (DGKP).

Pflegefachassistent

Der Ausbildungslehrgang dauert zwei Jahre und beinhaltet je rund drei Monate (530 Stunden) Praxis. Dabei werden Praktika in der Akutpflege oder Langzeitpflege absolviert.

Pflegefachassistent für Pflegeassistent

Wer bereits Pflegeassistent*in ist, kann sich in einem einjährigen Ausbildungslehrgang zur Pflegefachassistent weiterbilden.

Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflege

Das Bachelorstudium „Gesundheits- und Krankenpflege“ in Kooperation mit der FH Campus Wien dauert sechs Semester. Mit dem akademischen Abschluss BSc (Bachelor of Science in Health Studies) tragen Absolvent*innen eine hohe Mitverantwortung für Tätigkeiten im Bereich der Diagnostik und Therapie.

Kosten:

Die Ausbildungskosten können im Rahmen einer Verpflichtung von der Vinzenz Gruppe teilweise übernommen werden. Außerdem ist in vielen Fällen eine Förderung durch waff, AMS Wien und die Vinzenz Gruppe möglich. Mehr Infos: www.vinzentinum-wien.at.

Medizinische Hilfe für Nigeria



Orthopädisches
Spital Speising

Wien

Zwei junge Anästhesiepfleger reisten mit einem chirurgischen Team aus Österreich in das bevölkerungsreichste Land Afrikas. Sie dokumentierten ihre außergewöhnlichen Erlebnisse während eines Hilfsprojektes.

Von Heike Kossdorff



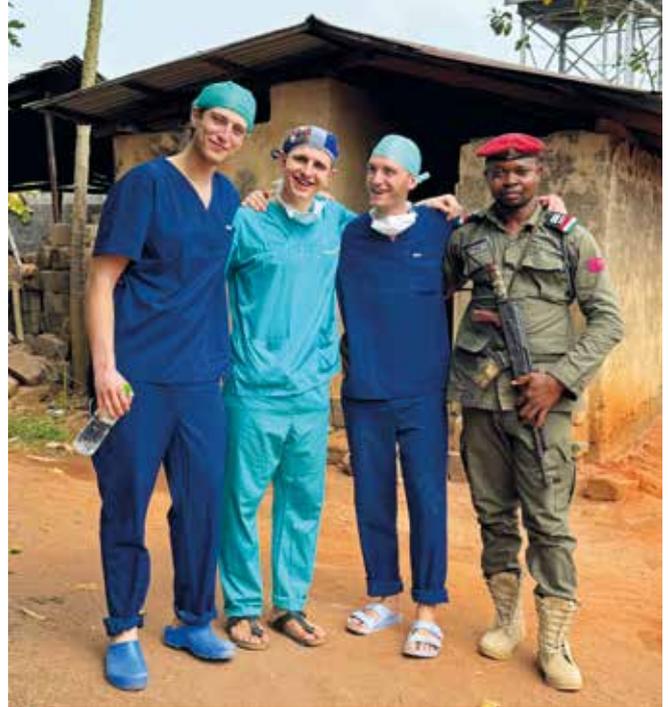
Lukas (rechts hinten) leitet die Narkose für eine Hernienoperation ein.

Ein Sonntag im Jänner 2025 im Madonna Austrian Hospital Ithite im Südosten Nigerias. Lukas Schneider, 28, und Maximilian Helbok, 27, beide Anästhesiepfleger aus dem Orthopädischen Spital Speising, nützten ihren freien Tag, um die Operationssäle aufzuräumen. Doch dann ein Notfall, erinnert sich Schneider. „Plötzlich kam unsere Anästhesistin Gerlinde um die Ecke und meinte, jetzt muss es zackig gehen.“ Bei einer schwangeren Frau aus einem nahegelegenen Dorf musste aufgrund einer Nabelschnurumschlingung ein Notkaiserschnitt durchgeführt werden.

Die beiden Anästhesiepflegekräfte versuchten, die Patientin zu beruhigen, während sie im OP alles für eine Spinalanästhesie vorbereiteten, den sogenannten Kreuzstich. Kurze Zeit später war das Baby, ein Bub, auf der Welt. Er wurde William Sunday genannt, nach dem Tag seiner Geburt. Ein besonderer Moment für die beiden österreichischen Pfleger. „Wir kommen aus einem orthopädischen Haus. Hier finden üblicherweise keine Geburten statt. Der Kaiserschnitt war eine außergewöhnliche Situation für uns“, erklärt Helbok. Und Schneider ergänzt: „Natürlich macht man sich Gedanken, was ist, wenn es dem Kind nicht gut geht. Denn eine Neonatologie oder Intensivstation gibt es im Dorf nicht.“ Doch hier lief alles glatt.



Das Notkaiserschnittbaby William Sunday mit der österreichischen Pflegerin Hannah auf der Neonatologie



Das OP-Team Max, Lukas und Moritz mit einem nigerianischen Securitymann

Das Madonna Austrian Hospital wurde zwischen 2009 und 2013 auf Initiative des Pfarrers Emeka Emeakaroha gebaut, zur Sicherung der medizinischen Grundversorgung der rund 70.000 Einwohner*innen des Bezirks. Finanziert wurde es mit Spendengeldern aus Österreich, denn Emeakaroha ist Pfarrer in den niederösterreichischen Gemeinden Weinburg und Obergrafendorf. Er stammt aus einer traditionellen Ibo-Häuptlingsfamilie, die seit mehr als 200 Jahren die Stellung des Dorfvorstandes innehat. Zurzeit ist sein Vater Häuptling.

Abseits touristischer Pfade

Im Spital sorgen zwei Ärzt*innen und einige Pflegekräfte für die Betreuung. Außerdem reisen regelmäßig medizinische Fachkräfte aus Österreich nach Nigeria, um im Madonna Austrian Hospital Operationen durchzuführen und das örtliche Personal zu unterstützen. Schneider und Helbok wurden durch eine befreundete Anästhesistin und ihren Sohn auf das Hilfsprojekt aufmerksam. „Ich wollte erfahren, wie die Arbeit in einem Krankenhaus unter völlig anderen Umständen ist“, so Schneider. Und sein Kollege wollte Einblicke abseits touristischer Pfade bekommen. „Wie werden Schmerz und Krankheit in anderen Kulturen erlebt?“ Beide absolvierten den Aufenthalt in ihrer Freizeit.

Für zwei Wochen lebten die beiden Pfleger in einem kleinen Dorf im Busch. Zur Stromversorgung gab es einen Generator. Doch der lief nur rund zwei Stunden pro Tag. Gekocht wurde über Feuer. Da es in Nigeria durch interne Konflikte und die Terrorgruppe Boko Haram gefährlich werden kann, ist das gesamte Krankenhausareal abgeschirmt. Schneider erinnert sich an strenge Sicherheitsmaßnahmen. „Wir waren während unseres gesamten Aufenthalts immer in Begleitung von bewaffneten Securitys und durften das bewachte Areal nie alleine verlassen.“ Doch laut Helbok gab es nie eine Situation, in der er sich unwohl oder bedroht gefühlt hätte.

Die Dankbarkeit berührt

Die Dorfbewohner*innen nahmen die zwei Anästhesiepfleger herzlich auf, aber auch die Krankenhausmitarbeiter*innen und Patient*innen. „Die Menschen wirkten glücklich und lebensfroh“, bilanziert Schneider. Helbok berührte die Dankbarkeit der Menschen. „Um einen OP-Termin zu bekommen, schliefen sie teilweise einige Tage beziehungsweise Nächte auf dem Boden des Krankenhauses.“ Auch die Zusammenarbeit mit den lokalen Pflegekräften war produktiv. Abläufe wie die Anästhesiepflege, chirurgische Assistenz und das

Instrumentieren wurden erklärt, gezeigt und gemeinsam geübt. Das stieß auf große Offenheit. Das örtliche Team zeigte ein hohes Engagement. Laut Schneider ist das nigerianisch-österreichische Team nun sehr gut eingespielt. „Wir sind dankbar, dass wir einzigartige Eindrücke sammeln durften, und können uns gut vorstellen, so etwas noch einmal zu erleben.“

Spendenkonto für das Spital

- IBAN: AT83 4715 0463 0430 0000
- BIC: VBOEATWWNOM
- Lautend auf: Madonna Austrian Hospital Ihitte
- Volksbank NÖ-Mitte

Website Projekt

emeka.at

Instagram @oss.spezial

Wer mehr über das Hilfsprojekt oder die Arbeit der beiden Anästhesiepfleger erfahren will, kann sich auf ihrem Instagram-account @oss.spezial informieren.





Stille Gefahr: Fettleber vom Schlemmen



**Barmherzige
Schwestern**
Krankenhaus Wien

Priv.-Doz. Dr. Gerd Bodlaj ist Facharzt für Gastroenterologie, Hepatologie, Endokrinologie und Stoffwechselerkrankungen und therapiert diese. Er spricht im Interview über Risikofaktoren und den Einfluss des Lebensstils.

Von Claudio Honsal

Vinzenz magazin: Wie häufig kommt die Fettleber vor?

Priv.-Doz. Dr. Gerd Bodlaj: Sie ist eine häufige Erkrankung. Dabei ist mehr als fünf Prozent des Organs verfettet. Fettleber ist eine Wohlstandskrankheit, also die Organmanifestation des metabolischen Syndroms. Dazu gehören ein großer Taillenumfang und zusätzlich zwei weitere Kriterien wie Bluthochdruck, erhöhte Blutfette, niedriges HDL-Cholesterin (= gutes) und erhöhter Nüchternblutzucker. Patient*innen haben ein erhöhtes

Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Fettleberzirrhose und damit auf ein hepatozelluläres Karzinom. Zwei Drittel der Typ-2-Diabetiker*innen leiden an einer Fettlebererkrankung. Aber sie kann grundsätzlich jeden ereilen und tritt mit zunehmendem Alter häufiger auf. Bei gewissen Genkonstellationen sogar bei jungen, schlanken, gesundheitsbewussten Menschen.

Warum ist die Fettleber eine Wohlstandserkrankung?

In der Evolution gab es immer wieder Hungersnöte. Die Leber lagerte in Zeiten, in denen genug Nahrung vorhanden war, Reserven in Form von Fett ein. Und mobilisierte sie bei Mangel. Unser Stoffwechsel funktioniert noch immer so. Doch die Leber weiß nicht, dass es bei uns zum Glück keine Hungersnöte mehr gibt, und speichert bei reichlicher Nahrungszufuhr immer mehr Fett ein. Um Letzteres aus der Leber zu mobilisieren, müssen wir Mangelernährung simulieren, indem wir mehr Energie

verbrauchen als zuzuführen, zum Beispiel durch Sport.

Was ist der Unterschied zwischen alkoholischer und nicht-alkoholischer Fettleber?

Bei der alkoholischen Fettleber wird eine gewisse Alkoholmenge pro Tag überschritten, die die Verfettung verursacht. Wesentlicher ist jedoch die Unterscheidung zwischen reiner Fettleber ohne und mit Entzündung, also der Fettleberhepatitis. Wenn sich Fett in der Leber entzündet, kann es dazu kommen, dass Leberzellen untergehen und diese kleinen Defekte durch Narbengewebe ersetzt werden. Die Leber vernarbt immer mehr und besteht irgendwann zu einem großen Teil aus Narbengewebe, der Fettleberzirrhose.

Wie wird eine Fettleber diagnostiziert?

Das Heimtückische ist, dass sie keine typischen Symptome erzeugt, keine Schmerzen verursacht. Im Ultraschall erscheint die Leber heller als normal. Bei Fettleberhepatitis kann man die Entzündung oft auch in den Blutwerten nicht sehen. Wenn eine Leberzirrhose vorliegt, kann es zum Auftreten von Komplikationen kommen, die die Lebenserwartung deutlich reduzieren. Zum Beispiel



„Die Fettleber erzeugt keine typischen Symptome.“

Gerd Bodlaj
Internist

Leberkrebs, wobei sich 90 Prozent aller Fälle bei Patient*innen mit Leberzirrhose finden. Risikopatient*innen sollten sich mittels FibroScan untersuchen lassen.

Wie wird eine Fettleber vermieden?

Mit einem gesunden Lebensstil. Also einer kalorienreduzierten, dem Energieverbrauch angepassten Ernährung. Der Energieverbrauch, der das Fett aus der Leber mobilisiert, kann durch regelmäßige sportliche Aktivität

gesteigert werden. Gewichtsreduktion führt zu deutlichen Verbesserungen.

Und wenn das nicht ausreicht?

Dann braucht es medizinische Maßnahmen. Dazu gehören Medikamente, wobei es in Österreich noch keines für die Behandlung von Fettleber gibt. Hier wird die Verfügbarkeit der in den USA bereits eingesetzten Substanz Resmetirom für 2026 erwartet. Eine Möglichkeit bietet auch die bariatrische Chirurgie, die Gewichtsreduktion zum Ziel hat. Die Setzung eines Magenbypasses führt auch zu einer Veränderung von Hormonen, sodass es zu einem schnelleren Sättigungsgefühl und besserer Insulinwirkung kommt.

Kann eine Fettleber akut werden?

Eine nicht-alkoholische Fettleber praktisch kaum. Bei der alkoholischen kann es in manchen Fällen zu einer Fettleberentzündung kommen, die in einzelnen Fällen auch zum Leberversagen führen kann. Wesentlich häufiger sehen wir die Spätkomplikationen wie Zirrhose und Leberkrebs. Aber durch entsprechende Lebensstilmaßnahmen und Therapien kann es zu einer Rückbildung der Fettleber kommen.

Gemeinsam neue Wege gehen.

WIR MACHT'S MÖGLICH.

Raiffeisen Oberösterreich 



Die ganze Story auf raiffeisen-ooe.at/firmenkunden

Lebensfreude ohne Alternative



St. Josef
Krankenhaus Wien

In Wien werden derzeit hunderte Frauen mit der Diagnose metastasierender Brustkrebs behandelt. Eine davon ist Marion Schaufler, eine besonders positiv denkende Patientin.

Von Claudio Honsal



Marion Schaufler zeigt dem Krebs lächelnd die Zähne.

Marion Schaufler ist braungebrannt und strahlt über das ganze Gesicht. Mit ihrem Ehemann und ihren zwei Hunden war sie gerade auf Urlaub in Kroatien. Nun kehrt sie in die Arbeit zurück, als Sekretärin in der Hochschule Campus Wien. Schaufler ist 49, stolze zweifache Mutter und Krebspatientin, seit über einem Jahrzehnt. 2013 und 2020 besiegte sie bereits zwei voneinander unabhängige Formen von Brustkrebs. Doch seit 2023 kämpft sie gegen einen besonders bösartigen Tumor, der schon Metastasen gebildet hat. Eine heimtückische Form, für die es momentan keine Heilung gibt. Dennoch ist Schaufler ein beeindruckend positiver Mensch. „Man kann es nicht schönreden. Man ist angezählt, aber was ist die Alternative? Soll ich verzweifeln und sagen, das war's?“ Sie lernte zu akzeptieren und zu kämpfen.

Spital als Insel, Anker und Felsen

Das St. Josef Krankenhaus Wien wurde zum zweiten Zuhause. „Es ist meine kleine Insel, mein Anker, mein Felsen.“ 2002 und 2005 brachte sie hier ihre beiden Töchter zur Welt. 2013 startete sie hier ihre erste Krebsbehandlung, erinnert sie sich mit schwarzem Humor. „Das volle Wohlfühlprogramm. Zuerst die operative Entfernung des Tumors und die Amputation der linken Brust, danach die Chemo, bei der ich alle Haare verloren habe, gefolgt von einer

Strahlentherapie. Später kam der Wiederaufbau der Brust.“

2014 galt sie als geheilt. Bis Schaufler im Mai 2020 aus heiterem Himmel mit einem neuen Symptom konfrontiert wurde. „Ich hatte ein Stechen in der Mitte der Brust.“ Es entpuppte sich als neuer Tumor, der weder operiert noch bestrahlt werden konnte.

Lebensqualität ohne Schmerzen

Oberärztin Dr.ⁱⁿ Sophie Roider-Schur betreut Schaufler seit 2017 als internistische Onkologin am St. Josef Krankenhaus Wien, gemeinsam mit einem interdisziplinären Team. „Brustkrebs ist heutzutage nicht mehr gleich Brustkrebs. Es gibt individuelle Therapiekonzepte für die unterschiedlichsten Formen und Stadien. Manche Krebstypen kommen bedauerlicherweise Jahre bis Jahrzehnte später wieder zurück. Frau Schaufler ist da leider keine Ausnahme.“

Mit einer Tablettentherapie in Form einer antihormonellen und einer CDK4/6-Behandlung kann das Team Schaufler über lange Zeit bestmögliche Lebensqualität ohne gravierende Nebenwirkungen schenken. „Wichtig ist, dass wir unsere Patientinnen gut kennen, um ihnen in jeder Lebenssituation die bestmögliche Therapie bieten zu können. Dafür ist gegenseitiges Vertrauen die Voraussetzung“, weiß die Onkologin aus der Praxis.

**Ärztin
Sophie Roider-
Schur wurde
zur engen
Vertrauten.**



Leider ereilte Schaufler noch während der zweiten Krebsbehandlung im September 2023 die nächste medizinische Hiobsbotschaft. Unter der rechten Achsel hatte sich eine spür- und messbare Lymphknotenmetastase gebildet. Der Brustkrebs war erneut fortgeschritten. „Da packte mich schon die Verzweiflung und ich fragte mich, warum ich?“, erinnert sich die Patientin an den Moment, in dem sich die Bedeutung von Glaube und Hoffnung verschob. Trotzdem nahm sie den Kampf wieder auf, erstellte einen persönlichen Zeitplan und eine Bucket List mit Dingen, die sie noch erleben wollte. Dank ihrer positiven Lebenseinstellung erfüllte sich bereits vieles. Im Vorjahr durfte sie die Hochzeit ihrer Tochter Julia und die Matura von Tochter Carina miterleben, „in bester Verfassung“. Schaufler strahlt bei der Erinnerung. „Ich bilde mir ein, dass ohne mich nichts geht, also werde ich mit positiver Energie weitermachen.“

„Richtung bestimmen“

Momentan absolviert Schaufler eine orale Chemotherapie in Kombination mit einer intravenösen Antikörpertherapie, mit wenig Nebenwirkungen. Außerdem steht eine weitere Lymphknotenbiopsie bevor. „Es sind aktuell keine kritischen Organe befallen und es kommen immer wieder neue Therapiemöglichkeiten auf den Markt“, schenkt Roider-Schur Hoffnung.

Kämpferin Schaufler geht erneut ihren Weg. „Der Krebs ist in meinem Rucksack und ich trage ihn immer mit mir. Aber ich werde auch weiterhin die Richtung bestimmen.“ Für Schicksalsgenossinnen hat sie nur einen Rat. „Darüber reden und nie stehen bleiben. Es geht immer wieder weiter. Hin und wieder zwar auch mal seitwärts oder ein Stück retour, aber dann auch wieder vorwärts.“ Ihre nächsten Meilensteine sind die Geburt des ersten Enkelkinds Ende September, natürlich im St. Josef Krankenhaus Wien. Und 2026 den 50er ihres Mannes und den eigenen zu feiern. „Ich möchte und werde noch leben, denn ich habe einiges vor“, blickt Schaufler positiv in die Zukunft. Sie definiert sich nicht über die Krankheit, sondern über ihre Ziele, Lieben und ihr Lachen. ●

Von der Seele geschrieben



Mag.^a Rosmarie Kranewitter-Wagner

Vorständin Wertemanagement Ordensklinikum Linz
Barmherzige Schwestern

Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser

Ich bin ein Mensch, der gerne alles unter Kontrolle hat. Ich bin strukturiert, kann organisieren und erstelle Checklisten für fast jede Lebenslage.

Aber mir ist auch bewusst, dass mein Gestaltungsspielraum Grenzen hat. Nicht alles kann ich kontrollieren und steuern. Ich kann beispielsweise nicht verhindern, eines Tages mit einer Krebsdiagnose konfrontiert zu sein. Ich muss meine Kinder ihren Weg gehen lassen, vertrauend, dass ich ihnen das richtige Rüstzeug mitgegeben habe. Und ich habe keine 100-prozentige Sicherheit, dass mich ein Jobwechsel zufriedener macht. Daran kann ich verzweifeln.

Befreiung von Last

Oder ich wähle bewusst einen anderen Weg: Vertrauen. Vertrauen in mich und meine Fähigkeiten. Dieses Vertrauen ist genährt von meinen Erfahrungen und von wohlwollendem Feedback. Vertrauen in die Menschen um mich herum. Mein Mut, mich ihnen anzuvertrauen, wird mit dem Gefühl von Verbundenheit belohnt und macht mein Leben reich. Vertrauen dem Leben grundsätzlich gegenüber. Die Welt um mich ist mir gut gesinnt und ich gehe meinen Weg nicht allein. Für mich persönlich kommt da auch Gott ins Spiel, von dem ich mich getragen weiß. Immer wieder zu üben, vertrauensvoll durchs Leben zu gehen, kann von der Last befreien, für alles verantwortlich zu sein und ständig steuern zu müssen.

Entscheidungen auf Wertebasis

*Das Sprichwort, jeder ist seines Glückes Schmied, ist für mich nicht ganz richtig und auch zynisch, weil die Ausgangsvoraussetzungen jeder*s Einzelnen so verschieden sind. Das entbindet mich aber natürlich nicht von der Verantwortung, Entscheidungen zu treffen und entsprechend meiner Werte und Überzeugungen zu handeln.*

Mein (Gott-)Vertrauen wird demnächst auf die Probe gestellt, wenn meine 15-jährige Tochter für ein Semester in die USA aufbricht. Ich werde sehen, wie gut es mir dann gelingt, loszulassen und zu vertrauen.



SAUBERKEIT, DIE MAN SIEHT. UND DIE LEBEN RETTET.

Mehr Infos zum
Thema Unterhaltsreinigung...
schmidt-reinigung.at

