S I G M A

Das Mitarbeitermagazin
des SIGMA-Zentrums
Bad Säckingen

Juli 2018

Ausgabe 2

ZENTRUM Magazin

Liebe Mitarbeiterinnen,
liebe Mitarbeiter,

Anfang des Jahres haben wir die erste Ausgabe des Sigma-Magazins veröffentlicht. Die vielen positiven Rückmeldungen haben uns darin bestätigt, dieses neue Informationsmedium bereits in der zweiten Ausgabe um wissenswerte Informationen zum interdisziplinären Therapieangebot, zur innerbetrieblichen Zusammenarbeit und zu allen betreffenden Projekten zu erweitern. In diesem Zusammenhang möchte ich mich für die vielen Anregungen bei der Weiterentwicklung herzlich bedanken.

Wichtig ist mir gerade in dieser Ausgabe eine Anerkennung für alle, die sich fernab therapeutischer Bemühungen ins Zeug gelegt haben. Wir haben in der jüngeren Vergangenheit viele Baustellen erfolgreich abgeschlossen: Zertifizierung, Begehungen durch Gesundheitsamt und Regierungspräsidium, Hygiene-Management. All diese Obliegenheiten müssen gut durchdacht, organisiert und durchgeführt werden. Das sind eben auch Aufgaben eines Krankenhauses, die in den letzten Jahren mehr und mehr in den Fokus gerückt sind. Allen Beteiligten, die sich in besonderer Weise auch um nicht primär therapeutische Aufgaben kümmern, bis hin zur Abrechnungsabteilung, Küche und Haustechnik, Verwaltung und Reinigung gilt ein herzlicher Dank!

Lesen Sie bitte weiter auf Seite **2**

Fortsetzung von Seite 1

Foto: Sigma-Zentrum

Auch im ersten Halbjahr sind die Aktivitäten des Sigma-Zentrums in der Öffentlichkeit wieder mit viel Interesse verfolgt worden. Die in der Ihnen vorliegenden Ausgabe des Sigma-Magazins enthaltenen Auszüge von Presse-Artikeln beziehen sich auf unsere erfolgreiche Teilnahme an den Gesundheitsmessen in mehreren Städten Baden-Württembergs, die im Früherkennungszentrum eingerichteten Spezialsprechstunden, die erfolgreiche Rezertifizierung nach dem noch strengeren neuen Standard DIN ISO 9001:2015 und eine ganze Reihe weiterer medizinisch-therapeutischer Themen:

- Psychosomatische Erkrankungen – Somatisches und psychotherapeutisches Vorgehen im Sigma-Zentrum
- Die ganzheitliche Behandlung des Fibromyalgiesyndroms
- Erweiterung der Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
- Erweiterung im multimodalen Therapiekonzept
- Hochkarätige Fortbildungen und Vortragsprogramme
- Aktuelle Mitteilungen aus der Verwaltung
- Berufsbilder im Sigma-Zentrum
- Bad Säckingen nach der Therapie und in der Freizeit

Mit mehreren Beiträgen dieser Ausgabe unterstreichen wir auch den unmittelbaren Zusammenhang zwischen Mitarbeiter- bzw. Patientenzufriedenheit sowie Qualität in der Patientenversorgung: Es sind zwei Seiten der gleichen Medaille.

Die sehr gute Auslastung des Sigma-Zentrums hat natürlich viele Ursachen: Neben unserem von Patienten und Einweisern aus ganz Deutschland geschätzten Konzept sind dies eine erstklassige medizinisch-therapeutische Behandlung und Pflege, für die ich allen Teams meine Anerkennung ausdrücken möchte. Die hohe Aufenthaltsqualität unserer Patienten, an der Abteilungen wie der Empfang und die Hauswirtschaft bedeutenden Anteil haben, ist serviceorientiert. Dazu gehört auch der Dialog mit unseren einweisenden Ärzten, vorbehandelnden Psychotherapeuten und der interessierten Öffentlichkeit. Dies ist eine beeindruckende Gesamtleistung, die auf einer außerordentlichen Identifikation und dem hohen Engagement der Mitarbeiter aus den unterschiedlichen Berufsgruppen aufbaut und große Wertschätzung verdient.

Lassen Sie uns gemeinsam auf dieser guten Basis auch die zweite Jahreshälfte erfolgreich gestalten.

Herzliche Grüße
Ihr

Prof. Dr. med. Christoph Bielitz
Geschäftsführender Ärztlicher Direktor

Ausgabe 2
Juli 2018

Inhalt

Editorial 1

Inhaltsverzeichnis 3

Orientierung im Gesundheitswesen 4
Aussagen über Patientenzufriedenheit und -bewertungen

Erweiterung im Therapiekonzept 6

Psychosomatische Erkrankungen 7
Somatisches und psychotherapeutisches Vorgehen im Sigma-Zentrum

Die ganzheitliche Behandlung des Fibromyalgiesyndroms 8

Ehemaligentreffen 2018 10
Patiententreffen im Sigma-Zentrum

Psychopharmakologie-Tage 11
Programmvorschau des Sigma-Zentrums

Sigma trägt vor 12

Ausgeglichen in den Wechseljahren 13
Erweiterung der Patienteninformation

Fachtherapien in der multimodalen Therapie 14
Das Therapie-Konzept im Sigma-Zentrum

Pressespiegel 16
Das Sigma-Zentrum in der Tages-, Wochen- und Fachpresse

Erfolgreiche Teilnahme an Gesundheitsmessen 18
Das Sigma-Zentrum präsentiert sich in Balingen, Offenburg und Konstanz

Upgrade-Zertifizierung 20

In guter Gesellschaft 22
Demographische und gesellschaftliche Entwicklungen

Aus der Gesundheitspolitik 23

Aktuelle Mitteilungen aus der Verwaltung 24

Berufsbilder im Sigma-Zentrum 26

Bad Säckingen nach der Therapie und in der Freizeit 27

Vorschau Fortbildungen und **Impressum** 28
2. Halbjahr 2018

Ausgabe 2
Juli 2018

Orientierung im Gesundheitswesen

Den meisten Menschen fehlen gute Informationen, um die passenden Gesundheitsanbieter und/oder die passende Behandlungs- und Versorgungsform zu finden. Bereits vorhandene Informationen sind vielfach wenig aussagekräftig, für Patienten schwer verständlich oder schwer zugänglich. In vielen Bereichen ließe sich die Versorgungsqualität deutlich verbessern, wenn sowohl Patienten als auch Leistungserbringer wie Ärzte besser informiert wären.

Vor diesem Hintergrund hat die Bertelsmann Stiftung unter der Schirmherrschaft des Bundesbeauftragten für die Belange der Patientinnen und Patienten das Projekt „Weiße Liste“ (www.weisse-liste.de) ins Leben gerufen, um eine einfache und aussagekräftige bundesweite Vergleichbarkeit von Gesundheitsanbietern zu ermöglichen. Im Gegensatz zu anderen Bewertungsportalen garantiert die Weiße Liste größtmögliche Unabhängigkeit durch Kosten- und Werbefreiheit ohne kommerziellen Hintergrund. Die dort verfügbaren Daten sind Ergebnisse aus umfassenden Patientenbefragungen (Start November 2011) mit dem wissenschaftlich fundierten Fragebogen „Patients‘ Experience Questionnaire“ (PEQ) zu ihren Erfahrungen im Krankenhaus. Da wir im Sigma-Zentrum beständig an der Sicherung und Verbesserung der Qualität unserer Arbeit auch im Vergleich mit anderen Kliniken arbeiten, haben wir seit dem 01.01.2017 unseren Patientenrückmeldebogen sowie das Abgabeverfahren und die statistische Auswertung neu strukturiert, um eine bessere Reliabilität und Evaluation der Daten und eine Vergleichbarkeit mit den Ergebnissen der Weißen Liste zu ermöglichen. In der nachfolgenden Graphik ist der Vergleich zwischen den Bewertungen unserer Patientinnen und Patienten über einen Zeitraum von 14 Monaten und den Bewertungen der aktuellen Weißen Liste dargestellt:

Seite 4

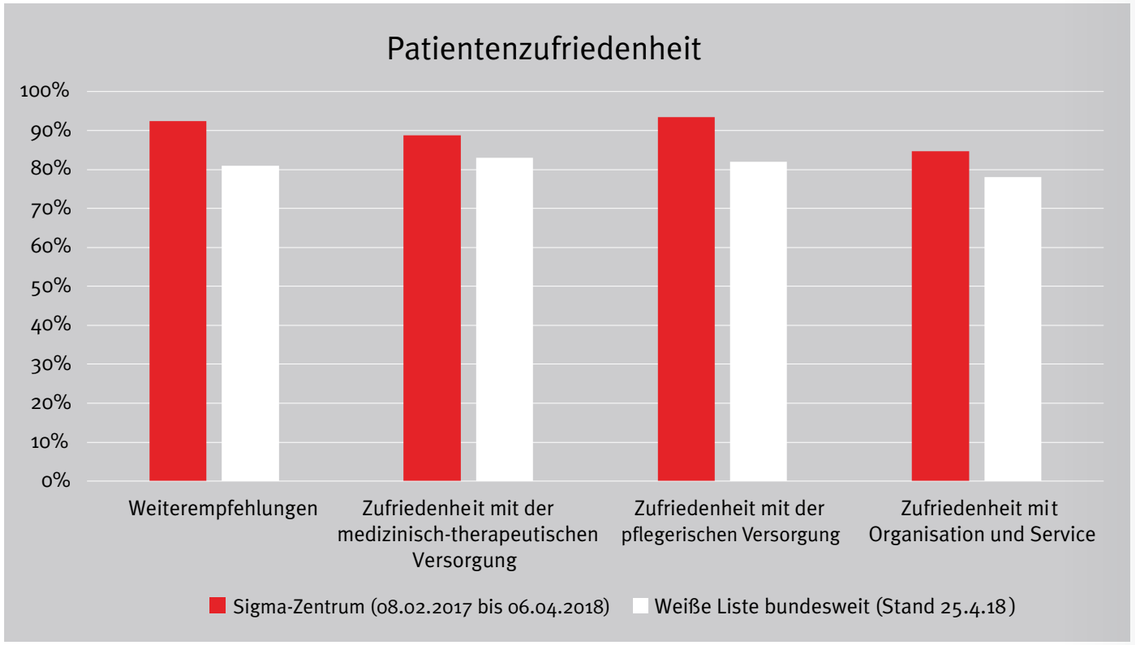


Diagramm: Sigma-Zentrum

Deutlich zu sehen ist die grundsätzlich hohe Zufriedenheit unserer Patienten in allen Bereichen und die in vielen Bereichen höhere Zufriedenheit im Vergleich zum Bundesdurchschnitt. Bei der Bewertung der „Zufriedenheit mit der medizinisch-therapeutischen Versorgung“ sind im Sigma-Zentrum Ärzte, Psychologen und Fachtherapeuten gemeinsam erfasst worden.

Insgesamt also ein sehr gutes Ergebnis, allerdings auch noch mit etwas „Luft nach oben“: Selbst, wenn negative Bewertungen sehr selten sind, werden sie fortlaufend genau geprüft und nachverfolgt, um eine Sicherung und Verbesserung unserer hohen Qualität weiter zu gewährleisten.

Dipl.-Psych. Alexander Georgi

Patienten-Bewertungen

Bei Abreise wird jede Patientin und jeder Patient für die interne Qualitätskontrolle um eine differenzierte Bewertung gebeten. Darüber hinaus gibt es verschiedene Bewertungsportale im Internet. Deren Aussage ist gespalten zu sehen: Sie sind nicht repräsentativ, da die meisten zufriedenen Patientinnen und Patienten sich nicht die Arbeit machen. Also findet sich dort nur eine sehr kleine Auswahl und dann meist nur extreme Bewertungen. Dennoch freuen wir uns über die abgegebenen positiven Bewertungen, die vielleicht dann dem einen oder anderen ratsuchenden Patienten eine Entscheidungshilfe sein mögen.

Rechts zwei aktuelle Bewertungen im Portal „jameda“: ▶

Gratulation zur Top-Platzierung!

Der Ärztliche Direktor Prof. Dr. Christoph Bielitz hat von dem Bewertungsportal jameda das Top-5-Siegel 06/2018 verliehen bekommen. Damit wird er von dem Portal in seinem Fachgebiet unter den Top-Ärzten der Stadt gelistet, weil er besonders häufig von Patienten weiterempfohlen wurde. jameda vergibt das Siegel alle 6 Monate.
Das Sigma-Zentrum hat eine Patienten-Weiterempfehlungsrate von 92 Prozent. Wir freuen uns über weitere Bewertungen auf der jameda-Seite des Sigma-Zentrums.

Wäre es ein Hotel, würde ich sagen „sehr gerne wieder!“

„Ich war 5 Wochen in der Klinik und was ich dort erleben durfte, es war ein „Geschenk“. Alle, angefangen von der Rezeption/Empfang, Ärzte, Therapeuten, Schwestern, Küche, Hausmeister, Reinigungskräfte, es zieht sich durch die komplette Klinik wie ein „roter Faden“! So viel Empathie habe ich noch nie genossen! Ausnahmslos jeder war immer für uns „Patienten“ da und immer ansprechbar und freundlich! Auch die Patienten untereinander pflegen einen herzlichen Umgang, soweit es das Krankheitsbild zulässt. Der Informationsfluss unter den Ärzten, Therapeuten und Schwestern ist gigantisch. Ich habe mich in der Klinik sehr gut aufgehoben und behütet gefühlt, eher wie in einem Hotel wie in einer Klinik.

... und ich weiß, sollte ich jemals wieder in so eine Situation kommen, darf ich wieder ins Sigma-Zentrum gehen und werde dort herzlich aufgenommen. Hervorragende Ärzte, Therapeuten und Schwestern, sie kommen auf das Problem und hier wird wirklich geholfen, sofern man sich drauf einlässt. Es ist beruhigend zu wissen, dass es solch eine Einrichtung gibt! Hier bist Du Mensch! Mein herzlicher Dank an alle!“

Bewertung vom 22.05.2018, privat versichert, Alter: über 50

Jeder Tag war ein Geschenk

„Ich war 4 Monate in der Sigma-Klinik und jeder einzelne Tag war wie ein großes Geschenk. Als ich dort ankam, fühlte ich mich wie versteinert und restlos erschöpft. Dank unglaublicher, authentischer Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft, Geduld und natürlich Professionalität seitens des kompletten Klinikpersonals schaue ich nun wieder positiv und zuversichtlich in die Zukunft.

Für jedes Bedürfnis gab es einen passenden Ansprechpartner und so wurden Wünsche schnell und unkompliziert erfüllt. Von allen Angestellten fühlte ich mich stets umfassend ernst genommen. In allen Therapien wurde immer auf meine jeweilige Befindlichkeit Rücksicht genommen und auf meine Stimmungen eingegangen.

Rückblickend hätte ich es nicht besser treffen können und es gibt mir ein Gefühl von großer Sicherheit, zu wissen, dass es die Sigma-Klinik gibt, falls ich noch einmal stationäre Hilfe benötigen sollte.“

Bewertung vom 06.06.2018, privat versichert, Alter: über 50

Seite 5

SIGMA ZENTRUM

Ausgabe 2
Juli 2018

Erweiterung im Therapiekonzept

Seit diesem Frühjahr hat das Sigma-Zentrum eine tierische Mitarbeiterin: Nahe der Klinik wohnt die Stute Amy auf einem schönen naturnahen Hof und ermöglicht unter fachtherapeutischer Leitung von Dorothea Kundel ein neues Angebot im multimodalen Therapiekonzept: die pferdegestützte Therapie. Amy ist für diese Zusatzleistung speziell auf die Arbeit mit Patienten ausgebildet. Bei der pferdegestützten Therapie steht nicht die reiterliche Ausbildung, sondern die individuelle Situation und das Bedürfnis der Patienten im Vordergrund. Auf der Website www.pferd.sigma-zentrum.de ist ein aktuelles Erklärvideo abrufbar.

Die pferdegestützte Therapie stellt sich aufgrund weniger Kontraindikationen bei verschiedenen psychischen Störungsbildern als sehr sinnvoll und zielgenau einsetzbar dar. So wird die Therapie mit Pferden zum Beispiel bei Patientinnen und Patienten mit Burnout oder Angststörungen eingesetzt.

Pferde sind äußerst soziale Tiere und gehen wertfrei auf jeden Menschen zu, unabhängig von Bildungsstand, Lebenssituation, Aussehen oder sozialem Status. Darin liegt der therapeutische Ansatz für das Erfahren von Sozialkompetenzen, Interaktionen, Kommunikation, Beziehungsarbeit. Weil sie über Körpersprache kommunizieren, reagieren sie nonverbal auch beim Menschen äußerst fein und direkt.

Sie nehmen „versteckte“ oder unterdrückte Emotionen wahr und spiegeln diese über ihr eigenes Verhalten und ihre Reaktion. Der Therapeut fungiert dabei anfangs als „Übersetzer“ zwischen Pferd und Patient, die eine zunehmend direktere Beziehung miteinander aufbauen. Dies ermöglicht so ein direktes Reflektieren ohne Fremdbewertung, das auch „therapiemüde“ Patienten sehr gut auffängt.

Zu den Therapiezielen im Umgang und in der Kommunikation mit dem Pferd gehört das Erfahren von sozialen Kompetenzen und Handlungskompetenzen; aber auch Beziehungsarbeit, Erlernen von Entspannung und Selbstwirksamkeitserfahrungen zur Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung des Selbstvertrauens gehören zum Therapieansatz bei der Arbeit mit Pferden. Da die in der Natur stattfindende pferdegestützte Therapie den Menschen in seiner momentanen Situation abholt und ganzheitlich auf emotionaler, körperlicher und kognitiver Ebene fordert, passt sie sehr gut in das multimodale Gesamtkonzept des Sigma-Zentrums.

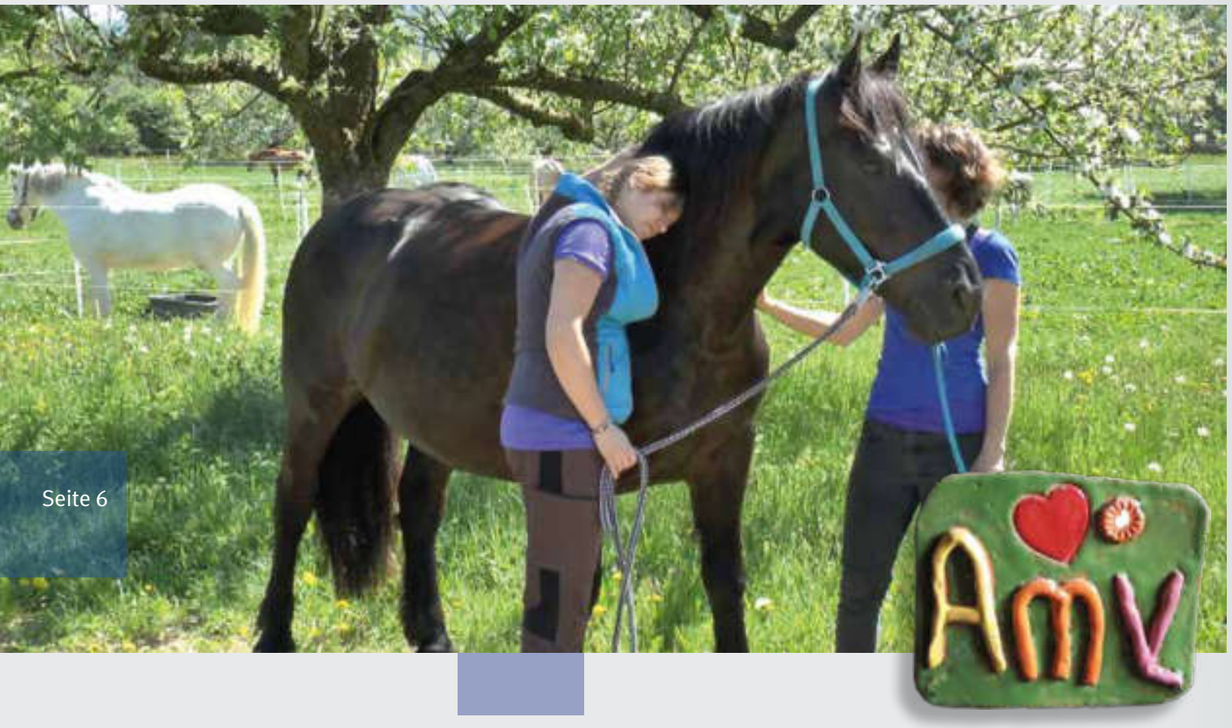


Foto: Sigma-Zentrum

Seite 6

Psychosomatische Erkrankungen

Somatisches und psychotherapeutisches Vorgehen im Sigma-Zentrum

Die Zahl der psychischen Erkrankungen ist aufgrund gesellschaftlicher und beruflicher Veränderungen seit Jahren angestiegen. Man kann davon ausgehen, dass fast jeder Dritte von uns einmal in seinem Leben an psychischen und/oder psychosomatischen Störungen erkrankt. Davon sind etwa 11 Prozent psychosomatische Störungen.

In der psychosomatischen Medizin teilt man Störungen und Erkrankungen in verschiedene Gruppen ein:

- Befindlichkeitsstörungen
- Funktionelle Störungen
- Somatoforme Störungen
- Dissoziative Störungen
- Verhaltensauffälligkeiten mit körperlichen Störungen
- Somatopsychische Erkrankungen

Psychische oder psychosoziale Faktoren sind in unterschiedlichem Ausmaß an der Auslösung oder Verschlimmerung dieser Erkrankungen bzw. ihrer Beschwerden beteiligt.

Angebote im Sigma-Zentrum

Da sich psychosomatische Erkrankungen in einer Vielzahl von Symptomen äußern, ist es in der Sigma-Klinik wichtig, neben einer guten Ausstattung im Bereich der Psychotherapie ein umfangreiches allgemeinmedizinisch-diagnostisches und körperlich-therapeutisches Angebot vorzuhalten, das in unserem Mitarbeitermagazin noch ausführlich dargestellt werden soll. In diesem Zusammenhang sollen dann auch spezielle psychosomatische Krankheitsbilder kurz dargestellt werden.

Häufigste psychosomatische Störungen

Die häufigsten und in der Bevölkerung am meisten verbreiteten Krankheitsbilder sind die schmerzhaften Erkrankungen des Muskel-, Bindegewebs- und Skelettapparates, speziell der Wirbelsäule, häufig assoziiert mit sogenannten Verspannungen und Spannungskopfschmerzen. Die hiermit verbundenen, zum Teil großflächig auf den ganzen Rücken projizierten Schmerzen können im Zusammenhang mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen dann zum T eil schwere Ausmaße annehmen.

Diagnostik und Therapie im Sigma-Zentrum

Zur Diagnostik und Therapie stehen im Sigma-Zentrum erfahrene Allgemeinmediziner und Internisten zur Verfügung, die im Bedarfsfall mit den benachbarten Radiologen und dem benachbarten spezialisierten Schmerzzentrum intensiv zusammenarbeiten. Hierbei kann jede Form der Bildgebung bis hin zu CT und MRT in das diagnostische Vorgehen einbezogen werden. Unsere Kooperation mit der Praxis für spezialisierte Schmerztherapie Dr. Wagner ermöglicht, dass nicht nur schulmedizinische sondern auch verschiedenste komplementärmedizinische Verfahren bei unseren Patientinnen und Patienten zum Einsatz kommen. Das spezielle interdisziplinäre, multimodale Konzept des Sigma-Zentrums stellt für unsere Patientinnen und Patienten ein breit gefächertes therapeutisches Angebot sicher, sowohl aus dem Bereich der Schmerztherapie wie der Schmerzpsychotherapie bis hin zur Körpertherapie, Bewegungstherapie und zum Biofeedback, das unbewusst ablaufende körperliche Vorgänge erlebbar und verstehbar macht.

Exemplarisch für die multimodale Schmerztherapie im Sigma-Zentrum soll in dieser Ausgabe zunächst das Konzept der Behandlung des Fibromyalgie-Syndroms vorgestellt werden, eines chronischen Schmerzsyndroms, bei dem unsere Patientinnen und Patienten häufig einen sehr langen Leidensweg hinter sich haben.

Dr. med. Wolfgang Krämer,
Facharzt für Allgemeinmedizin,
Familienmediziner

Seite 7

Bio-psycho-soziale Differenzialdiagnostik und Schmerztherapie nach neuesten neurobiologischen Erkenntnissen

Die ganzheitliche Behandlung des Fibromyalgiesyndroms

Etwa zwei Prozent der Bevölkerung leiden am Fibromyalgiesyndrom, auch Faser-Muskel-Schmerz genannt. Vor allem Frauen sind betroffen. Sie haben immer wieder Schmerzen in verschiedenen Körperbereichen. Man geht dabei von einem Ungleichgewicht zwischen Schmerzwahrnehmung und Schmerzhemmung im zentralen Nervensystem aus. Die Schmerzhemmung funktioniert bei Betroffenen über die Jahre immer schlechter.

Starke Schmerzen treten an unterschiedlichen Körperstellen auf und können wandern. Dabei kann der ganze Körper von diffusen Schmerzen betroffen sein, die den Alltag stark einschränken. Meist ist aber organisch kein Defekt oder keine lokalisierbare Ursache diagnostizierbar, weshalb die Akzeptanz als Krankheit den Betroffenen und deren Umfeld oft schwerfällt. Auch in der Fachdiskussion ist das schwer fassbare Fibromyalgiesyndrom umstritten. Am 26. April 2018 fand dazu im Sigma-Zentrum ein interner Workshop mit Frau Dr. Maria Geisler statt.

Foto: Sigma-Zentrum

▲ Dr. Maria Geisler

Aufgrund der oftmals schwer objektiv in ihrer Ursache nachvollziehbaren Schmerzen erleben Patienten mit Fibromyalgiesyndrom oft, dass sie in ihrem Leid nicht ausreichend ernstgenommen werden. Sie haben in vielen Fällen bereits eine Odyssee von Arztbesuchen unterschiedlichster Fachrichtungen hinter sich. In Einzelfällen dauert es immer noch Jahre bis zur Diagnosestellung und einer adäquaten Behandlung.

Im Sigma-Zentrum sind diese Patienten willkommen. Sie werden in ihrer Not gesehen und gewürdigt. Auch eine Kooperation mit einem schmerztherapeutischen Zentrum ergänzt unser therapeutisches Spektrum.

Zunächst muss eine sorgfältige bio-psycho-soziale Differenzialdiagnostik als Voraussetzung für eine spezifische Behandlung erfolgen. Es gibt verschiedene Subgruppen des Fibromyalgiesyndroms, welche einer unterschiedlichen Behandlung bedürfen. Die Behandlung der bisher fünf spezifizierten Subgruppen mit rein verhaltenstherapeutischer Schmerztherapie entspricht nicht mehr den neuesten neurobiologischen Erkenntnissen und sollte der Vergangenheit angehören.
Ein hoher Anteil der Fibromyalgiepatienten hat gleichzeitig eine nicht diagnostizierte Angsterkrankung, eine weitere Subgruppe hat eine ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstruktur.

Besteht eine Angsterkrankung mit ausgeprägten muskulären Verspannungen und ein psychovegetatives Hyperarousal, so sollte ein Angstbewältigungstraining mit Entspannungsverfahren und Physio- und Sporttherapie erfolgen.

Besteht eine Posttraumatische Belastungsstörung mit multilokulären Schmerzen als Leitsymptom, dann ist eine traumaspezifische Behandlung indiziert.

Liegt weder eine Angsterkrankung noch eine ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstruktur vor, dann sollte ein verhaltenstherapeutisches Schmerzbewältigungstraining erfolgen.

Besteht eine Konfliktsituation im beruflichen und/oder familiären Bereich, so erweist sich eine rein schmerzbezogene Verhaltenstherapie als nicht wirksam. (Turk DC et al.)

Unserem Therapiekonzept liegt ein bio-psycho-soziales Krankheitsmodell zugrunde. Der Schmerz darf nicht darauf reduziert werden, dass er nur ein Warnsignal für eine Gewebsschädigung darstellt. Es gibt im Gehirn eine große Überlappung zwischen der Stress- und Schmerzverarbeitung.

Der enge Zusammenhang zwischen biografischen Stressoren und dem Fibromyalgiesyndrom wurde in vielen Studien wissenschaftlich überprüft und nachgewiesen.

Turk DC et al., (1998) Differential responses by psychosocial subgroups of fibromyalgia syndrome patients to an interdisciplinary treatment. Arthritis Care & Research 11:397–404.

Zu diesen biografischen Stressoren zählen u.a.:

- Frühkindliche emotionale Vernachlässigung,
- Parentifizierung,
- Ausgrenzungserfahrungen,
- chronischer Streit in der Primärfamilie,
- längere Trennung von den Eltern in den ersten Lebensjahren.

Unser aktualisiertes Behandlungskonzept beinhaltet neben zwei bis drei Einzelgesprächen pro Woche mindestens eine Sitzung intensiver Körperpsychotherapie, die Teilnahme an einer speziell für chronisch Schmerzkranke konzipierten Psychoedukationsgruppe, fakultativ die Teilnahme an der Gestaltungsgruppe, der Musiktherapie, der Tanz- und Bewegungstherapie, Entspannungsverfahren und sporttherapeutische Maßnahmen.

Die speziell für chronisch Schmerzkranke konzipierte Psychoedukationsgruppe beinhaltet sechs Module.

In diesen Modulen werden folgende Themen erarbeitet:

- Das bio-psycho-soziale Krankheitsmodell,
- der gute Umgang mit der diffusen Angst,
- Wege aus der Depression,
- Ressourcenaktivierung,
- Umgang mit Belastungen und Kränkungen,
- Schlafhygiene,
- die Wahrnehmung eigener Grundbedürfnisse,
- der Umgang mit den eigenen Grundbedürfnissen.

Wir alle haben biologisch verankerte Grundbedürfnisse: Jeder Mensch strebt danach, dass diese Bedürfnisse erfüllt werden und dass diese vor Verletzung geschützt werden. Wir nähern uns den Grundbedürfnissen an oder wir vermeiden den Kontakt zu ihnen, um uns vor Enttäuschungen zu schützen. Es kann auch sein, dass wir in übertriebener Art und Weise darauf achten, dass diese erfüllt werden (z.B. übertriebene Leistungsbereitschaft, um beachtet und geschätzt zu werden).

Wenn diese Grundbedürfnisse missachtet werden, entsteht eine innere Inkongruenzspannung, die wesentlich zur Schmerzentstehung beiträgt. Seine eigenen Bedürfnisse wahrnehmen, äußern und durchsetzen lernen, trägt wesentlich zur Schmerzreduktion bei.

Durch unser Behandlungskonzept können die Patientinnen und Patienten einen erheblichen Rückgang ihrer Schmerzen erzielen und trotz Begrenzungen Spielräume erkennen und nutzen lernen. Dies bewirkt eine Steigerung der Lebensqualität und Lebensfreude, was sich positiv auf das ganze soziale Umfeld auswirkt.
Dr. med. Maria Geisler,
Funktionsoberärztin

SIGMA ZENTRUM

Ausgabe 2
Juli 2018

Ehemaligentreffen 2018

Am Wochenende des 16./17. Juni 2018 fand das inzwischen 16. Ehemaligen-Treffen im Sigma-Zentrum statt. Wie in den zurückliegenden Jahren waren wieder unsere ehemaligen Patientinnen und Patienten zu einem Wochenende im Sigma-Zentrum eingeladen, an dem sie die Möglichkeit der persönlichen Begegnung untereinander fanden und kostenfrei vertrauliche Einzelgespräche mit Ärzten, Psychologen, Fachtherapeuten und Pflegemitarbeitern der Klinik in Anspruch nehmen konnten. Das Programm umfasste zudem Vorträge, gemeinsame Mahlzeiten sowie eine Reihe von Gruppeninteraktionen.

Seite 10

Gruppenangebote

- Tanz und Bewegung
- Singen bis die Seele tanzt
- Workshop Kunsttherapie
- Stimmgesundheit
- Tiefenpsychologisch-interaktionelle Gruppe
- Bodyscan
- Schwertarbeit
- Qi Gong und Stimme
- Vortrag „Ein Indianer kennt keinen …“
- Vortrag „Medikamente zur Behandlung psychischer Erkrankungen“
- Eskrima
- Yoga
- Abschlussforum

Foto: Sigma-Zentrum

Zum diesjährigen Ehemaligen-Treffen 2018 meldeten sich wieder über 100 Gäste an, die teilweise von weit her nach Bad Säckingen zurückkehrten, um mit den anwesenden Sigma-Mitarbeitenden in insgesamt 210 Einzelgesprächen über ihre persönliche Entwicklung seit Abschluss der stationären Behandlung zu sprechen und sich weitere Beratung zu holen. In 17 Gruppen konnten sie ihre Erfahrungen mit Qi Gong und Stimme, Yoga, Schwertarbeit, Eskrima, Tanz und Bewegung, Singen sowie kreativen Gruppenangeboten auffrischen. Herr Dr. Eberhard und Herr Dr. Bauer sowie Frau Hakuba hielten gut besuchte Vorträge und ein Forum mit allen Teilnehmern.

Von Seiten der Klinik betrachten wir dieses jährliche Treffen als Angebot unserer Fürsorge und therapeutischen Gemeinschaft, mit den ehemaligen Patientinnen und Patienten, die dies wünschen, in Kontakt zu bleiben. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden als Gäste in einigen öffentlichen Teilen der Klinik empfangen – selbstverständlich blieben die Therapiebereiche und Patientenzimmertrakte den aktuellen Patientinnen und Patienten vorbehalten.

Programmvorschau

Psychopharmakologie-Tage

16. und 17. November 2018

im Sigma-Zentrum

Seite 11

Polymedikation ist keine Ausnahme, sondern eher die Regel im Therapiealltag. Generell werden Patienten älter, haben viele Erkrankungen parallel, die Liste der Pharmakotherapie wird immer länger. So müsste eine Patientin mit fünf Erkrankungen mittlerer Schweregrade wie Depression, Osteoporose, Typ-2-Diabetes, Hypertonie und COPD, streng nach den jeweiligen Leitlinien therapiert, zehn unterschiedliche Medikamente einnehmen. Nach der Formel: $I=(n^2-n)/2$ gibt es dafür dann bis zu 45 mögliche Interaktionen. Der Experte Dr. Eckermann supervidiert und berät seit Jahren die Ärzteteams im Sigma-Zentrum, um pharmakologisch auch bei komplexen Fragestellungen passende Lösungen zu finden. Erstmals öffnen wir die diesjährigen Bad Säckinger Psychopharmakologie-Tage auch für externe Ärztinnen und Ärzte und laden herzlich zur Teilnahme ein, gerne auch mit einer eigenen Medikamentenanfrage.

Foto: Sigma-Zentrum

◀ Dr. med. Gabriel Eckermann

Freitag, den 16. November 2018:
14.00 bis 18.00 Uhr

- Fallstricke und Risiken der Selbstmedikation.
- 20 % oder 300 % der Standarddosis? Was bringen humangenetische Untersuchungen in der Therapie mit Psychopharmaka?
- Fallbesprechungen.

Samstag, den 17. November 2018:
9.00 bis 17.00 Uhr

- Wechselwirkungen der Psychopharmaka: Was ist in der Kombinationstherapie zu beachten?
- Einsatz von Psychopharmaka bei Schmerzpatienten.
- Psychopharmaka bei geriatrischen, niereninsuffizienten, kardiologischen und Tumorpatienten (Kombination mit Marcumar, NOAK, ASS, Antiphlogistika und Onkologika).
- Antidepressive Differentialtherapie („SSRI-Karussel“, neue Antidepressiva, erforderliche Kontrollen).
- Wann wird es kritisch bei der QTc-Zeit und warum?
- Fallbesprechungen aus dem Auditorium.

Referenten

- **Dr. med. Gabriel Eckermann**, Facharzt für Psychiatrie, Co-Leiter des Referats Psychopharmakologie der DGPPN, Mitherausgeber der Online-Datenbank www.psiac.de, Sachverständiger der bayerischen Krankenkassen und Institutsambulanzen bei der Bearbeitung von Regressproblemen
- **Chefärzte und Oberärzte** des Sigma-Zentrums

Zielgruppe: Ärztinnen und Ärzte. Die Veranstaltung ist bei der Landesärztekammer Baden-Württemberg mit 16 CME-Fortbildungspunkten beantragt.

Teilnahmebeitrag

2-Tageskarte: 16./17.11.2018 (16 CME-Punkte): 100 €
1-Tageskarte: 16.11.2018 (6 CME-Punkte): 40 €
17.11.2018 (10 CME-Punkte): 80 €

In den Beiträgen enthalten sind Handout, Tagungsgetränke und ein Mittagessen am 17.11.2018.

Anmeldung

Wir bitten um Anmeldung bis spätestens 15. Oktober 2018 online an: fortbildung@sigma-zentrum.de oder per Fax an 07761/5566-1079.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden nach der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Sigma trägt vor

Jeden Mittwoch findet ein Vortrag für Patientinnen und Patienten statt

Seit Jahren hat es sich etabliert, dass Prof. Burrer als Mitbegründer des Sigma-Zentrums jeden Mittwochabend um 17.00 Uhr einen Vortrag für Patientinnen und Patienten hält. Dabei informiert er integrativ, fachlich versiert und aus einem reichen Erfahrungsschatz über klinisch relevante Störungsbilder und ergänzt dies durch psychologische, soziologische und philosophische Betrachtungen, die beim Nachdenken über psychische Erkrankungen, deren Entstehung und Aufrechterhaltung im Allgemeinen und Konkreten Hilfestellungen bieten. So lauteten Titel seiner Vorträge *„Wie soll ich glauben was du sagst, wenn ich sehe was du tust?“* oder *„Man vermisst das am meisten, was man nie gehabt hat“*.

In den letzten beiden Jahren baute das Sigma-Zentrum nun sein Vortragswesen aus und griff auch vermehrt auf das Fachwissen der angestellten Ärzte und Therapeuten zurück. So wechseln sich Prof. Burrer und seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im zweiwöchentlichen Wechsel ab und können auf diese Art und Weise mit einer noch größeren thematischen Vielfalt aufwarten. Auch bei den mitarbeiterbezogenen Vorträgen stehen psychoedukative Aufklärung und Anstöße zum therapeutischen Nachdenken, sowie Einführungen in Therapieverfahren im Vordergrund. So wurde 2018 bisher zu klinisch relevanten Themen wie *„Angststörungen – Der hilfreiche Umgang mit der Angst“*, *„Selbstunsicherheit – und ihre Bewältigung“* und *„Depressionen – Entstehung und Behandlung“* referiert. Es wurde aber auch über die Psychohygiene informiert, zum Beispiel über den richtigen Umgang mit Schlaf und die Mitwirkung von Schlafstörung bei vielen psychischen Problemen sowie über den richtigen Umgang mit Kränkungen, die bei vielen klinischen Erkrankungen eine Rolle spielen, aber auch am Ursprung vieler alltäglicher Konflikte stehen. Zudem wurde auch über präventive Themenfelder gesprochen, die ein gesundes Leben fördern und stützen sollen, so zum Beispiel über die Rolle der Achtsamkeit, das Modell der Salutogenese und Momente des Beglücktseins. Auch der Ärztliche Direktor Prof. Bielitz bringt sein Wissen und seine Erfahrung in diesem Rahmen wiederholt ein und spricht zum Beispiel über die derzeitige Lage des Gesundheitssystems ebenso wie über die Notwendigkeit sozialpsychiatrische Maßnahmen im therapeutischen Prozess zu berücksichtigen: Im Anschluss an jeden Vortrag haben die Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, die Themen noch mit den Referentinnen und Referenten ausführlich zu diskutieren und auf den eigenen therapeutischen Prozess anzuwenden. Eine Vertiefung findet dann oftmals über die nächsten Tage und Wochen in den Gruppentherapien sowie in den Einzeltherapien statt, so dass die Vorträge gut in den je eigenen therapeutischen Prozess integriert werden können.

So tragen die Vorträge im Sigma-Zentrum dazu bei, immer wieder neue und anregende Verknüpfungen zu bilden, die die eigene Gesundung befördern. Es fügt sich die Gesamtbehandlung. Großer Dank gilt in diesem Sinne allen, die sich so engagiert eingebracht haben und noch einbringen werden und die Behandlungsqualität im Sigma-Zentrum halten und beständig auszubauen versuchen.

Mag. phil. Benedikt Mayer

Foto: Sigma-Zentrum

◀ **Prof. Dr. med. Erich W. Burrer**,
Facharzt für Neurologie, Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie

Ausgeglichen in den Wechseljahren

Erweiterung der Patienteninformation

Um die Darstellung unseres Leistungsangebotes immer weiter zu optimieren, haben wir vor einigen Wochen einen neuen Folder entwickelt. Im kompakten Format ist der Folder sehr flexibel nutzbar. Ein Überblick über das Sigma-Zentrum wurde ergänzt um eine umfassende Beschreibung der multimodalen Therapien für eine individuelle Genesung und eine Darstellung des Früherkennungszentrums.

Die Darstellung unserer im Früherkennungszentrum vorgehaltenen Kompetenzen lässt sich modular erweitern. Aktuell stehen bereits nachfolgende Patienteninformationen zur Verfügung:

- „Frauenpower wiedergewinnen“
- „Stressfest im Job?“
- „Mitten im Leben: Zeit des Wechsels“

Die jüngste Veröffentlichung beschreibt, dass die Mitte des Lebens und die natürliche Umstellung ihres Körpers von Frauen sehr unterschiedlich erfahren wird. Psychische Störungen bis hin zu Depressionen sind in der Zeit der Menopause aber keine Seltenheit. Viele Frauen erleben in den Wechseljahren Gemütsschwankungen, Niedergeschlagenheit oder auch Ängstlichkeit. Eine einfühlsame Beratung tut dann oft Not.

Die umfassende Patienteninformation trägt der Tatsache Rechnung, dass es gerade bei Beschwerden in der Zeit der Menopause wichtig ist, den Ursachen für die Beschwerden auf den Grund zu gehen und auszuschließen, dass über die normalen körperlichen Veränderungen hinaus eine ernstzunehmende somatische oder eine psychische Ursache vorliegt.

In der neu erschienenen Patienteninformation wird beschrieben, wie wir im Sigma-Zentrum Betroffene dabei unterstützen ihre bio-psycho-soziale Gesundheit zu erhalten. Von der Diagnostik und Beratung bis zu Therapieangeboten nach Bedarf.

Der Flyer liegt im Haus aus und ist auch auf der Website des Sigma-Früherkennungszentrums www.frueherkennung.de abrufbar.

Patienteninformation: Sigma-Zentrum

Fachtherapien in der multimodalen Therapie

Das Therapie-Konzept im Sigma-Zentrum

Das Therapie-Konzept im Sigma-Zentrum ist die multimodale Therapie. Diese Vielfalt in der Therapie, in vielfältiger Art und Weise, was multimodale Therapie ja bedeutet, lebt von der Integrationsarbeit. Ein Nebeneinander der Aspekte wie auch das alleinige Wissen darum, hilft nicht zur Gesundung des Patienten, es bedarf der Zusammenführung der vielen Teilaspekte. Hier wird im Therapiealltag das lebensphilosophische Prinzip, das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile, praktisch für den Patienten erlebbar. Im Folgenden werfen wir einen Blick auf die Fachtherapien innerhalb der multimodalen Therapie, die ein Teil des „Ganzen“ sind. Aus einem Ganzen können wir nie einen Teil hervorheben, wohl aber einen Teilaspekt beleuchten.

Ein zentrales Thema in der Therapie allgemein, ist der Gewinn von Erkenntnis, die Förderung und Entwicklung der Selbsterkenntnis des Patienten. Ohne intrapsychischen Nachvollzug im Erleben, bleibt aber Erkenntnis ein isoliertes Verstehen und geht nicht über in ein inneres, aufklärendes Begreifen. Der Satz des Soziologen Niklas Luhmann (1927 – 1998): „Eine Therapie ohne Sinn wirkt nicht“, ist hier zentral zu verstehen. Sinnhaft Erlebtes und Erkenntnis können nicht voneinander getrennt werden. So sind in der multimodalen Therapie diese beiden sich ergänzenden Ansätze vorhanden, von der Erkenntnis ins Erleben, durch das Erleben in die Erkenntnis. Der Ansatz über das Erleben in die Erkenntnis ist der Grundansatz und ein zentraler Wirkfaktor in den Fachtherapien. Der erfahrungsbezogene Zugang in den Fachtherapien spricht primär den Wahrnehmungsraum der Sinne an, in dem sinnhaft subjektiv Erlebtes professionell begleitet über die Versprachlichung in die Selbsterkenntnis führt.

Fotos: Sigma-Zentrum

Erleben und Erkenntnis finden in einem Beziehungsraum statt. Bestehend aus Beziehungen zum umgebenden Kontext, in dinglicher, naturhafter oder menschlicher Weise, einwirkend auf die Beziehung zu sich selbst. Ein Beziehungsraum wird auch in der multimodalen Therapie für den Patienten geschaffen, durch ein weites Netz aus vielen Behandlerinnen und Behandlern, mit unterschiedlichsten therapeutischen Vorgehensweisen. Ein tragendes Bindungs- und Beziehungsnetz, das seine Quantität nicht unwesentlich durch die Fachtherapeutinnen und Fachtherapeuten erfährt und dadurch auch durch eine qualitativ therapeutische Vielfalt ausgezeichnet wird. Dieses multimodale Prinzip in der Therapie kann für den Patienten wie ein symbolisches Abbild seines Lebenskontextes aus dem Alltag gesehen werden. Für ihn bedeutet dies eine Vielfalt von Beziehungsgestaltungen, in denen er interaktiv neu und Sinn erlebend anders als gewohnt in Kontakt treten kann, in unterschiedlichster Art und Weise

Seiler B (2018) Wirkfaktoren menschlicher Veränderungsprozesse. Springer Fachmedien Wiesbaden

sich selbst korrigierend erfahren kann, in einem bewussten Resonanz- und Reflexionsrahmen. Die Beziehungsgestaltung wird auch in den jüngeren Forschungsergebnissen als zunehmend wichtigster Wirkungsfaktor in der Therapie erkannt. Mit Frau Dr. Brigitte Seiler, Autorin des Buches „Wirkfaktoren menschlicher Veränderungsprozesse“ (Springer Verlag), konnten wir im März 2018 im Sigma-Zentrum dazu einen interessanten Workshop durchführen. Die Fachtherapien ermöglichen in der multimodalen Therapie dem Patienten einen inhaltlich deutlich erweiterten, professionellen Beziehungsraum, auch durch die unterschiedlichen Ausdrucksmöglichkeiten und erlebbaren Eindrücke, eingestimmt auf seine individuellen Bedürfnisse. Handlungskompetenzen, bekannte wie neue, werden gefördert, seine gewohnten Überforderungsmuster können ein Regulativ erfahren. Alle Sinne werden in den verschiedenen Fachtherapien angesprochen, die Selbstwahrnehmungsmöglichkeiten des Patienten werden dadurch in ihrer Ganzheit mit einbezogen. Dieser erweiterte therapeutische Erfahrungsraum schafft mehr neue Verarbeitungsmöglichkeiten von biographischen Spuren. Veränderungsprozesse können in diesem umfangreichen multimodalen Therapiekonzept individueller geschehen. Auf die notwendigen, dem Patienten entsprechenden Impulse zur Gesundung, kann weitgefasster eingegangen werden. Die multimodale Therapie mit den Fachtherapien schafft dafür einen dynamischen und umfassenden Rahmen.

Klaus Kammerer,
Leitender Fachtherapeut

Pressespiegel

In dieser Rubrik stellen wir einige Auszüge von Presse-Artikeln der vergangenen Monate zusammen, in denen das Sigma-Zentrum erwähnt worden ist.

Die Presseberichte können in der Marketingabteilung eingesehen werden.

Stadtkurier Freiburg *01. Juni 2018*

Erweiterung im Therapiekonzept

... So wird die Therapie mit Pferden zum Beispiel bei Patienten mit Burnout oder Angststörungen eingesetzt ... „Da die in der Natur stattfindende pferdegestützte Therapie den Menschen in seiner momentanen Situation abholt und ganzheitlich auf emotionaler, körperlicher und kognitiver Ebene fordert, passt sie sehr gut in das multimodale Gesamtkonzept des Sigma-Zentrums“, betont Fachtherapeutin Dorothea Kundel ... Von den eleganten und gutmütigen Tieren geht für Menschen eine unmittelbare Wirkung aus.

Badische Zeitung *29. Mai 2018*

Tierische Therapie im Sigma-Zentrum

Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen hat sein multimodales Therapiekonzept um die pferdegestützte Therapie erweitert...Für diese Zusatzleistung der Privatklinik arbeitet im Sigma-Zentrum die speziell auf die Arbeit mit Patienten ausgebildete Stute Amy. Mit ihr findet die pferdegestützte Therapie unter fachtherapeutischer Leitung im Stall und auf der Koppel unweit der Klinik statt ... „Die pferdegestützte Therapie stellt sich aufgrund weniger Kontraindikationen bei verschiedenen psychischen Störungsbildern als sehr sinnvoll und zielgenau einsetzbar dar“, erläutert der Ärztliche Direktor Christoph Bielitz.

Südkurier *29. Mai 2018*

Die heilsame Wirkung der Pferde

... Zu den Therapiezielen im Umgang und in der Kommunikation mit dem Pferd gehört das Erfahren von sozialen Kompetenzen und Handlungskompetenzen. Aber auch Beziehungsarbeit, Erlernen von Entspannung und Selbstwirksamkeitserfahrungen zur Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung des Selbstvertrauens gehören zum Therapieansatz bei der Arbeit mit Pferden ...

Schwarzwälder Bote *23. Februar 2018*

Psychischen Störungen effektiv vorbeugen

... Als Gesundheitsschaufenster der Region sprechen die „Gesundheitstage Balingen Fit & Gesund“ am 24./25. Februar 2018 auch Aussteller mit überregionaler Ausrichtung an. So bietet mit dem Sigma-Zentrum Bad Säckingen eines der deutschlandweit führenden privaten Fach-Krankenhäuser für interdisziplinäre Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin Anregungen für die Erhaltung und Wiederherstellung der eigenen Gesundheit. Das Sigma-Zentrum ist das erste psychiatrische Krankenhaus in Deutschland, das von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) zertifiziert ist als „Klinik für Diabetespatienten geeignet“...

Zollernalb Kurier *19. Februar 2018*

Früherkennung

... „Gesundheitstage Balingen Fit & Gesund“ am 24./25. Februar 2018 ... Mit dem vor einem Jahr eröffneten Früherkennungszentrum für psychische Störungen wurde eine Anlaufstelle geschaffen für alle, die einen niederschwelligen und diskreten Zugang zur Beratung im Bereich psychischen und psychosomatischen Unwohlseins suchen. Immer mehr Patienten nehmen die Kompetenz des in den Räumen einer Jugendstilvilla untergebrachten Kompetenzzentrums in Anspruch, das ganz bewusst der laienhaften Suche zur Selbstdiagnostik etwas entgegen setzt, die aufgrund von Irrtümern oft zu einer Verschlechterung der psychischen Verfassung führt (www.frueherkennung.de) ...

Zeitung am Samstag *17. März 2018*

Psychische Gesundheit

... Auf der Ausstellung „Die Balance – Messe für Gesundheit und Lebensqualität“ am 17. und 18. März in der Messe Offenburg wird sich auch das Sigma-Zentrum Bad Säckingen mit seinem hochindividualisierten integrativen Therapiekonzept präsentieren... Seelische Frühsymptome sind oft ein eindeutiges Warnsignal und sollten nicht verharmlost werden. „Dann ist es Zeit, sich Rat für Prävention oder eine Frühintervention zu holen. Je früher, desto besser hilft dies effektiv, die Heilungsprognose bestmöglich zu gestalten“, betont Professor Dr. Christoph Bielitz, Ärztlicher Direktor.

Badische Zeitung *19. März 2018*

„Alles hier hat seinen Reiz“

... Das Messeangebot war riesig. 120 Aussteller aus den Bereichen Medizin, Vorsorge, Sport, Wellness und Ernährung boten eine große Informationsplattform. Krankenkassen, Kliniken und Vereine stellten sich vor, beispielsweise das Sigma-Zentrum Bad Säckingen, Fachklinik für Psychotherapie, Psychosomatische Medizin, Neurologie, Innere Medizin und Allgemeinmedizin. Die Klinik kümmert sich auch um Leistungsdruck, Stress, Schlafstörungen und Depressionen. Psychische Erkrankungen hätten zugenommen, erklärt die Pflegedienstleiterin ...

Magazin Regio Panorama *März 2018*

Psychischen Störungen effektiv vorbeugen

Die „Gesundheitstage Bodensee“ am 10. und 11. März im Bodenseeforum Konstanz ziehen auch Aussteller mit überregionaler Ausrichtung an...In der eigens eingerichteten Spezialsprechstunde für medizinisch-psychologische Beratung und Gesundheitschecks wird die ganz persönliche gesundheitliche und psychische Situation aufgenommen und gegebenenfalls die Abklärungen körperlicher Ursachen angebahnt. Das Früherkennungszentrum ist bestimmt durch einen aus dem Sigma-Konzept abgeleiteten ganzheitlichen und interdisziplinären Ansatz, nach dem der Mensch in einer stetigen Wechselbeziehung von biologischen und sozialen Einflüssen, physikalischem Umfeld, seelischem und geistigem Erleben verstanden wird ...

Stadtkurier Freiburg *1. März 2018*

Ausgeglichene Wechseljahre

... Psychische Störungen bis hin zu Depressionen sind in der Zeit der Menopause aber keine Seltenheit. Viele Frauen erleben in den Wechseljahren Gemütsschwankungen, Niedergeschlagenheit oder auch Ängstlichkeit. Eine einfühlsame Beratung tut dann oft Not.... Professor Dr. med. Christoph Bielitz ergänzt: „Zu Beginn kann meist noch sehr leicht und rasch geholfen werden. Treten entsprechende Beschwerden auf, ist es Zeit, sich Rat für Prävention oder eine Frühintervention zu holen; je früher, desto besser hilft dies effektiv, die Heilungsprognose bestmöglich zu gestalten“.

Freiburger Wochenbericht *28. Februar 2018*

Spezialsprechstunde im Früherkennungszentrum

... Die Depression in den Wechseljahren ist eine Krankheit, die nicht einfach abgetan werden darf. Sie ist ernst zu nehmen und immer zu behandeln.“ betont der Ärztliche Direktor Professor Dr. med. Christoph Bielitz ... Deshalb wird in der eigens eingerichteten Spezialsprechstunde die persönliche gesundheitliche und psychische Situation aufgenommen und gegebenenfalls die Abklärung körperlicher Ursachen angebahnt ...

Freiburg Aktuell *März 2018*

Ausgeglichene Wechseljahre

... Mit dem vor einem Jahr eröffneten Früherkennungszentrum (www.frueherkennung.de) für psychische Störungen hat das Sigma-Zentrum Bad Säckingen eine Anlaufstelle geschaffen für alle, die einen niederschwelligen und diskreten Zugang zur Beratung im Bereich psychischen und psychosomatischen Unwohlseins suchen. Gerade bei Beschwerden in der Zeit der Menopause ist es wichtig, den Ursachen für die Beschwerden auf den Grund zu gehen und auszuschließen, dass über die normalen körperlichen Veränderungen hinaus eine ernstzunehmende somatische oder eine psychische Ursache vorliegt ...

Freiburger Wochenbericht *28. März 2018*

Chronische Schmerzen – Was nun?

... Die Schmerztherapie im Sigma-Zentrum Bad Säckingen verbindet multimodale Behandlungsmethoden... Das Sigma-Zentrum in Bad Säckingen arbeitet u.a. mit Methoden der psychologischen Schmerztherapie. Dazu gehören beispielsweise eine spezielle Psychotherapie, Gymnastik, Bewegung und Biofeedback. In einem angegliederten Schmerzzentrum können dann Patienten auch ergänzend mit Akupunktur, Akupressur, weichen Methoden der manuellen Medizin wie z.B. Osteopathie behandelt werden.

Leipziger Volkszeitung *17. März 2018*

Früherkennungszentrum für psychische Störungen

... Das Kompetenzzentrum setzt ganz bewusst der laienhaften Suche nach Selbstdiagnostik etwas entgegen, die aufgrund von Irrtümern oft zu einer Verschlechterung der psychischen Verfassung führt (www.frueherkennung.de). Und wie gleichzeitig Sektorengrenzen überwunden werden können, zeigt die b5-Privatpraxis für psychologische Medizin in der Richterstraße 15 A in Leipzig/Gohlis (www.b5-privatpraxis.de). Im Vordergrund steht der Patientennutzen, also die Frage „Was hilft dem Patienten?“...

Deutscher Krankenhaus Innovations Führer *Februar 2018*

Früherkennungszentrum | Psychischen Störungen effektiv vorbeugen

... Dazu gehört auch ganz wesentlich die stationäre, teilstationäre und ambulante Gesundheitsversorgung aufeinander abzustimmen, Sektorengrenzen zu überwinden und die Vernetzung im Sinne des Patienten weiter auszubauen. Konkret haben Patienten hier eine zusätzliche Anlaufstelle für einen niederschwelligen Zugang zu psychiatrischer Beratung und zielgerichteter Therapie... „Dann ist es Zeit, sich Rat für Prävention oder eine Frühintervention zu holen“ ...

Ausgabe 2
Juli 2018

Erfolgreiche Teilnahme an Gesundheitsmessen

Das Sigma-Zentrum in Balingen, Offenburg und Konstanz

Mit großem Erfolg hat das Sigma-Zentrum Anfang des Jahres an drei regionalen Gesundheitsmessen in Konstanz, Balingen und Offenburg teilgenommen. Als eines der deutschlandweit führenden privaten Fachkrankenhäuser für interdisziplinäre Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin bot das Sigma-Zentrum in Balingen, Offenburg und Konstanz Anregungen für die Erhaltung und Wiederherstellung der eigenen Gesundheit. Auf großes Interesse stieß das vor einem Jahr eröffnete Früherkennungszentrum für psychische Störungen. Die geschaffene Anlaufstelle für alle, die einen niederschwelligen und diskreten Zugang zur Beratung im Bereich psychischen und psychosomatischen Unwohlseins suchen, wurde als richtiger Weg für einen niederschwelligen Einstieg in unterstützende und therapierende Maßnahmen betrachtet. Auch und gerade aufgrund des Anspruchs, ganz bewusst der laienhaften Suche zur Selbstdiagnostik etwas entgegenzusetzen, die in Folge von Irrtümern oft zu einer Verschlechterung der psychischen Verfassung führt. Aber auch der Status als erstes psychiatrische Krankenhaus in Deutschland, das von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) zertifiziert ist als „Klinik für Diabetespatienten geeignet“ ist auf sehr viel Beachtung gestoßen. Für die Außenrepräsentation unserer Klinik und die persönliche Beratung der Besucher an den Messeständen im Einsatz waren Frau Hansmann, Frau Dörflinger-Ernst, Frau Hofmann, Frau Labude, Frau Sieber und Frau Dr. Viëtor. Frau Topel und Frau Welle haben gleich an mehreren Messeterminen das Biofeedback vorgeführt.

Als Gesundheitsschaufenster der Region boten die „Gesundheitstage Balingen Fit & Gesund“ am 24./25. Februar 2018 die Bühne für eine umfangreiche Präsentation des Sigma-Zentrums. Elfriede Stückle (Psychologische Psychotherapeutin) und Dr. Maria Geisler (Funktionsoberärztin für Traumatherapie) nahmen an einer vielbeachteten Podiumsdiskussion teil. Unter dem Titel „Wir erben und vererben mehr als wir denken“ wurde deutlich, wie die Weitergabe von positiven und negativen Emotionen von einer Generation zur nächsten angelegt ist. Großes Interesse für die Präsentation des Sigma-Zentrums zeigt sich auch auf den Gesundheitstagen Bodensee am 9./10. März im Bodenseeforum Konstanz. Viele persönliche Fragen konnten im Rahmen von Gesprächen am Informationsstand geklärt werden, wo auch das Sigma-Zentrum mit dem Biofeedback ein Teil des Gesundheitsparcours war. Prof. Dr. Christoph Bielitz stellte unter dem Motto „Individualisierte Heilungswege im therapeutischen Irrgarten“ das Sigma-Konzept vor und nahm am Podiumsgespräch „Schlafstörungen, Erschöpfung, Kopfschmerzen, Schwindel, Depression, Burnout – Was ist nur mit mir los? Ursachen, Behandlung und Präventionsprogramme“ teil.

Balingen

Fotos: Sigma-Zentrum

Konstanz

Weiterführende Informationen zum multimodalen Konzept des Sigma-Zentrums gaben die Körpertherapeuten Annette Kirbach und Klaus Kammerer in ihrem gemeinsamen Vortrag „Eine effiziente Behandlungsform bei psychischen Beschwerden – die multimodale Therapie“. Auch bei der „Balance – Die Messe für Gesundheit und Lebensqualität“ in Offenburg am 17. und 18. März 2018 war das Sigma-Zentrum mit einem Informationsstand für persönliche Fragen und Gespräche vertreten. Außerdem nahm das Sigma-Zentrum am kostenlosen Gesundheitsparcour mit Vorführung von Biofeedback teil. Im Rahmen des vielbeachteten Vortragsprogramms sprach Dipl. Kunsttherapeutin Gabriele Schuler zum Thema „Kunsttherapie – der Einsatz von künstlerischer Therapie bei verschiedenen seelischen Leiden“. Dipl.-Psych. Elfriede Stückle und Motopädin / Mototherapeutin Annette Topel referierten über die Frage: „Wie wirkt Stress auf unseren Körper?“ Am Informationsstand standen Dr. Sabine Viëtor und Pflegedienstleiterin Petra Labude für persönliche Fragen und Gespräche des Ortenauer Publikums zur Verfügung.

Die Erfahrung mit den Gesundheitsmessen hat gezeigt, dass diese eine hervorragende Gelegenheit bieten für die Darstellung des Sigma-Angebots an Informationsständen, über Fachvorträge und über Kontaktgespräche mit Interessenten. Neben vielen Besuchern, die sich über die Klinik informierten, kamen auch ehemalige Patientinnen und Patienten, die am Stand ihre Freude ausdrückten, das Sigma-Zentrum in ihrer Heimat anzutreffen.

◀ Gesundheitsmesse Konstanz: Prof. Dr. Christoph Bielitz während der Podiumsdiskussion

Sigma mobil

Vielleicht ist Ihnen „unser“ Bus auch schon aufgefallen. Dieser verkehrt regelmäßig mit einem Hinweis auf unser Früherkennungszentrum auf verschiedenen Linien im Landkreis Waldshut. Wir freuen uns über diese sympathische Kommunikation.

▼ Gesundheitsmesse Offenburg: Annette Topel und Anja Hofmann am Sigma-Stand

Upgrade-Zertifizierung im Sigma-Zentrum erfolgreich gelungen

Am 14.06.2018 fand im Sigma-Zentrum das jährlich routinemäßig erfolgende Überwachungsaudit unseres Qualitäts- und Risikomanagements durch externe Prüfer statt. Das Besondere war diesmal die Vorgabe, das Upgrade nach der neuen DIN EN ISO 9001 in der Version 2015 zu erreichen, was uns mit Bravour gelungen ist.

Dies setzt die sogenannte „high level structure“ voraus, die eine internationale Vereinheitlichung der Strukturen anspruchsvoller Qualitätsmanagementsysteme ermöglicht und diese mit zusätzlichen Anforderungen wie denen eines effektiven Risiko- und Wissensmanagements im Unternehmen verknüpft. Wir freuen uns sehr, dass das Audit durch zwei externe Prüfer absolut erfolgreich und reibungslos verlief. Das äußerst positive Feedback unserer Auditoren – und natürlich die Zusicherung von brandneuen Zertifikaten – haben das gesamte Team motiviert, auf dem eingeschlagenen Weg weiterzugehen. Zwar haben wir seit Jahren ein ausgefeiltes und in hohem Maße unsere therapeutische Qualität sicherndes Qualitätsmanagementsystem. Wir geben uns beispielsweise nicht damit zufrieden, die Zufriedenheit unserer Patienten oder unserer Einweiser am Ende der Behandlung zu erfassen.

Vielmehr wird die Behandlung der Patientinnen und Patienten in der Sigma-Klinik fortlaufend mit wissenschaftlich fundierten Methoden überprüft. Die bereits im Jahre 2014 begonnene Therapieeffektstudie wird laufend weiter fortgeführt und auf therapiespezifische, unternehmensspezifische oder sonstige Einflüsse und Korrelationen hin betrachtet. Eine Sicherung und Verbesserung unseres hohen Standards ist damit auch für die Zukunft weiter garantiert.

Auch im Bereich der Pharmakotherapiesicherheit bestehen im Sigma-Zentrum seit Jahren Supervisions- und Sicherheit gebende Kontrollstrukturen, die eine möglichst hohe Therapiesicherheit für unsere Patientinnen und Patienten und Ärzte ermöglichen und weiterentwickeln sollen. Ein internes CIRS (Critical Incident Reporting System) wurde in den Grundzügen schon vor Jahren angelegt.

Dennoch gaben uns insbesondere die neuen Anforderungen die Möglichkeit, bestehende Strukturen zu hinterfragen, neue Ansätze wie die des Risiko- und Compliancemanagements in alle Klinikprozesse und -bereiche zu implementieren und so die Patienten- und Mitarbeitersicherheit weiter deutlich zu erhöhen.

Das von uns neu eingeführte Qualifikations-, Kompetenz- und Wissensmanagement ermöglicht uns deutlich besser als früher, die für die Umsetzung unserer therapeutischen Ansätze erforderlichen Qualifikationen und Kompetenzen unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter transparent zu machen, neue therapeutische Konzepte schneller und zuverlässiger in unsere tägliche Arbeit zu implementieren und insbesondere das spezifische Wissen des Unternehmens zu systematisieren, zu bündeln und weiterzugeben. Eine neu strukturierte Fort- und Weiterbildungsplanung trägt erheblich hierzu bei.

Somit konnte der Weg zu einem praxisnahen und erlebbaren Managementsystem freigemacht werden, das von einer zunehmenden Zahl von Mitarbeitern täglich mit Freude weiterentwickelt wird.

In Zukunft wird es uns noch deutlich besser gelingen, bei gesicherten Nachweisen von Wirksamkeit unserer Behandlungen im Sigma-Zentrum auch weiterhin möglichst schnell für unsere Patienten nachhaltige Therapieerfolge zu erzielen und damit die Freude an unserer Arbeit weiter zu erhöhen.

Dr. med. Wolfgang Krämer,
Leiter Qualitäts- und Risikomanagement

▼ Das QM-Team mit Dr. Wolfgang Krämer, Anja Köhler, Vicotria Hengelbrock und Emanuela Spagnol

Foto: Sigma-Zentrum

SIGMA ZENTRUM

Die Seele
Psychische Gesundheit ist das Fundament für ein glückliches und erfolgreiches Leben.

Die Kompetenz
Das Früherkennungszentrum des SIGMA-Zentrums bietet einen niederschwelligen und diskreten Zugang zu einer zielführenden Prävention und nachhaltigen Therapie.
www.frueherkennung.de

Der Mensch
Die Grenzen von einfacher, vorübergehender und ernster psychischer Beeinträchtigung sind oft fließend.

Zeit für Ihre Seele

Abgeschlagen im Alltag, Leistungsdruck, emotionaler und sozialer Stress, Schlafstörungen, Schmerzsyndrome? Anzeichen von beginnender Depression?

SIGMA-Therapie. Das Original.
Individuelle Behandlung.
www.sigma-zentrum.de

SIGMA-Zentrum
Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin
Weihermatten 1
D-79713 Bad Säckingen
Fon +49 7761 5566-0
Sofortaufnahme möglich

In guter Gemeinschaft

Demographische und gesellschaftliche Entwicklungen bleiben auch am Arbeitsmarkt nicht ohne Auswirkungen. Veränderte Lebens- und Arbeitseinstellungen sowie branchenpolitische Restriktionen und Vorgaben haben in den letzten Jahren zu einem jetzt schon deutlich spürbaren Fachkräftemangel im Gesundheitswesen geführt. Dass das Sigma-Zentrum mit seinem überdurchschnittlich hohen Personalschlüssel bislang dennoch hervorragende Mitarbeiter gewinnen konnte, hat vermutlich Gründe, die in einem guten Teamgeist liegen: Die Kultur des Miteinanders im Sigma-Zentrum ist geprägt durch eine interprofessionelle Wertschätzung und engagierten kollegialen Austausch in und zwischen den Abteilungsteams. Die Würdigung der individuellen Persönlichkeit in ihrem Können, Wissen und den individuellen Präferenzen ist Bestandteil unseres kommunikativen Grundverständnisses untereinander und mit dem Patienten.

Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen bietet seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine profunde fachliche Weiterentwicklung und ein wertschätzendes Arbeitsklima mit einer guten Work-Life-Balance.

Team-Setting

- Ganzheitliches, methodenintegratives Konzept, bei dem Beruf und Berufung noch zusammengehören
- Kooperatives Miteinander in multidisziplinären Teams mit täglicher kollegialer Abstimmung und Fallbesprechungen
- Hohe Personaldichte bei einer Kultur des achtsamen kollegialen Miteinanders
- Kontinuierliche Reflexion von persönlichen und Unternehmenszielen
- Interne und externe Fortbildungen
- Hervorragende diagnostische und therapeutische Ausstattung

Persönliche Entwicklung

- Bemühen als familienfreundlicher Betrieb durch Berücksichtigung von Familienbedingungen und Unterstützung von Partnerbewerbungen
- Berücksichtigung der persönlichen Ausbildungsbedingungen
- Ausbildungsbegleitung durch tägliche Kurzsupervision sowie Fallsupervision zum Erwerb detaillierter Kenntnisse eines Gesamtspektrums der Psychiatrie einschließlich geschlossener Abteilung und vieler neurologischer Erkrankungen, Konsilwesen, Gutachten (auch Forensik) und Körperpsychotherapie
- Ausbau neigungsspezifischer Kompetenzen und verantwortungsgebundene interne Karrieremöglichkeiten
- Ärztliche Weiterbildungsberechtigungen in Psychiatrie und Psychotherapie sowie Psychosomatischer Medizin und Psychotherapie

Formales

- Sehr ausführliche Einarbeitung von neuen Kollegen
- Bereitstellung eines angenehmen Arbeitszimmers mit individueller Ausstattung
- Verlässliche Terminplanungen für Therapiestunden, Dienste und Freizeit
- Möglichkeit der Anstellung bis Ende der Ausbildung, ggf. unbefristeter Vertrag mit leistungsgerechtem Gehalt und guten Sozialleistungen.
- Zeitliche und finanzielle Unterstützung Ihrer Fort- und Weiterbildung
- Betriebssport, Betriebsfeste und weitere freiwillige Angebote des sozialen Miteinanders

Mitarbeiter im Sigma-Zentrum können viel erwarten. Wir freuen uns, dass wir dadurch auch eine hohe Identifikation und ein starkes Engagement verspüren – selbstverständlich auch zum Nutzen unserer Patienten.

Aus der Gesundheitspolitik

Fotos: Johannes Klatt

Bereits vor knapp einem Jahr, im Juni 2017, wurde auf der Grundlage des „Gesetzes zur Stärkung der Versorgung in der gesetzlichen Krankenversicherung („GKV Versorgungsstärkungsgesetz“) vom zuständigen Gremium auf Bundesebene, dem sog. GBA festgelegt, dass auch psychologische Psychotherapeuten eine stationäre Krankenhausbehandlung und Krankentransporte verordnen dürfen. Bislang war dies ausschließlich dem behandelnden Arzt vorbehalten. Nach anfänglichen bürokratischen Schwierigkeiten wird diese Praxis inzwischen immer mehr gelebt.

Diese Verordnung ist allerdings nur für bestimmte Diagnosen ohne Abstimmung mit dem Arzt zulässig. Bei Krankheitsbildern aus dem Bereich „Psychische- und Verhaltensstörungen“ des internationalen Diagnoseverzeichnisses (ICD 10) muss eine Abstimmung mit dem behandelnden Arzt erfolgen.

Die Sigma-Klinik begrüßt diese sinnvolle Erweiterung der Kompetenzen der psychologischen Psychotherapeuten, denn oftmals durchlebt der Patient nach der Vorsprache beim Hausarzt eine längerfristige ambulante „Behandlungskarriere“ bei einem niedergelassenen Psychologen, so dass dieser den Patienten in seinem spezifischen Bereich meist besser kennt, als der Hausarzt. Somit ist der den Klinikaufenthalt vorbereitende psychologische Psychotherapeut auch sowohl für den letztlich in die Klinik einweisenden Facharzt wie für den aufnehmenden Klinikarzt ein wichtiger Ansprechpartner.

In der Sigma-Klinik steht daher das sogenannte „Einweiser-Telefon“, das für externe Therapeuten eine direkte Verbindung zum Aufnahmearzt herstellt, auch psychologischen Psychotherapeuten zur Verfügung.

Allerdings stößt diese grundsätzlich positive Regelung in unserer Privatklinik derzeit noch an Grenzen, da die Behandlungsbeziehungen zwischen Patient und Klinik nicht nur durch das Gesetz, sondern in erster Linie durch den individuellen Versicherungsvertrag bestimmt sind. In vielen Verträgen akzeptieren die Versicherer bislang nur Verordnungen von Ärzten, weil diese Verträge meist aus einer Zeit stammen, in der man sich eine zweite Berufsgruppe mit Ermächtigung zur stationären Einweisung nicht vorstellen konnte. Es bleibt nun zu hoffen, dass die Versicherer die Vorteile dieser neuen Möglichkeiten auch für sich und vor allem für die Versicherten schnell erkennen und ihre vertraglichen Bestimmungen entsprechend anpassen.

Trotzdem steht die Sigma-Klinik schon heute beratend und unterstützend auch für niedergelassene psychologische Psychotherapeuten zur Verfügung, denn letztlich verfolgen wir die selben Interessen wie der Arzt und der Psychologe, nämlich eine nachhaltige Gesundung der sich uns anvertrauenden Patientinnen und Patienten.

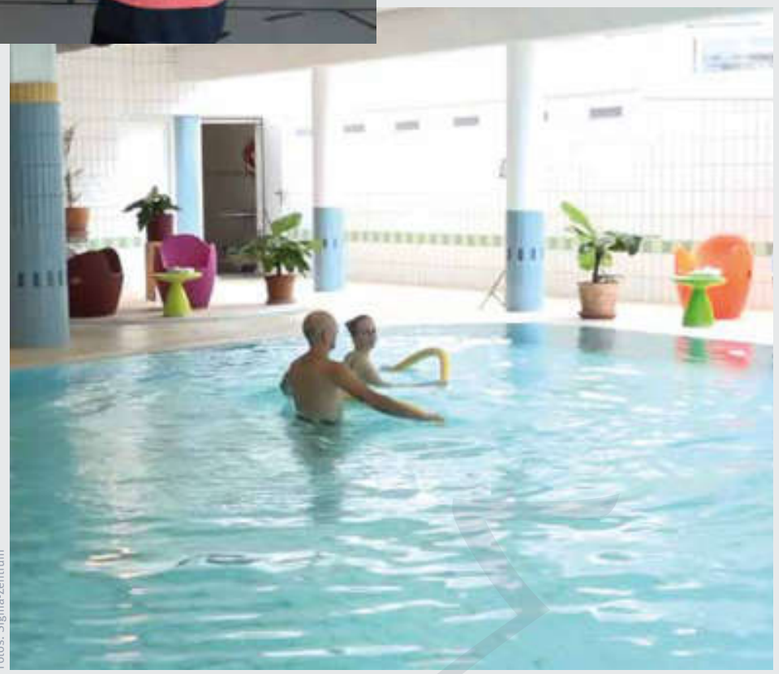
Ausgabe 2
Juli 2018

Aktuelle Mitteilungen aus der Verwaltung

Seite 24

Betriebssport

Wie schon die alten Römer wussten, stellt ein gesunder Geist in Verbindung mit einem gesunden Körper den erstrebenswerten Idealzustand des Menschen dar. Wir bieten unseren Mitarbeitenden daher nicht nur zahlreiche interne Fortbildungen zu fachübergreifenden Themen an, sondern sie haben auch zwei Mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, die Möglichkeit, für jeweils 90 Minuten die hauseigene Sporthalle und das hauseigene Schwimmbad zu nutzen. Hier würden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Betriebssports über weiteren Zulauf freuen, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen gibt gerne unser Verwaltungsleiter Herr Lächele.



Fotos: Sigma-Zentrum

Jubiläen

Die Sigma-Klinik freut sich sehr, in diesem Jahr zahlreiche Mitarbeitenden aus unterschiedlichen Berufsgruppen zum 10-jährigen Betriebsjubiläum beglückwünschen zu dürfen. Mit diesem Glückwunsch ist auch ein großer Dank der Geschäftsleitung verbunden, denn ohne den täglichen persönlichen Einsatz der Kolleginnen und Kollegen wäre das hohe Leistungsniveau und die hohe Patientenzufriedenheit, die uns immer wieder in den regelmäßig durchgeführten Befragungen bestätigt wird, nicht leistbar.
Nur diese enge Zusammenarbeit, auch bereichsübergreifend, ermöglicht aus Sicht der Klinikleitung dass sich nicht nur die Patientinnen und Patienten gut versorgt und geschätzt fühlen, sondern auch die Mitarbeitenden gerne eine langfristige Bindung mit „ihrer“ Klinik eingehen.
Andererseits geht der Wandel der Zeit auch an der Sigma-Klinik nicht spurlos vorbei, und das ist auch gut so. Zahlreiche Neueinstellungen in diesem Jahr ermöglichen es uns, durch eine ausgewogene Altersstruktur aus erfahrenen Kräften, aus Kolleginnen und Kollegen, die ihre Erfahrungen aus anderen Kliniken und Tätigkeiten einbringen und nicht zuletzt jungen Menschen mit neuen Ideen, gut gerüstet der Zukunft entgegenzusehen.

Begehungen, amtliche Überwachungen

Unsere Einrichtung ist als Akutkrankenhaus denselben krankenhausspezifischen Vorschriften und Auflagen unterworfen, wie die kommunalen und konfessionellen Kliniken, daher werden die Organisation und der Betrieb unserer Klinik von verschiedenen behördlichen Überwachungsinstanzen regelmäßig überprüft. Im letzten Jahr hatten wir eine Begehung des Gesundheitsamtes, die den Schwerpunkt der Prüfung auf die Einhaltung der einschlägigen Hygienevorschriften legte. Dem schloss sich im Frühjahr diesen Jahres ein Besuch der zuständigen Berufsgenossenschaft (BGW) an, die den Klinikbetrieb unter anderem im Hinblick auf mögliche Unfallgefahren für Patientinnen und Patienten und Mitarbeitende untersuchte. Schließlich hatte sich auch die Bauaufsicht, die sich im Rahmen einer Vor-Ort-Besichtigung zusammen mit der örtlichen Feuerwehr um die Einhaltung der Vorschriften zum vorbeugenden Brandschutz innerhalb und außerhalb der Gebäude kümmert, angesagt.
Den Abschluss machte schließlich das Regierungspräsidium Freiburg, das Ende Juni die Einhaltung der Gesetze und Vorschriften im Bereich unserer Medizintechnik überprüfte.

Alle diese Behörden und Körperschaften des Öffentlichen Rechts bescheinigten uns die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften, die teilweise sogar über das geforderte Maß hinausgeht.

Hier gilt der Dank der Geschäftsleitung allen Beteiligten, die mit umsichtiger und gewissenhafter Arbeitsweise zu diesen sehr erfreulichen Resultaten beigetragen haben.

Betriebsfeste

Wir feierten unsere diesjährigen Sommerfeste wieder am Rhein im und am Bootshaus des Ruderclubs, ein wunderschöner Ort zum Verweilen, mit parkähnlicher Grünfläche und Baumbestand. Wir hatten viel Zeit für anregende Gespräche, Begegnungen, auch für mögliche sportliche Aktivitäten wurde gesorgt. Wer mochte konnte an einer kleinen Wanderung teilnehmen. Es war ein schöner Weg Richtung Wallbach, am Stall unserer vierbeinigen „Kollegin“ Amy vorbei, von da ging es weiter am Rhein entlang zum Bootshaus. Dorothea Kundel führte die Tour und vermittelte alles Weitere vor Ort. Am Bootshaus angekommen konnte man an der Sigma-Mini-WM mit Torwandschießen teilnehmen.

Es gab auch wieder die Möglichkeit, eine Rundfahrt mit einem motorisierten Holzkahn auf dem Rhein zu machen. Die Spielelust kam auch nicht zu kurz. Mit Apéro, sowie erfrischenden Getränken und Kaffee mit kleinen süßen Teilen, verwöhnte uns wieder die Firma Adler. Zum Abendessen erhielten wir wunderbare Köstlichkeiten frisch vom Grill, dazu ein reichhaltiges Buffet – und wie immer galt: *„Die Letzten am Lagerfeuer machen dann das Licht aus“*.

Ein Dank an alle Mithelfenden, besonders auch an unseren Küchenchef Herrn Maier, unseren Leiter der Haustechnik Herrn Kramer und unsere kommissarisch leitende Hauswirtschafterin Frau Büche, sowie an das gesamte Organisationsteam für die gelungenen Feste!

Betriebsarzt: Aufgaben/Termin/Untersuchung

Mehrmals jährlich kommt die Betriebsärztin für Untersuchungen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in das Sigma-Zentrum. Ziel ist es, gesundheitlichen Gefährdungen und Berufserkrankungen frühzeitig gezielt vorzubeugen. Dies stellt einen Beitrag zum Erhalt der Gesundheit aller Mitarbeiter und zur Fortentwicklung des betrieblichen Gesundheitsschutzes dar. Die Betriebsärztin berät in ausführlichen individuellen Terminen. Dabei finden unter anderem bei Bedarf ein Sehtest und Gespräche über den Arbeitsplatz statt. Bei Pflichtuntersuchungen werden zusätzlich zum Beispiel Blutuntersuchungen durchgeführt. Berufsgruppen wie die Mitarbeiter der Haustechnik haben zusätzliche spezielle Untersuchungen. Die nächsten betriebsärztlichen Untersuchungen finden am 13. September und am 15. November 2018 statt.

Seite 25

Fotos : Sigma-Zentrum

Berufsbilder im Sigma-Zentrum

Im Gespräch mit **Stephan Lindwedel**, Teamsupporter

Foto: Sigma-Zentrum

Sie sind im Sigma-Zentrum Teamsupporter – Was machen Sie in dieser Funktion?
Ich kümmere mich um die elektronische Therapieplanung. Unser umfassendes Therapiekonzept, die hohe Therapiedichte, vier Teams und nicht zuletzt das Wahlleistungssystem machen die Therapieplanung so komplex, dass sie nur noch zentralisiert beherrschbar ist.

Für uns Teamsupporter gilt es deshalb, die Interessen der Patienten, der Mitarbeiter und der Klinik unter einen Hut zu bringen, und das vor dem Hintergrund mitunter knapper räumlicher Ressourcen sowie unter Einbeziehung gesetzlicher und wirtschaftlicher Vorgaben.

Unser Ziel ist es unter anderem, zu mehr Übersichtlichkeit und Effizienz in den Abläufen beizutragen und dem therapeutischen Personal organisatorischen Aufwand zu ersparen.

Was ist dabei einer der zentralen Erfolgsfaktoren?
Um die Aufgaben der Therapieplanung auch qualitativ hochwertig umzusetzen, ist es wichtig, eng mit dem therapeutischen und ärztlichen Personal zusammenzuarbeiten. Hier sind wir in einem steten Austausch, um den Behandlungsplan des Patienten seinem Genesungsprozess angepasst immer wieder neu zu optimieren.

Was haben Sie vorher gemacht und wie kamen Sie ins Sigma-Zentrum?
Nach dem Sportstudium habe ich als Sporttherapeut gearbeitet und dabei bereits organisatorische Aufgaben übernommen. Nachdem ich in verschiedenen Bereichen der Verwaltung und auch in unterschiedlichen Kliniken tätig war, bin ich durch Empfehlung auf die damals neu geschaffene Stelle des Teamsupporters aufmerksam gemacht worden und musste nicht lange überlegen.

Wie ist generell Ihr Bezug zum Gesundheitswesen? Welches Ereignis in Medizin und Gesundheitswesen hat Sie – positiv oder negativ – besonders beeindruckt?
Ich versuche mich natürlich immer auf dem Laufenden zu halten. Es gibt einige negative Entwicklungen wie zum Beispiel die stetig steigenden behördlichen Anforderungen und Auflagen für die Krankenhäuser, die wir ja am eigenen Leib spüren, oder auch die 2-Klassen-Medizin. Positiv sehe ich, dass durch die zunehmende Vernetzung höher qualifizierte Leistungen möglich sind. So werden bereits Diagnosen per Videokonferenz gestellt oder ärztliche Sprechstunden via Skype für nicht mobile Patienten durchgeführt. Auch zahlreiche Gesundheits-Apps schaffen wieder mehr Bewusstsein für Gesundheit. Den zunehmenden Einsatz von künstlicher Intelligenz in der Medizin sehe ich ebenso als Gewinn.

Was gefällt Ihnen bei uns am besten? Worüber freuen Sie sich bei Ihrer Arbeit am meisten?
Die abwechslungsreiche Tätigkeit. Nicht immer im Voraus zu wissen, was heute auf mich zukommt, und die Zusammenarbeit mit den verschiedenen Berufsgruppen. Natürlich sind es auch die Kollegen meiner Abteilung, die mir das Arbeiten sehr angenehm machen.

An Projekten mitzuarbeiten, hier etwas aufzubauen, wie eben die elektronische Therapieplanung oder z.B. auch das Intranet, sind spannende Herausforderungen, an denen ich viel Freude habe.

Was würde Ihren Arbeitsalltag erleichtern?
Eine mitunter noch engere Abstimmung innerhalb der Berufsgruppen, um widersprüchliche Planungsanforderungen zu vermeiden.

Womit beschäftigen Sie sich in ihrer Freizeit am liebsten?
In der Hauptsache mit Sport. Selbst sportlich tätig werden steht dabei natürlich im Vordergrund. Das macht mir Spaß, hält mich fit und sorgt für einen adäquaten Ausgleich zum Büroalltag.

Bad Säckingen nach der Therapie und in der Freizeit

Geheimtipp für Wanderer!

Familienfreundliches Wandergebiet Thimos entdecken

Wer heute noch in Frage stellt, ob Veränderungen des Lebensstils einen unmittelbaren Einfluss auf unsere Gesundheit haben, ist gut beraten, die aktuelle Studienlage nachzuvollziehen. Es ist schon faszinierend zu sehen, dass Verhaltensmedizin, die für das Immunsystem und die Selbstheilungskräfte wichtige Chromosomen von Blutzellen stärkt, Krebsgene deaktiviert und zur natürlichen Rückbildung von Herzkranzgefäßverengungen führen kann. Auch dass Bewegung, qualitativ hochwertige mediterrane Küche und eine Verringerung des Stresslevels das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen signifikant senken, unterstreicht, dass die ganzheitliche Medizin die Medizin der Zukunft ist. Die Förderung von Gesundheit, Lebensqualität, Vitalität und Leistungsfähigkeit ist deshalb ein fester Bestandteil der Unternehmensphilosophie des Sigma-Zentrums. Dabei können wir uns alle glücklich schätzen, in einer der lebenswertesten Regionen Deutschlands zu leben. Die Region rund um Bad Säckingen bietet eine für den Hochrhein typische Lebensqualität, die eine Integration der gesundheitsrelevanten Verhaltensregeln in den täglichen Alltag sehr erleichtert.

Ein sehr schönes Beispiel für die Attraktivität des Hochrheins ist ein ganz besonders schöner Wanderweg direkt am Ortsausgang von Oberhof in Richtung Thimos. Ein restaurierter Grillplatz, ein neuer Parkplatz und Infotafeln locken dazu, ganz außergewöhnliche Wanderwege zu erkunden. Das Wegenetz führt durch eine herrliche Landschaft mit dem Thimosweiher und dem Blick in die Schweiz. Bei der mit 31 Höhenmetern Differenz leicht zu überwindenden Steinenrunde legt man insgesamt 1,9 Kilometer zurück. Auch die 3,8 Kilometer umfassende Thimosrunde ist mit 38 Höhenmetern Differenz auch für ungeübte gut zu bewältigen. Bei der Soodrunde besteht die Möglichkeit, sich für eine kurze oder eine lange Variante zu entscheiden: Die kurze Runde umfasst 4,6, die längere Runde 4,8 Kilometer. Bei der etwas längeren Soodrunde sind dann etwas anspruchsvollere 60 Höhenmeter zu überwinden. Erfreulich ist auch, dass die Strecken familien- und behinderungsfreundlich gestaltet wurden und niemand zurückbleiben muss. Ein echter Geheimtipp für Wanderer!

Foto: Tourismus- und Kulturamt Bad Säckingen

Kleine Musicalmetropole

Das Gloria-Theater, nur wenige hundert Meter unterhalb der Klinik gelegen, ist ein historisches Gebäude. In dem 1959 als Kinopalast erbauten und 2007 komplett liebevoll sanierten Gebäude ist der besondere Charme der 50er-Jahre, verbunden mit modernstem Komfort und Technik, zu sehen und zu spüren.
Das Gloria-Theater bietet inzwischen aber neben dem traditionellen Mittwochskino ein umfangreiches Gastspielprogramm von der Oper über Konzerte bis zum Stand-up-Comedian sowie eigene große Musicalproduktionen. Der Ruf reicht weit über die Stadt und die Region hinaus und stellt auch für Patienten und deren Angehörige ein beliebtes Kulturangebot dar. Im Herbst 2018 kehrt das schon in der letzten Saison erfolgreiche „Feel-Good-Musical HAPPY LANDING“ zurück nach Bad Säckingen. Die Show um die Pan-AM-Stewardess Annie begeisterte in der ersten Spielsaison bereits 25.000 Besucher.

Vorschau Fortbildungen

Zweites Halbjahr 2018

Donnerstag, 6. September 2018

Der diabetologische Notfall: Dekompensierter Diabetes, Hypoglykämie

Der diabetologische Sonderfall: Flash Glucose Monitoring (FGM) und Insulinpumpentherapie

Interne Fortbildung mit Frau Dr. Annette Fenske, Fachärztin für Innere Medizin, Diabetologin DDG

Donnerstag, 27. September 2018

Wenn Seele und Stoffwechsel leiden

Interne Fortbildung mit Dr. Stefanie Holder, Edgar Maier, Ulrika Lempert-Wolf, Dr. Johannes Bauer und Vertreter der Sport- und Bewegungstherapie

Donnerstag, 25. Oktober 2018

Vorstellung der Projektgruppe Essstörungen

Interne Fortbildung

Freitag, 16. November 2018 / Samstag, 17. november 2018

1. Bad Säckinger Psychopharmakologie-Tage

Mit Dr. Gabriel Eckermann (Kaufbeuren) und Chef- und Oberärzten des Sigma-Zentrums

Donnerstag, 29. November 2018

Essstörungen: Klinik, Therapie und Prognose

Mit Frau Dr. Almut Zeeke, leitende Oberärztin der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg

Veranstaltungshinweis

Das Sigma-Zentrum beim „Freiburg Health Race“

Beim 3. Gesundheitstag „Freiburg Health Race“ am 15. September 2018 von 9:00 bis 16:00 Uhr auf dem Gelände des Diakoniekrankenhauses Freiburg ist das Sigma-Zentrum der Kompetenzpartner für das Thema psychosoziale Gesundheit. Neben einem umfangreichen Vortragsprogramm und Experteninformationen an Gesundheitsinseln gibt es Unterhaltung für Jung und Alt; und wer gleich aktiv werden möchte, kann am Gesundheitslauf teilnehmen. Dabei geht es nicht um Bestzeiten, sondern um das Mitmachen und den gemeinsamen Spaß an der Bewegung. Auch für das leibliche Wohl der Besucher und Kinderbetreuung ist gesorgt.

Foto: Sigma-Zentrum Lauftreff

Die kostenlose Anmeldung zum Gesundheitslauf unter www.freiburg-health-race.de oder telefonisch unter 0761 151864-140 wird aufgrund der begrenzten Kapazität nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Partner

metrobasel
HealthRegion Freiburg

Impressum

SIGMA Magazin
Das Mitarbeitermagazin des SIGMA-Zentrums Bad Säckingen

SIGMA ZENTRUM
Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin
Weihermatten 1
D-79713 Bad Säckingen
Telefon +49 7761 5566-0
Telefax +49 7761 5566-199
info@sigma-zentrum.de
www.sigma-zentrum.de

www.facebook.com/SigmaZentrum
www.sigma-zentrum.de/newsletter

© Juli 2018 SIGMA-Zentrum

Johannes Klatt TypoGrafik_Bad Krozingen | Tunsel