

Life



Optimistisch – trotz allem!

Ein banaler Infekt
hat Sandra Leisten auf
die Warteliste für ein
neues Herz gebracht.

Multiples Myelom
Immer gesund – plötzlich Krebs

Kinderreporterin
Auf der Geburtsstation

Parkinson
Warum nicht mal Kickboxen?



und nochmals, bitte vergiß nicht

Deine Blutspende im

UNIVERSITÄTSKRANKENHAUS
EPPENDORF

Blutspenden werden vergütet



www.uke.de/blutspende

Herzlich willkommen,
liebe Leser:innen,



Prof. Dr. Christian Gerloff,
Ärztlicher Direktor und
Vorstandsvorsitzender

eine simple Erkältung, die ein ganzes Leben und das einer Familie verändert? Das mag man zunächst kaum glauben – bis man die Geschichte von Sandra Leisten hört. Die junge Mutter hat sich mit einem Infekt herumgeschlagen, diesen nicht vollständig auskuriert und wenige Wochen später zeigt ihr Körper eine heftige Reaktion: Lungen- und Herzmuskelentzündung, Rhythmusstörungen, Intensivstation. Nur mit einem Herzunterstützungssystem kann sie gerettet werden. Inzwischen arbeitet sie wieder. Ihr Herz ist allerdings so stark geschädigt, dass sie jetzt auf der Warteliste für eine Transplantation steht.

Eine Erkältung verschleppt – das haben Sie und ich vielleicht auch schon mal gemacht und dabei „Wird schon irgendwie gut gehen“ gedacht. Fragt man Sandra Leisten, warum sie ihre Geschichte öffentlich erzählt, sagt sie: Sie will andere Menschen sensibilisieren, auf die eigene Gesundheit zu achten, Warnzeichen ernst zu nehmen. Sie selbst habe die Signale, die ihr Körper sendete, erst ganz spät als gefährlich erachtet – das solle anderen Menschen nicht passieren. Vor so einer selbstlosen Haltung habe ich größten Respekt – und gelobe auch selbst Besserung!

Passen Sie auf sich auf!

Ihr



Inhalt

NEUES AUS DEM UKE

- 6** Finale UKE-Benefizlauf, Rudern gegen Krebs, Nichtraucher ist cool, Science made in Hamburg.

TITELTHEMA

- 10** „Mir hilft nur noch ein neues Herz“
Ein banaler Infekt hat Sandra Leisten (39) auf die Warteliste für ein neues Herz gebracht.

PATIENT:INNENBERICHT

- 16** Aus dem Nichts
Ex-Berufsfeuerwehrmann Uwe Perneck war immer gesund, immer sportlich – dann kam der Knochenkrebs.

GESUNDHEITSAKADEMIE

- 24** Geschlechtsidentitäten im Wandel
Trans*-Gesundheit hat sich zu einem wichtigen Feld in der Medizin entwickelt.



STADTPIRATEN

- 26** Lieblingsplatz
Ellenbogenchirurg Priv.-Doz. Dr. Konrad Mader beginnt seine Radtouren an der Oberhafenbrücke.

WAS MACHT...?

- 28** Moin & Tschüss
Lili Mallée ist Hamburgs Ausbildungsbeste in der Pflege und neu im UKE, Kinderarzt Prof. Singer ist in den Ruhestand gegangen.

- 30** Kinderreporterin
Achtklässlerin Milou (14) hat die leitende Hebamme Izabel Ohlsen befragt.

- 32** Reportage
Kickboxen – ein besonderes Angebot für Parkinsonpatient:innen im UKE.

ZUKUNFTSPLAN 2050

- 36** 2026 geht's los
Einblicke ins neue Herz- und Gefäßzentrum.

KARRIERE IM UKE

- 38** Mit ganz viel Herz
Juliane Wihan und Mercedes Valido Suarez berichten aus ihrem Job.

DENKSPORT

- 40** Sudoku
Kreuzworträtsel
Impressum



KIEK MOL

- 42** Infos kurz und knapp
Das UKE in den sozialen Medien, Neuigkeiten aus der Blutspende, Meldungen und Adressen.



UKE Life im Internet: uke.de/life
Schreiben Sie uns: redaktion@uke.de



Filme aus dem UKE gibt's hier:
youtube.com/@UKEkanal



„Und zieh!“

Zum 15. Mal hieß es auf der Außenalster **„Rudern gegen Krebs“**: 96 Teams – Patient:innen, Ärzt:innen und Pflegende – gingen in Doppel-Viernern an den Start und ermittelten die Schnellsten in den verschiedenen Klassen. Für alle war es ein großer Spaß! Der Erlös geht an Sportprojekte für Krebserkrankte.

Science made in Hamburg

So heißt das neue Webportal der Hamburger Hochschulen auf den offiziellen Hamburg-Internetseiten.

Hier werden die **spannendsten Forschungsprojekte der Hamburger Unis** vorgestellt. Das UKE ist selbstverständlich mit dabei. Der erste Beitrag beschäftigt sich mit der Züchtung neuer Zellen für herzkrankte Kinder. In einigen Jahren soll dies die Behandlung der jungen Patient:innen spürbar verbessern.



uke.de/science



Nichtrauchen ist cool

Mehr als 100 000 Schüler:innen aus Hamburg und Umgebung haben bisher teilgenommen – **jetzt feiert „Nichtrauchen ist cool“ Geburtstag: Seit 20 Jahren gibt es die Aufklärungsveranstaltung im UKE**, dessen Ziel die Suchtprävention und nachhaltige Verringerung des Rauchens und des Konsumierens von E-Zigaretten ist.

In den zweistündigen Veranstaltungen werden die Schüler:innen der 5. bis 7. Schulklassen über die medizinischen Auswirkungen des Konsums von Tabak, E-Zigaretten sowie Shishas und die damit in Zusammenhang stehenden Umweltschäden informiert. Außerdem gibt es einen Film, der Einblicke in die Behandlung von Patient:innen mit Lungenkrebs gibt. Die Wirksamkeit des Präventionsseminars wurde wissenschaftlich nachgewiesen: Jugendliche, die an „Nichtrauchen ist cool“ teilgenommen hatten, fangen nur halb so häufig mit dem Rauchen an wie in einer vergleichbaren Kontrollgruppe.



Spätsommer

Noch schenkt der späte Sommer Tag um Tag Voll süßer Wärme. Über Blumendolden Schwebt da und dort mit mildem Flügelschlag ein Schmetterling und funkelt sammetgolden.

Die Abende und Morgen atmen feucht Von dünnen Nebeln, deren Naß noch lau. Vom Maulbeerbaum mit plötzlichem Geleucht Weht gelb und groß ein Blatt ins sanfte Blau.

Hermann Hesse (1877-1962)



Dreieinhalb Mal um die Erde

Mit einem bunten Fest ging der **10. UKE-Benefizlauf** im Eppendorfer Park zu Ende. **Mehr als 400 Läufer:innen** sammelten bei bestem Wetter und ausgelassener Stimmung letzte Kilometer für die gute Sache. Insgesamt wurden unglaubliche **137 770 Kilometer** zurückgelegt – nahezu **dreieinhalb Mal um die Erde**.

Die Sambaband SambUKEira begleitete die Läufer:innen auf der Strecke ebenso wie die Fans auf der Meile, das Hamburger Duo OLAUKA sorgte mit dem Song „Too high to handle“ schon vor dem Start für gute Stimmung. Die vielen sportlichen und kreativen Stationen – unter anderem

Cardiotest, Zumba, Freiwillige Feuerwehr – luden die rund 700 Besucherinnen und Besucher zum Mitmachen ein.

80 Tage lang sind über 850 Sportbegeisterte gelaufen, Rad gefahren und/oder geschwommen. Insgesamt sind 100 000 Euro an Spenden eingegangen. Der Erlös ist für eine neue Behandlung cannabisabhängiger Jugendlicher im Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) gedacht.



Weitere Infos:
uke.de/benefizlauf

DEN TAGEN MEHR LEBEN GEBEN

„Mein Tag kannte eigentlich kein Ende“, sagt Shadi Ant (47). Morgens berufstätig, abends Haushalt und Familie. Immer stärker werdende Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Atemnot werden schließlich im UKE im Sommer vor vier Jahren als Lungenkrebs diagnostiziert. Dabei hat Shadi Ant niemals geraucht... Warum sie sich heute an exotischen Früchten erfreuen kann, erzählt sie auf den Internetseiten von Life online.



Film und Reportage
uke.de/life-lunge

„Mir hilft nur noch ein neues Herz“

Wie kann es sein, dass ein grippaler Infekt so dramatisch ausgeht und die Zukunft einer jungen, glücklichen Familie aufs Spiel setzt? Sandra Leisten wünscht sich die Kraft durchzuhalten. „Für meinen Sohn. Für meinen Mann. Für uns.“





Mit Sohn Fabian
auf dem Spielplatz

Herbst ist Schnupfenzeit, ein Infekt jagt den nächsten. Die Eltern von Kita-Kindern bekommen auch oft eine Virenladung ab. Im Herbst 2023 trifft es Sandra Leisten „nicht schlimm, aber mehrmals und mit Fieber. Das kannte ich so nicht.“ Die junge Mutter wird krankgeschrieben; der Hausarzt verordnet Antibiotika. Sie kann nach kurzer Zeit ihre Arbeit als Gesundheits- und Krankenpflegerin wieder aufnehmen. Aber der Husten hält sich hartnäckig, das Fieber kehrt zurück – und steigt. Mit 40 Grad und hohem Puls wird sie vom Hausarzt in ein Hamburger Krankenhaus eingewiesen. Dort stellt man eine Lungenentzündung und eine Herzmuskelentzündung (Myokarditis) fest. Nach wenigen Tagen wird sie entlassen. „Schonen Sie sich, gehen Sie nicht zur Arbeit, machen Sie keinen Sport“, raten die Ärzte.

Körperliche Schonung gilt als wichtigste Maßnahme bei einer Herzmuskelentzündung, ist aber nicht leicht umzusetzen, wenn der Sohn erst 18 Monate alt ist, noch viel auf dem Arm getragen wird und 30 Treppenstufen zur Wohnung führen. Sandra Leisten ist nun regelmäßig zur Kontrolle beim Kardiologen und versucht, sich zu schonen. Vor Ansteckung schützt das nicht, in den folgenden Wochen

kommt es zu weiteren Infekten. Die 39-Jährige muss erneut Antibiotika nehmen, außerdem ist der Puls viel zu hoch. „Mein Herz hatte sich nicht erholt, im Gegenteil.“ Sie ist jetzt schnell aus der Puste, hat Schmerzen beim Atmen und Husten infolge der Lungenentzündung – und Herzschmerzen: „ein brennender und stechender Schmerz hinter dem Brustbein, den ich nur schwer beschreiben kann.“

Herzfunktion verschlechtert sich

Die Kontrolluntersuchung beim Kardiologen wenige Tage vor Weihnachten zeigt, dass sich ihre Herzfunktion weiter verschlechtert hat. Der Facharzt zieht die Reißleine, er überweist sie ins UKE. Sandra Leisten ist nicht gleich überzeugt, sie argumentiert: So kurz vor Weihnachten passiere doch nicht viel im Krankenhaus, die Feiertage könne sie besser zu Hause mit ihrer Familie verbringen. Außerdem sei schon alles dafür eingekauft. Der Kardiologe bleibt unbeeindruckt: „Sie müssen überwacht werden.“

Im UKE erhält sie zunächst eine Cortisontherapie, sie fühlt sich besser und ist zuversichtlich, schnell wieder nach Hause zu kommen. Doch

dann hat sie zunehmend Atemnot und Kreislaufbeschwerden. In der vorletzten Nacht des Jahres wird ihr Zustand kritisch, „ich erhielt immer mehr Schläuche zur Überwachung und für Medikamente zur Kreislaufunterstützung. Da kam die Angst: Oh Gott, in welche Richtung geht das hier jetzt?“

„Zum ersten Mal Todesangst“

Am Silvestermorgen wird Sandra Leisten auf die Intensivstation verlegt, der Arzt erklärt ihr, dass man sie untersuchen und engmaschig überwachen wolle. „Ich war wieder ganz optimistisch gestimmt.“ Doch wenige Stunden später kippt die Situation: Sie hat extreme Herzrhythmusstörungen. „Immer mehr Menschen waren an meinem Bett, ich hörte sie von ‚ECMO‘ und ‚Impella‘ sprechen und wusste, das sind Herzunterstützungssysteme. Da hatte ich zum ersten Mal in meinem Leben Todesangst.“

Die 39-Jährige ruft ihren Mann an, bittet ihn, gut auf den kleinen Sohn aufzupassen, und verabschiedet sich. Sie wisse nicht, ob es gut ausgeht für sie. An die folgenden zehn Tage erinnert sie sich nicht. Später wird sie erfahren, dass ihr Kreislauf zusammengebrochen war, kompletter Herzstillstand, Multiorganversagen. Dass Anfang Januar Eltern und Schwester kamen, um sich zu verabschieden. Doch Sandra Leisten überlebt die Krise dank modernster

Herzchirurgie und Medizintechnik: ECMO, Nierensersatztherapie, Unterstützungssysteme für beide Herzkammern, die das Team um Herzchirurg Alexander Bernhardt nach Rücksprache mit Ehemann Stephan einsetzt.

Als sie das volle Bewusstsein wiedererlangt, trägt sie Kabel und Schläuche am und im Körper. Ihr erster Gedanke: „Ich lebe noch, ich habe eine zweite Chance bekommen!“ Und der nächste: „Nun hängt mein Leben an Schläuchen und Batterien.“ Im Januar 2024 stabilisiert sich ihr Zustand zunehmend und das Rechtsherzunterstützungssystem kann entfernt werden. Das Team der kardio-chirurgischen Intensivstation aus Ärzt:innen und Pflegefachpersonen hilft ihr in den folgenden Wochen wieder auf die Beine. Jeden Tag kämpft sie sich Stück für Stück ins Leben zurück. Im Mai kann auch die Linksherzunterstützung entfernt werden. Eine echte Erleichterung: „Die Bauchtasche mit dem Controller, die ich stets tragen musste, wog zweieinhalb Kilo.“

Auch die Seele war schwer belastet, „aber ich habe im UKE psychologische Unterstützung erhalten, das hat mir sehr geholfen.“ Besonders hilfreich war die Unterstützung durch VAD-Koordinator Christian Baier: Der Experte für Herzunterstützungssysteme (engl. Ventricular Assist Device, VAD) kümmerte sich um die



Patientin Sandra Leisten im Austausch mit Transplantationskordinatorin Christine Oelschner und Herzchirurg Priv.-Doz. Dr. Alexander Bernhardt

Technik und erklärte sie der Patientin. „Ich konnte ihn jederzeit ansprechen. Er hat mich großartig betreut, das hat mir Sicherheit gegeben.“

Längst arbeitet Sandra Leisten wieder im Krankenhaus, nun im Büro. Sohn Fabian ist mittlerweile drei Jahre alt, gut gelaunt und „redet wie ein Wasserfall“, sagt seine Mutter. Sie bringt ihn jeden Morgen mit dem Rad zur Kita, fährt weiter zu ihrem Arbeitsplatz. Sie achtet darauf, dass sie täglich auf ihre 10.000 Schritte kommt und ist „glücklich, dass die Dinge sich so gut entwickelt haben.“ Doch die Leichtigkeit, mit der sie bisher durchs Leben ging, ist verschwunden. Dafür sorgte ein „heftiger Dämpfer“: Ihre rechte Herzkammer hat sich nicht so gut erholen können wie die linke. „Über kurz oder lang werde ich ein Spenderherz benötigen.“

Jetzt auf der Warteliste

Im Mai dieses Jahres wurde Sandra Leisten erneut umfassend im UKE untersucht. Neben der Leistung von Herz, Lunge und Nieren ging es unter anderem auch darum, mögliche bisher un-



entdeckte Erkrankungen wie etwa Krebstumoren aufzuspüren. Jetzt steht sie auf der Warteliste für eine Herztransplantation. Zudem wurde eine sogenannte HLA-Typisierung vorgenommen.*

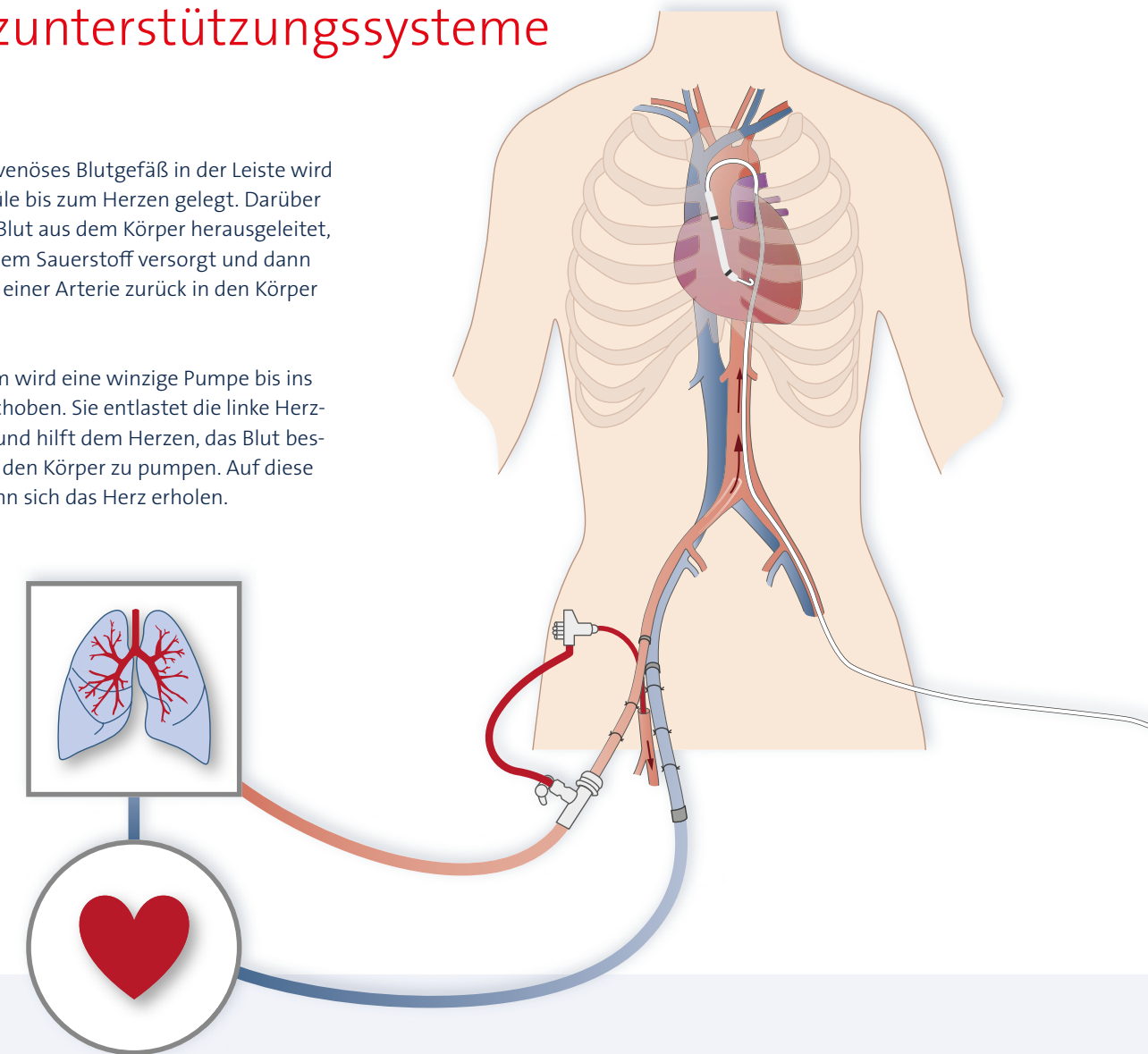
„Ich hatte gehofft, mein Herz würde sich so gut erholen, dass eine Transplantation nicht mehr nötig wäre. Die Untersuchungswerte geben das aber leider nicht her.“ Sandra Leisten benötigt ein Transplantat, „das kann übermorgen sein oder in fünf Jahren.“ Für die Wartezeit wünscht sie sich vor allem „die Kraft, durchzuhalten und weiterhin positiv zu denken.“ Lange habe sie sich gestraubt, die neue Realität anzunehmen. „Aber ich habe keine Wahl: Die Transplantation ist mein Rettungsschirm, mir hilft nur noch ein neues Herz.“ ■

* HLA (Humane Leukozytenantigene) sind Oberflächenmoleküle auf weißen Blutzellen. Damit es nicht zur Abstoßung kommt, müssen diese Gewebemerkmale von Spender:in und Patient:in möglichst übereinstimmen.

So funktionieren zeitweilige Herzunterstützungssysteme

Über ein venöses Blutgefäß in der Leiste wird eine Kanüle bis zum Herzen gelegt. Darüber wird das Blut aus dem Körper herausgeleitet, mit frischem Sauerstoff versorgt und dann wieder in einer Arterie zurück in den Körper gegeben.

Außerdem wird eine winzige Pumpe bis ins Herz geschoben. Sie entlastet die linke Herzkammer und hilft dem Herzen, das Blut besser durch den Körper zu pumpen. Auf diese Weise kann sich das Herz erholen.



junge, gesunde Menschen kann es treffen, wie der Fall der Hamburgerin Sandra Leisten zeigt. Im UKE erhielt sie jeweils Implantate für beide Herzkammern. Diese konnten wieder entfernt werden, nachdem der Herzmuskel sich deutlich erholt hatte.

Mehr als 50 Prozent der Patient:innen leben Studien zufolge länger als fünf Jahre mit dem auch im UKE verwendeten aktuellsten System für die linke Herzkammer, manche auch schon zehn Jahre, seit es auf den Markt kam. Für die rechte Herzkammer gebe es noch keine guten zugelassenen Unterstützungssysteme, erläutert Dr. Bernhardt. Daran werde aber intensiv gearbeitet, ebenso an der Entwicklung kleinerer Systeme, an kompletten Kunstherzen – und daran, die Energie für die implantierte Pumpe kabellos durch die Haut zu bringen. Dies würde das Infektionsrisiko für die Patient:innen verringern und den Komfort noch deutlich erhöhen, so der Experte. „Als eines der größten und erfahrensten deutschen Zentren auf diesem Gebiet sind wir an allen aktuellen Studien beteiligt und stark in die Neu- und Weiterentwicklung solcher Systeme eingebunden.“ ■



Priv.-Doz. Dr.
Alexander Bernhardt,
Klinik und Poliklinik
für Herz- und Gefäßchirurgie

Neue Chance auf Lebensqualität

Bei einer Herzinsuffizienz verliert der Herzmuskel nach und nach die Kraft, ausreichend Blut durch den Körper zu pumpen. Ein modernes herzunterstützendes System kann diese Aufgabe langfristig und zuverlässig übernehmen.

„Das Implantat hilft dem Herzmuskel, sich zu erholen, und es überbrückt bei Bedarf die Wartezeit auf ein Spenderorgan. In manchen Fällen kann es sogar dauerhaft im Körper verbleiben“, erläutert Priv.-Doz. Dr. Alexander Bernhardt, Leiter des Bereichs Herztransplantation und Herzunterstützungssysteme. Zu den Ursachen einer Herzmuskelschwäche gehören die koronare Herzkrankheit, unbehandelter Bluthochdruck, Herzklappenfehler, Herzmuskelentzündungen und angeborene Herzschwächen. Auch

Illustration: Sabine Wuttke; Fotos: Axel Kirchhof; Portrait: Anja Meyer

➔ Hier gibt's
weitere Infos
uke.de/herztransplantation



A photograph of a middle-aged couple embracing outdoors. The man, on the left, has grey hair and is wearing a black hoodie, smiling at the camera. The woman, on the right, has blonde hair, wears sunglasses and a pink puffer jacket over a dark scarf, and is looking towards the man with a smile. They are standing in front of a dense background of green trees, with a building visible in the far distance on the left. The lighting is bright and natural, suggesting a sunny day.

„Ich war doch nie krank

Verliebt, verloren – Happy End!

Karin und Uwe Perteck finden auf Umwegen zueinander. Erst zehn Jahre, nachdem sie sich zum ersten Mal im Urlaub begegnet sind, führt sie das Schicksal wieder zusammen. Mit Anfang 60 wagen sie den Sprung in ein neues, gemeinsames Leben. Nichts scheint sie mehr aufhalten zu können. Dann kommt die Diagnose Krebs. Plötzlich steht alles auf dem Spiel.



Bitte nicht googeln!

Karin hat die mahnende Stimme ihres Mannes noch im Ohr, als sie hektisch „Multiples Myelom“ in ihr Smartphone eingibt. So oder so ähnlich heiße die Krankheit, die heute Vormittag im UKE bei ihm festgestellt worden sei, hatte Uwe ihr am Telefon erklärt. Karin muss nicht lange suchen, um fündig zu werden: Im Internet heißt es, das Multiple Myelom sei selten und gleichzeitig die zweithäufigste Krebserkrankung von Knochen und Knochenmark – mit einer durchschnittlichen Überlebensdauer von zwei bis drei Jahren. „Ich konnte einfach nicht glauben, was ich da las. Wir hatten doch erst vor Kurzem geheiratet, uns das Haus gekauft und noch so viele Pläne“, erzählt die 66-Jährige.

In den Wochen zuvor hatte ihr Mann häufiger über starke Rückenschmerzen geklagt, sich aber nichts weiter dabei gedacht. „Als Berufsfeuerwehrmann im Ruhestand habe ich regelmäßig Sport getrieben, bin in der Woche bis zu 30 Kilometer gelaufen, viel Rad gefahren und geschwommen. Dass es hier und da mal zwickte, war ich gewohnt“, erzählt Uwe. Vielleicht ein eingeklemmter Nerv oder eine Zerrung? Wahrscheinlich müsse er sich einfach



Nach der Schockdiagnose und einer umfangreichen, letztendlich sehr erfolgreichen Therapie können Karin und Uwe Perteck das gemeinsame Leben wieder genießen

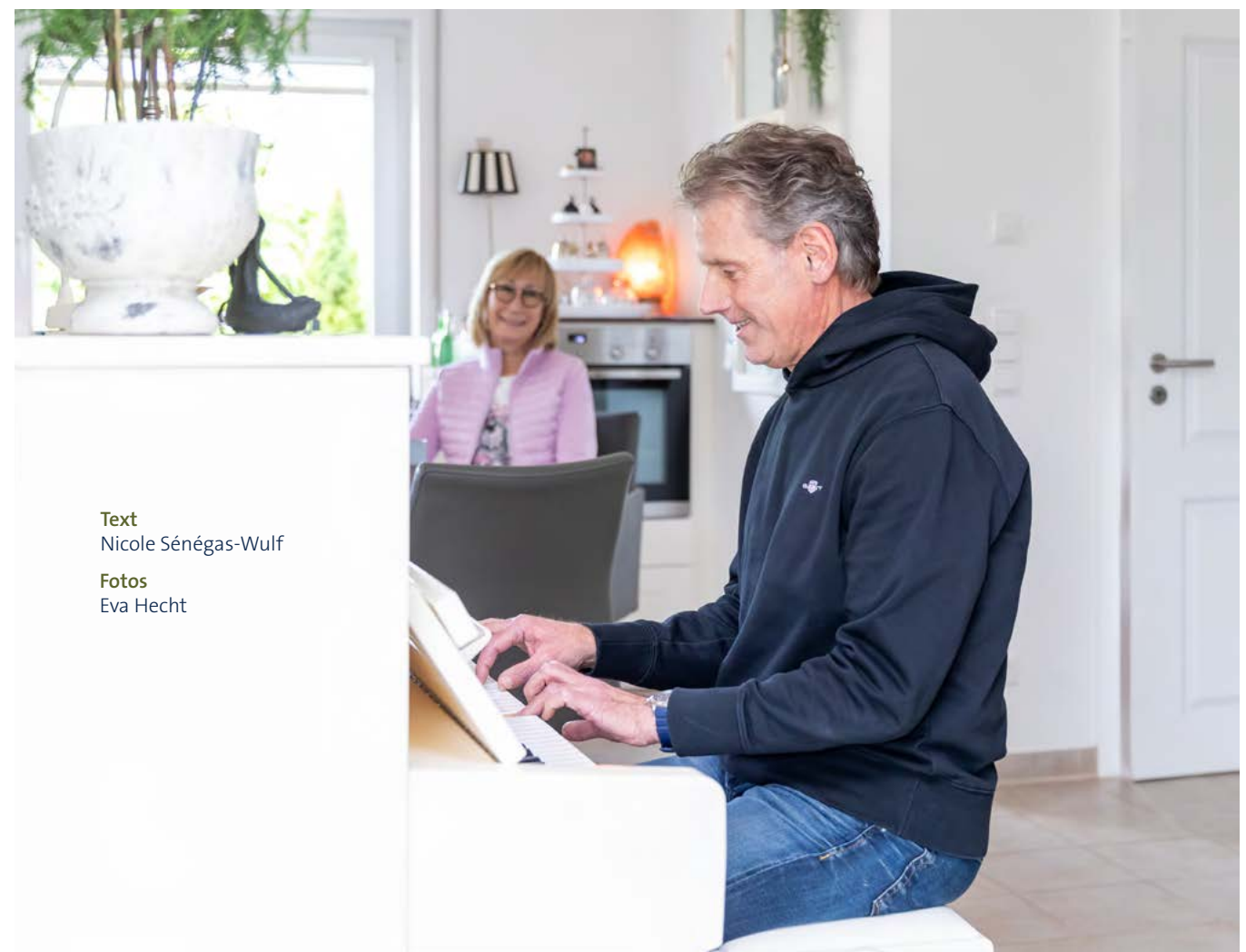
noch mehr bewegen, redet er sich ein. Doch die Schmerzen verschlimmern sich. Irgendwie fühlen sie sich anders an – so, als würden sie ständig von einer zur anderen Körperstelle springen. Er sucht einen Orthopäden auf, erhält Physiotherapie sowie Cortisonspritzen. Doch nichts hilft. „Ich hatte das große Glück, dass mein Orthopäde der Ursache auf den Grund gehen wollte und eine MRT-Untersuchung anordnete“, sagt Uwe. Die Kernspin-Bilder bringen Gewissheit: In seinem unteren Rücken wird eine tumorartige Masse entdeckt, die zunehmend aufs Rückenmark drückt. Würde sie nicht rasch entfernt, drohe eine Querschnittslähmung, erklären ihm die Ärzt:innen.

Sprachlos und überfordert

Uwe wird im UKE zunächst in die Wirbelsäulenchirurgie überwiesen, erhält aber weiter-

führende Untersuchungen. Eine Knochenmarkpunktion liefert schließlich die Diagnose: Hochrisiko-Myelom, eine aggressive Variante des Multiplen Myeloms. „Das Wort hatte ich noch nie gehört und verstand erstmal nur, dass es Krebs war. Wie ich mich fühlte? Sprachlos und ziemlich überfordert“, erinnert sich der heute 66-Jährige.

Sucht man im Internet nach „Hochrisiko-Myelom“, sind die Treffer noch vor wenigen Jahren alles andere als ermutigend. „Zwar haben sich die Überlebenschancen mit sogenanntem Standardrisiko-Myelom, das rund 80 Prozent der Patient:innen betrifft, dank neuer Therapieoptionen deutlich verbessert. Doch Patient:innen der Hochrisiko-Gruppe profitierten leider kaum von diesem Fortschritt“, erklärt Prof. Dr. Katja Weisel, Stellvertretende Direktorin des Universitären Cancer Centers Hamburg im UKE. Immer wieder erlebt die Ärztin, wie Hochrisiko-Patient:innen frühe Rückfälle erleiden, Resistenzen gegen Medikationen entwickeln und deutlich kürzer berleben. „Das wollte ich nicht länger hinnehmen“, sagt Prof. Weisel. „Zu wissen, dass es sich um



Text
Nicole Sngas-Wulf
Fotos
Eva Hecht



Nach der Erkrankung hat Uwe auch das regelmäßige Lauftraining wieder aufgenommen

eine besonders aggressive Variante handelt, sie aber trotzdem genauso wie alle anderen zu behandeln, widerstrebte mir zusehends.“ Aus dieser persönlichen Überzeugung heraus entwickelt die Onkologin eine Idee: die vier zu diesem Zeitpunkt wirksamsten Medikamente gegen das Multiple Myelom zu einer intensivierten Therapie zu kombinieren und in der Erstbehandlung einzusetzen. 2017 entsteht daraus die heute durch das UKE geförderte CONCEPT-Studie, an der 20 Zentren in Deutschland teilnehmen.

Uwe ist Hamburger, lebt mit seiner Frau Karin im südöstlichen Umland und sitzt kurz nach seiner Diagnose in Prof. Weisels Büro. Ob er sich vorstellen könne, an einer Studie teilzunehmen? „Ich habe nicht lange gezögert und wusste: Das ist meine Chance.“ Karin ist etwas zurückhaltender. „Ich war insgesamt ängstli-

cher“, gesteht sie. „Uwe schien von Anfang an so zuversichtlich und hatte großes Vertrauen in die Ärzt:innen und das Pflegepersonal im UKE. Das hat sich später auch auf mich übertragen.“ Bis beide das Wort „Krebs“ offen untereinander aussprechen können, vergehen dennoch einige Wochen. „Ich habe immer gesund gelebt, viel Sport getrieben, war nie krank. Da passte diese Diagnose einfach nichts ins Bild“, sagt Uwe.

„Es gibt immer einen Weg“

Doch er ist ein Anpacker, ein Macher und Optimist, schon von Berufswegen. 40 Jahre arbeitet er bei der Hamburger Feuerwehr, hat viel gesehen und dort geholfen, wo andere die Flucht ergreifen mussten. Unzählige Male löst er scheinbar ausweglose Situationen, löscht Brände und rettet Menschen nach Unfällen aus Autowracks. „In meinem Job habe ich

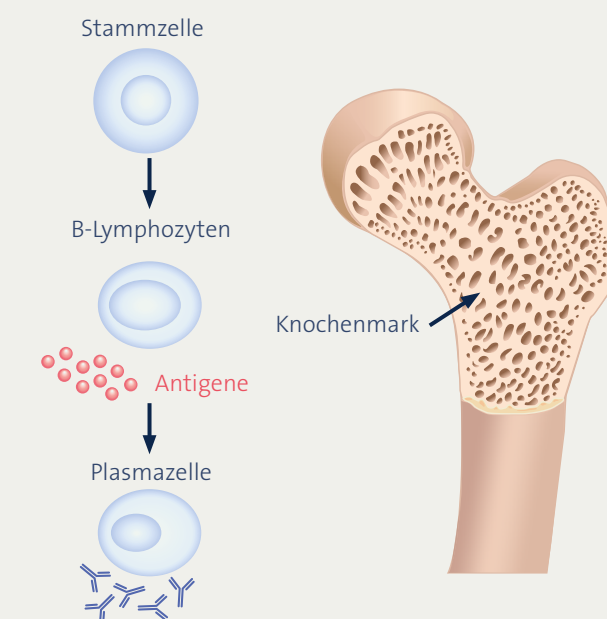
gelernt, dass es immer einen Weg gibt. Auch wenn man anfangs noch nicht genau weiß, wo er liegt.“ Mit dieser Zuversicht beginnt er im Juli 2021 seine Krebsbehandlung mit der neuen medikamentösen Vierfachkombination. Außerdem erhält er eine Strahlentherapie, um die Tumormasse zurückzudrängen.

Nach sechs Monaten folgt die Hochdosis-Chemotherapie sowie eine autologe Stammzelltransplantation. Dabei werden Stammzellen aus dem Blut entnommen und nach der hochdosierten Chemotherapie zurückgegeben, damit sich das Blutbild nach der intensiven Therapie rascher erholt. Anschließend geht es mit der Vierfachbehandlung weiter.

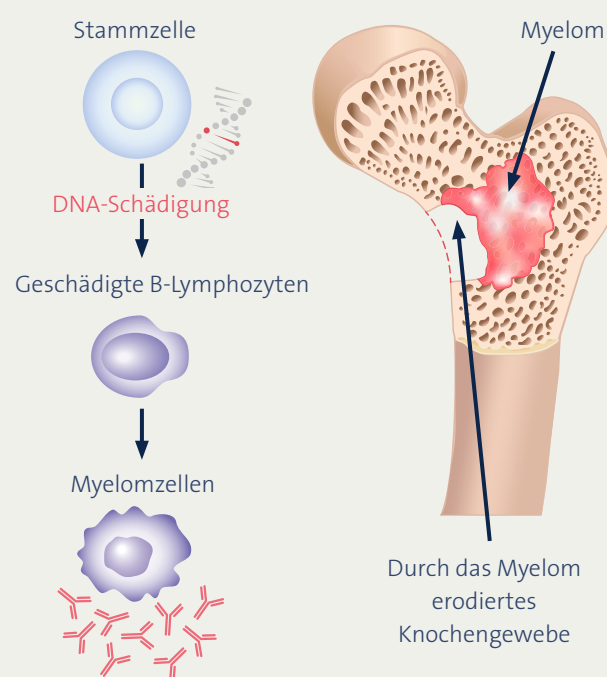
Aktiv bleiben

Und wie ergeht es ihm unter der Behandlung? „Ich war krank, ja. Doch viel leiden musste ich zum Glück nicht“, sagt Uwe. Am meisten macht ihm die sogenannte Fatigue zu schaffen – eine bleierne Müdigkeit und typische Folge der Medikamente. Doch anstatt ihr nachzugeben und sich hinzulegen, versucht er, aktiv zu bleiben, werkelt in seinem Garten und geht spazieren. „Natürlich hat manchmal auch der innere Schweinehund gewonnen“, lacht er. Doch die eigene Haltung – nicht nachzugeben und mitzuarbeiten – hält er im Kampf gegen die Krankheit für entscheidend. „Die Ärzt:innen im UKE haben mit der Therapie ihren Job gemacht. Mein Job war es, auf den Beinen zu bleiben und nicht nachzulassen.“ Selbst, als ihm die Haare ausfallen, reagiert Uwe pragmatisch und rasiert sie kurzerhand ab. „Ich wusste ja, sie wachsen wieder“, sagt er lächelnd. Als wichtige Unterstützung empfindet er die Betreuung im UKE. „In allen Bereichen – ob Ärzt:innen, Pflegende oder Servicepersonal – alle waren freundlich und nahmen sich Zeit für mich. So habe ich mich trotz der schwierigen Umstände immer wohl gefühlt und nie den Mut verloren.“

Gesunder Knochenstoffwechsel



Schädigung des Erbguts bei der Zellteilung, in dessen Folge sich ein Myelom bildet und das Knochenmark zerstört



Sicht aufs Leben verändert

Mittlerweile hat der ehemalige Feuerwehrmann auch seine zweijährige Erhaltungstherapie überstanden. Ebenfalls eine Besonderheit der CONCEPT-Studie, die dazu beitragen soll, Rückfälle zu verhindern. Was sich seit seiner Krebserkrankung für ihn verändert hat? „Die Sicht auf das Leben. Dinge, die ich gern tun möchte, nicht aufzuschieben.“ Wie die Idee, sich für Kinder und Jugendliche in Schulen als

Mediator bei Konflikten zu engagieren. „Es ist toll, die Kids darin zu unterstützen, eigenständig Lösungen zu finden.“ Uwe Perneck freut sich darauf, wieder mit seiner Frau zu reisen und größere Wanderungen zu unternehmen. Eine halbe Stunde am Stück zu joggen, steht auch auf seiner Wunschliste. Gleichzeitig weiß er, dass er es langsam angehen und seinem Körper Zeit geben muss. Doch wenn er eines während seiner Krankheit gelernt hat, dann ist es – Geduld zu haben. ■



Uwes Geschichte im Film:
uke.de/life-myelom

Durchbruch bei Hochrisiko-Myelom

Lange galt die Prognose für Patient:innen mit einem Hochrisiko-Myelom als äußerst ungünstig. Dank einer neuen Kombinationstherapie stiegen die Chancen auf eine erfolgreiche Behandlung auf nahezu 70 Prozent.

Das Multiple Myelom ist wenig bekannt und doch die zweithäufigste unter den bösartigen Knochenmarkerkrankungen. „Im Knochenmark, das sich über den ganzen Körper verteilt, werden unsere Blutzellen und Immunzellen gebildet“, erklärt Prof. Weisel. Entartet eine dieser Immunzellen, kann dies zu der bösartigen Erkrankung führen, die Knochen und Nieren angreift. Erste Anzeichen des Multiplen Myeloms sind oft unspezifisch. „Die Patient:innen klagen meist über Knochenschmerzen und sind durch ein geschwächtes Immunsystem anfälliger für Infekte“, schildert die Onkologin. Viele haben eine lange Odyssee hinter sich, bis der Grund für ihre Beschwerden gefunden wird.

Eine sichere Diagnose liefert die Knochenmarkpunktion, anhand derer eingeordnet wird, ob es sich um ein Standard- oder Hochrisiko-Myelom handelt. „Etwa 20 Prozent der Patient:innen leiden unter der Hochrisiko-Variante, für die bislang keine geeignete Therapie bestand“, erklärt Prof. Weisel. Ihre Überlebensdauer nach Diagnose lag zwischen zwei bis drei Jahren. Um die Prognose für diese Patient:innengruppe zu verbessern, entwickelt sie 2017 ein neues Behandlungskonzept – eine Kombinationstherapie aus vier zugelassenen Wirkstoffen, die sie im Rahmen der CONCEPT-Studie überprüft.

Mit sehr positiven Ergebnissen: „Rund 90 Prozent sprachen auf das neue Therapieregime an, bei mehr als 60 Prozent konnten wir sogar eine komplette Remission erreichen“, freut sich Co-Studienleiterin Dr. Lisa Leypoldt. Die Anschlussstudie ist bereits in Planung. „Wir bleiben dran, um die Chancen für Patient:innen mit Hochrisiko-Myelom weiter zu verbessern.“ Die medizinische Fachwelt hat das neue Therapieschema bereits überzeugt – es wurde vor Kurzem in die deutschen und amerikanischen Behandlungsleitlinien aufgenommen. ■



Prof. Dr. Katja Weisel,
Stellvertretende Direktorin des
Universitären Cancer Centers Hamburg



Dr. Lisa Leypoldt,
II. Medizinische Klinik des UKE und
Co-Leiterin der CONCEPT-Studie

Geschlechtsidentitäten im Wandel

Das Expert:innenteam der Gesundheitsakademie des UKE vermittelt regelmäßig neueste Erkenntnisse aus der Welt der Medizin. Heute geht es um das Thema Trans*-Gesundheit.



Priv.-Doz. Dr. Timo
Nieder, Leitung
Spezialambulanz für
sexuelle Gesundheit und
Transgender-Versorgung

Weiblich, männlich und?

Die Einteilung der Geschlechtsidentität in weiblich und männlich wird als binär beschrieben. Nicht-binär steht für Identitäten außerhalb dieser Zweiteilung. Das neue Selbstbestimmungsgesetz trägt dem Rechnung: Neben männlich und weiblich sind auch „divers“ und „keine Angabe“ als Geschlechtseintrag möglich. Mit diesem Wandel müssen Gesellschaft und die Gesundheitsversorgung umgehen lernen.

Wenn Identität nicht gleich Merkmal ist

Wenn Geschlechtsidentität und körperliche Merkmale nicht übereinstimmen, spricht man von Geschlechtsinkongruenz. Betroffene bezeichnen sich oft als trans* oder transgender oder eben als nicht-binär. Obwohl dies keine Erkrankung ist, kann es zu hohem Leidensdruck führen. In solchen Fällen sind psychotherapeutische, medizinische und soziale Unterstützungsangebote wichtig.

Transgender-Centrum im UKE

Das interdisziplinäre Transgender-Centrum des UKE vereint elf Fachbereiche. Es bietet trans* und nicht-binären Personen einen ganzheitlichen Ansatz in der Gesundheitsversorgung: Beratung und psychotherapeutische Begleitung bei Diagnostik, Coming-out und Transition, medizinische Betreuung mit endokrinologischer Beratung und Hormontherapien, chirurgische Eingriffe zur geschlechtsangleichenden Operation sowie Unterstützung bei sozialen Fragen. ■



Text: Priv.-Doz. Dr. Anna Leike Brütt; Fotos: Anja Meyer; Illustration: iain/AdobeStock

Die nächsten Termine
finden Sie unter:
gesundheitsakademie-uke.de





Lieblingsplatz OBERHAFENBRÜCKE



Für Ellenbogenchirurg Priv.-Doz. Dr. Konrad Mader ist die Oberhafenbrücke wie für viele Biker Start- und Endpunkt der großen Deichrunde.

So oft wie möglich schwingt sich Unfallchirurg Priv.-Doz. Dr. Konrad Mader auf eines seiner schnellen Räder. Erstes Ziel aus Richtung Eppendorf ist für den Ellenbogenspezialisten das Oberhafenquartier nahe Deichtorhallen und Haus der Photographie. „Die Brücke ist ein beeindruckendes Industriemonument, das mit seinen vielen Graffitis perfekt zu meinem dänischen Bike-Outfit passt“, sagt Mader lachend.

Hier treffen sich viele Roadbike-Gruppen auf dem Weg Richtung Marsch- und Vierlande. Und nach einer langen Deichrunde bietet die Gastronomie an der Brücke einen Ruhepol mit Schatten für eine kleine Rast – mit dem Charme des Hafens und einer interessanten Industriearchitektur. „Hier gibt’s ´ne Brause oder in einer Lokalität ganz in der Nähe eine moderne Labskausinterpretation.“

Um die Gefahren seines Sports weiß Konrad Mader nur zu gut, sind doch viele seiner Patient:innen ebenfalls begeisterte Radfahrer:innen, die trotz aller Vorsicht zu Schaden gekommen sind. Er selbst geht natürlich nicht ohne Helm an den Start und lässt unterwegs Vorsicht walten – um das Erlebnis Oberhafenquartier immer wieder aufs Neue genießen zu können.



Mehr Bilder von Dr. Mader an der Oberhafenbrücke gibt’s hier: uke.de/life-bike



Die Zusammenarbeit im Team klappt super.

LILI MALLÉE

Moin

Als Studierende zur Advanced Practice Nurse (APN) ist Hamburgs Ausbildungsbeste in der Pflege mit viel Pioniergeist auf der neurologisch/neurochirurgischen Überwachungsstation 1l gestartet.

„Ich würde mich als empathischen Menschen bezeichnen, der leicht Zugang zu anderen Menschen findet“, sagt Lili Mallée über sich. Auch ihre Mutter habe einen helfenden Beruf, ein freiwilliges soziales Jahr auf einer Stuttgarter neuropädiatrischen und psychosomatischen Station nach dem Abitur bestärkt die heute 26-Jährige einmal mehr in ihrer Jobentscheidung. 2018 zieht sie daher zum Start des dualen Pflegestudiums aus ihrer Geburtsstadt bei Freiburg im Breisgau nach Altona-Nord.

Bei ihrem ersten Arbeitgeber, dem Albertinen Krankenhaus, sammelt die begeisterte Basketballerin Erfahrungen auf einer Schlaganfallspezialstation. In ihrer Freizeit legt sie wert auf Zeit für sich. „An der Neurologie/Neurochirurgie reizen mich vor allem die komplexen Krankheitsbilder und dass ich Menschen mit hohem Pflegebedarf sowie Angehörige unterstützen kann“, erklärt sie. Das UKE habe sie dabei für ihre Weiterbildung schon länger auf dem Schirm gehabt – zumal sie studieren und ihr Wissen vertiefen wollte. Umso größer sei ihre Freude gewesen, als ihre Bewerbung im UKE angenommen wird.

„Alles war hier neu: die Größe der Klinik, das Studium zur APN, die Kolleg:innen, die eigens neu geschaffene Station“, erinnert sich Mallée, „wir alle im Team mussten uns erst in unsere Rollen einfinden – aber die Zusammenarbeit zwischen Pflege, Ärzt:innen und Therapeut:innen klappt super.“ Das sei besonders wichtig, da das Team auch Menschen mit längerer Aufenthaltsdauer und häufigeren Komplikationen behandle. „Mit einer Kollegin zusammen durfte ich bereits an einer Optimierung des Managements der Sondenernährung arbeiten – ich kann es gar nicht abwarten, wenn ich als ausgebildete APN weiter an der Pflegequalität mitwirken darf.“ ■

Texte: Kathrin Thomsen; Fotos: Eva Hecht

PROF. DR. DOMINIQUE SINGER

Tschüss

Nie auszulernen, fasziniert Prof. Dr. Dominique Singer am meisten. Jetzt hat er die Leitung der Sektion Neonatologie und Pädiatrische Intensivmedizin an Prof. Dr. Irwin Reiss übergeben.

Als sich Prof. Singer 2006 erstmals im UKE vorstellt, ist das heutige Hauptgebäude noch „eine riesige Baugrube“. Nach Besichtigung der Geburtsklinik und Kreißsäle weiß der Pädiater sofort: „Da will ich mitmachen!“ Nach Tätigkeiten in Göttingen, Habilitation und einer anschließenden Funktion als leitender Oberarzt an der Uniklinik in Würzburg wechselt er 2007 ins UKE. Er hat mehrere Stipendien und Preise erhalten, ist Mitglied in nationalen und internationalen Fachgesellschaften und Autor zahlreicher wissenschaftlicher Publikationen. Sein größtes wissenschaftliches Interesse gilt der Anpassungsfähigkeit von Neugeborenen.

Nach 18 Jahren im UKE blickt der 66-Jährige auf viele Erfolge: etwa die Frühgeborenen-Nachsorgesprechstunde, das Notfallteam für Kinder, das interprofessionelle und -disziplinäre Analgosedierungsteam – das Kinder bei schmerzhaften Eingriffen schlafen lässt –, die Muttermilchbank oder die Palliativbegleitung bei pränatal erkannten, schweren Fehlbildungen. Auch bei der Etablierung der sogenannten ECMO-Technologie zum Erhalt der Lungen- und Herzfunktion hat Singer maßgeblich mitgewirkt – alles „keine Alleingänge“, wie er betont. Sein Rat an künftige Pädiater:innen: „Sich von der Faszination für Neues anstecken lassen.“

So liegt es nahe, dass der Auslandsschweizer angehende Hebammen im UKE auch künftig weiter unterrichten wird. „Auf mich warten zudem zig ungelesene Bücher“, erklärt der Vater von vier Kindern, „endlich kann ich in meine Leidenschaften Archäologie und Kunstgeschichte eintauchen, mein Orgelspiel verbessern – und viel Neues über die Studiengänge meiner Kinder erfahren.“ ■



Das UKE bleibt in meinem Herzen.



Mit einem Pinard lernen Hebammen auch heutzutage, die Herztöne eines ungeborenen Kindes im Bauch der Mutter auszumachen

Wo (mein) LEBEN BEGINNT



Welche Rolle spielen Hebammen bei einer Geburt? Müssen in einer Uniklinik Ärzt:innen dabei sein? Wie möchten Frauen heute ihre Babys gebären? Fragen wie diesen geht Kinderreporterin **Milou** im Gespräch mit der Leitenden Hebamme **Izabel Ohlsen** aus dem Universitären Perinatalzentrum auf den Grund. Zugleich möchte sie sehen, wo im UKE sie vor 14 Jahren selbst das Licht der Welt erblickt hat.

Milou: Ich habe gehört, es gibt bei Ihnen die Möglichkeit, sich von nur einer Hebamme während der Geburt begleiten zu lassen. Was heißt das genau?

Izabel Ohlsen: Den Hebammenkreißsaal haben wir im Mai eröffnet. Hier begleitet nur eine Hebamme eine Frau, bei der unter der Geburt keine Risiken zu erwarten sind. Inwiefern das der Fall ist, klären wir im Vorweg ausführlich ab. Sollten Komplikationen auftreten, steht ein Team an Ärzt:innen bereit, mit dem wir die Geburt gemeinsam weiter begleiten. Ansonsten erleben die

Frauen mit ihrer Hebamme eine selbstbestimmte natürliche Geburt in ruhiger Umgebung. Das erfüllt uns Hebammen mit Stolz und stärkt unsere Rolle.

Finden Sie es ansonsten angenehmer, wenn ärztliche Kolleg:innen dabei sind?

Hebammen lernen in ihrem Studium, Geburten von Anfang bis Ende allein zu begleiten, das ist also unser Beruf. Wenn es aber schwierig wird, ist es gut, Teil eines Geburtsteams aus mehreren Berufsgruppen



Milou (14) besucht die 9. Klasse des Emilie-Wüstenfeld-Gymnasiums in Eimsbüttel. Sie turnt und spielt Volleyball, später kann sie sich einen Beruf mit Kindern gut für sich vorstellen



Spätestens, als ihre 15 Jahre jüngere Schwester geboren wurde, wusste Izabel Ohlsen, dass sie auch beruflich helfen und soziales Wirken mit Psychologie verbinden wollte. Ihr schwerstes Kind, dem die Leitende Hebamme bisher auf die Welt half, wog 5005 g

zu sein und Kolleg:innen an der Seite zu wissen, die Mutter und Kind bestens medizinisch versorgen. Für dieses erfahrene Team bin ich nach 20 Jahren Berufserfahrung nach wie vor sehr dankbar.

Wann macht eine medizinische Versorgung Sinn?

Auch wenn wir Hebammen viele Schmerzmittel zur Linderung von Geburtswehen zur Verfügung haben, kann es sein, dass eine Frau zum Beispiel eine Rückenmarksbetäubung wünscht – diese müssen Anästhesist:innen legen. Oder wenn Babys per Kaiserschnitt auf die Welt geholt werden, können nur Ärzt:innen diese Bauchdecken-OP durchführen. Dennoch bleibt auch dann immer eine Hebamme an der Seite der werdenden Mutter und nimmt das Neugeborene in Empfang.

Welche Geburt haben Sie als besonders berührend erlebt?

Unter den 1000 Kindern, die ich schon mit auf die Welt gebracht habe, ist mir eine Zwillingsgeburt in der

Schweiz besonders in Erinnerung. Ich war sehr beeindruckt von der Stärke und dem Vertrauen der Frau, mit dem sie ihre Kinder auf natürlichem Weg geboren hat. Ein Moment voller Liebe und Glück.

Warum sind Sie Hebamme geworden?

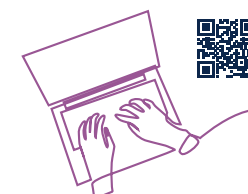
Die Schwangerschaft meiner Mutter mit meiner kleinen Schwester habe ich als so intensiv erlebt, dass mir klar wurde, ich möchte auch beruflich Familien bei diesem wichtigen Ereignis im Leben begleiten. Außerdem bringt die Tätigkeit wegen ihrer Akademisierung und der Digitalisierung viele Weiterentwicklungsmöglichkeiten mit sich.

Bei wie viel Prozent der Geburten sind die Väter dabei?

Darüber erheben wir keine Daten. Aber aus meiner Erfahrung kann ich sagen, dass Frauen nur sehr selten allein zur Geburt kommen. Meist bringen sie eine Begleitperson mit, ihren Partner, ihre Partnerin, jemand Verwandtes oder aus dem engen Freundeskreis. ■

Bewirb Dich als Kinderreporter:in unter redaktion@uke.de

➔ Mehr Infos dazu und Antworten auf weitere Fragen findet ihr auf uke.de/life-kinder





KAMPF GEGEN DAS ZITTERN

Dumpfe Schläge auf den Sandsack, Boxhandschuhe treffen auf Polster, laute motivierende Rufe: Der Dienstagvormittag in der Parkinson-Tagesklinik klingt anders als erwartet. Zeit fürs Kickboxen! Die Teilnehmenden sind nicht etwa Profis, sondern Parkinson-Patient:innen. Sie haben gelernt, ihrer Erkrankung nicht kampflos das Feld zu überlassen.



Text
Stefanie Gerling

Fotos
Eva Hecht

„Das Bein in Kampfstellung und gleichzeitig den Arm ganz durchstrecken“, gibt Parkinson-Nurse Beate Schönwald klare Anweisungen. Sie bietet das Training einmal pro Woche an; es ist ein für viele Betroffene wichtiger Baustein im multimodalen Therapiekonzept der Parkinson-Tagesklinik des UKE. „Wir wissen, dass Bewegung unseren Patient:innen guttut und regelmäßige körperliche Aktivität die Erkrankung positiv beeinflussen kann“, erläutert Schönwald.

Parkinson ist eine chronische neurodegenerative Erkrankung des Gehirns. Dabei sterben Nervenzellen, die den wichtigen Botenstoff Dopamin produzieren, frühzeitig ab. Die Folge sind Defizite des Bewegungsapparates mit typischen Symptomen wie Zittern, Muskelsteifheit, Instabilität und Gleichgewichtsproblemen. Die Erkrankung verläuft bei jedem Menschen unterschiedlich und ist bisher nicht heilbar – aber gut zu behandeln. Die Therapieformen reichen von Medikamenten bis hin zu operativen Verfahren.

Viel mehr als nur Sport

Die Idee zum Kickbox-Training für Parkinson-Erkrankte kam Beate Schönwald 2019, als sie selbst mit dem Sport begann. „In den USA gibt es das Programm Rock Steady Boxing schon länger als Therapieoption für Parkinson-Patient:innen. Und so kam mir die Idee, das Angebot auch für Patient:innen im UKE anzubieten.“ Mittlerweile hat es sich in der Parkinson-Tagesklinik gut etabliert – obwohl die Patient:innen anfangs skeptisch sind und sich das Training nicht zutrauen. „Am Ende sehe ich aber immer strahlende Gesichter“, freut sich Schönwald. „Es ist beeindruckend, was Bewegung auslösen kann und wie die Erkrankung für einen Moment in den Hintergrund rückt.“

Beate Schönwald arbeitet seit 2015 im Bereich Parkinson und absolvierte eine Weiterbildung zur Parkinson-Nurse. In der Tagesklinik unterstützt sie bei der Erhebung der Anamnesen,

führt Testungen durch, berät bei Therapieoptionen und ist Ansprechpartnerin für Angehörige. Viele der Patient:innen kennt sie seit zehn Jahren und ist eine wichtige Bezugsperson für sie.

Für die Parkinson-Erkrankten hat das Training vor allem positiven Einfluss auf das Gangbild, das Gleichgewicht und die Koordination. Das Sturzrisiko kann sinken. Doch neben den körperlichen Effekten „geht es auch um die Gruppendynamik, die viele motiviert. Wir kämpfen alle gemeinsam, niemand gibt auf“, lächelt die 52-Jährige, die mittlerweile einen Braungurt im Kickboxen hat und den Schwarzgurt anstrebt.

„Würde es Beate nicht geben, müsste man sie erfinden“

Während des Trainings, das etwa eine Stunde dauert, werden Kickbox-Elemente mit funktionellen Bewegungen kombiniert. „Dazu gehören Schlagkombinationen mit den Händen, aber auch Kicks aus dem Stand, Seitwärtsschritte und Richtungswechsel“, erklärt Beate Schönwald. Diese Bewegungsabläufe trainieren besonders die Koordination der Muskeln, die durch die Erkrankung ansonsten stetig nachlässt.

Heike Brietzke ist das zweite Mal dabei. Die 54-Jährige hat früher selbst viel Sport gemacht, ehe die Erkrankung sie immer weiter ausbremsste. „Nach dem Training geht es mir direkt viel besser – auch mental“, so die Hamburgerin. „Würde es Beate nicht geben, müsste man sie erfinden“, schmunzelt sie.

Am Ende der Einheit atmen die Teilnehmenden tief durch, einige von ihnen sind richtig ins Schwitzen geraten. Die Übungen waren anstrengend, aber wohldosiert und für alle machbar – und sie haben für Abwechslung gesorgt und allen großen Spaß bereitet. Mit viel Bewegung, medizinischer Begleitung und harmonischer Gemeinschaft kann auch eine chronische Erkrankung gezielt bekämpft werden – Schlag für Schlag. ■

Die Parkinson-Tagesklinik

Die Tagesklinik wurde bereits 2016 als zusätzliche Behandlungsmöglichkeit für Patient:innen eröffnet, für die ein ambulanter Termin nicht ausreichend, eine stationäre Behandlung aber (noch) nicht notwendig ist. Innerhalb von drei Wochen besteht für fünf Tage die Möglichkeit, mit ausreichend Zeit die individuellen Probleme der Patient:innen zu erfassen und einen auf sie zugeschnittenen Therapieplan zu erstellen. Dies betrifft etwa eine optimierte Einstellung der Medikation.

„Neben den medikamentösen liegt auch ein Fokus auf begleitenden nicht-medikamentösen Therapien; das Kickbox-Training ist dabei für eine Reihe von Patient:innen ein wertvoller Baustein“, erläutert Prof. Dr. Carsten Buhmann (Foto), Ärztlicher Leiter der Tagesklinik. In der Tagesklinik werden die Patient:innen von einem interdisziplinären Team aus Ärzt:innen, Parkinson-Nurses, Psycholog:innen, Musiktherapeut:innen, Logopä:innen, Ergo- und Physiotherapeut:innen sowie assoziierten Mitarbeitenden mit dem Schwerpunkt Parkinson versorgt. ■



Hier geht's zum Video
„Was hilft bei Parkinson?“



2026 GEHT'S LOS EINBLICKE INS NEUE HERZ- UND GEFÄßZENTRUM

Das Universitäre Herz- und Gefäßzentrum Hamburg setzt Maßstäbe in der innovativen und hochspezialisierten Behandlung von Herz-, Kreislauf- und Gefäßerkrankungen. Im Neubau werden die optimalen Voraussetzungen dafür geschaffen.

388 BETTEN
76 INTENSIVBETTEN

9 STATIONEN
1 KINDERHERZSTATION, 1 HEART FAILURE UNIT,
1 CARDIO VASCULAR CARE UNIT

3 INTENSIVSTATIONEN
1 KINDERHERZINTENSIVSTATION

2 KOMFORTSTATIONEN

10 HERZKATHETERLABORE

9 OP-SÄLE

→ uke.de/uhz



Jan-Hendrik Friedrichs, Gesamtprojektleiter Inbetriebnahme O60, in einem der hochmodernen neuen Herzkatheterlabore

Mitte 2026 ist es soweit: Die Klinikbereiche Kardiologie, Herz- und Gefäßchirurgie, Gefäßmedizin und Kinderherzmedizin des Universitären Herz- und Gefäßzentrums werden unter einem Dach im Gebäude O60 zusammengeführt. Interdisziplinär können Patient:innen jedes Alters mit personalisierter Medizin und hochspezialisierter Pflege in einem modernen, ansprechenden Ambiente versorgt werden. ■

Fotos: Axel Kirchhof, Eva Hecht, Niko Bünten | Text: Anja Brandt

→ uke.de/zukunft



MIT GANZ VIEL HERZ



„WISSEN WEITERZUGEBEN UND AUSZUBILDENDE ZU BEGLEITEN, IST MEINE MISSION.“

Juliane Wihan (36), Hauptamtliche Praxisanleiterin zusammen mit Kollegin Sarah Buck (r.)



„ALS MFA SORGE ICH IM HERZZENTRUM FÜR REIBUNGSLOSE ABLÄUFE.“

Mercedes Valido Suarez (31), Medizinische Fachangestellte (MFA)

„Ich arbeite im Universitären Herz- und Gefäßzentrum als Hauptamtliche Praxisanleiterin (HPA). Auf unserer Station H5C versorgen wir Patient:innen nach kardiologischen Eingriffen, etwa nach Herzkatheteruntersuchungen oder Schrittmacher-Implantationen. 2012 habe ich als Gesundheits- und Krankenpflegerin angefangen, 2019 folgte dann die Weiterbildung zur Praxisanleiterin. Auszubildende im Alltag anzuleiten – vom Blutdruckmessen bis zur Injektionsvorbereitung –, sie zu fördern und sicher zum Examen zu führen, hat mir von Anfang an viel Freude bereitet. Neben der praktischen Anleitung gebe ich mein Wissen auch in Vorlesungen an der UKE-Akademie für

Bildung und Karriere weiter. Seit Januar bin ich – nach meinem berufsbegleitenden Studium der Medizinpädagogik – als Hauptamtliche Praxisanleiterin im Einsatz. Gemeinsam mit meinen beiden HPA-Kolleginnen organisiere ich unter anderem die Einsatzplanung unserer Auszubildenden und entwickle neue Konzepte zur Wissensvermittlung. Warum mir Praxisanleitung so am Herzen liegt? Weil wir durch die enge 1:1-Betreuung nicht nur eine fundierte Ausbildung ermöglichen, sondern auch in herausfordernden Situationen direkt zur Seite stehen können – damit unsere Auszubildenden mutig und selbstbewusst in ihre neue Rolle hineinwachsen.“ ■

„Schon als Jugendliche träumte ich davon, Krankenschwester zu werden. Meine Motivation? Das Interesse an Medizin, der enge Kontakt zu Menschen und der Wunsch zu helfen. Mit 19 Jahren verließ ich meine Heimat auf Gran Canaria, um in Hamburg eine Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten anzufangen. Zunächst bei einem niedergelassenen Unfallchirurgen, später wechselte ich in eine kardiologische Praxis. Nach der Geburt meiner beiden Kinder und Elternzeit nutzte ich die Gelegenheit für einen beruflichen Neustart und stieg letzten Sommer als MFA im Universitären Herz- und Gefäßzentrum ein. Anstatt, wie in der Praxis, einzelne

Termine zu koordinieren, bin ich heute für die gesamte Zeitplanung der Patient:innen auf Station H6A verantwortlich. Ich habe im Blick, welche Untersuchungen anstehen, organisiere die Transporte in die verschiedenen Bereiche und bilde so die Schnittstelle zwischen allen an der Behandlung beteiligten Parteien. Darüber hinaus führe ich medizinische Untersuchungen wie Elektrokardiogramme (EKG) oder Blutabnahmen durch und erledige administrative Aufgaben. Das Schönste an meinem Job? Mich mit Patient:innen mitzufreuen, wenn es ihnen besser geht. Und mein tolles Team, mit dem mir die Arbeit jeden Tag aufs Neue Spaß macht.“ ■

Texte: Nicole Senégas-Wulff; Fotos: Eva Hecht



Infos unter uke.de/karriere

Sudoku

	2			8			3	
5		8				1		9
	3		1		9		8	
		3	5		1	4		
7								2
		4	3		6	5		
	9		6		8		5	
3		1				8		6
	6			3			2	

So funktioniert's:
Die Ziffern 1 bis 9 stehen
in jeder Spalte, jeder Zei-
le und in jedem 3x3-Feld
genau einmal.

Schweregrad: leicht

Kreuzworträtsel

ein Kletter- tier	religiöse Hand- lung	Frauen- kurz- name	Jetzt- Zustand Stadtteil Berlins	von Sinnen	Verpa- ckungs- gewicht	nach- geahmt	Brett- fuge	Rettung aus der Not	franz.: Bogen persönl. Fürwort					
Enttäu- schung								schwei- zerischer Ur- kanton	7					
Absonde- rungsfließ		2		süd- deutsch: Brauerei		Staats- streich	3							
			Kom- munal- beamter	nicht schmal	1			fix, un- beweg- lich	der Auf- fassung sein					
asiati- scher 'Schnee- mensch'	ab jetzt	Aussatz		10		italie- nisch: Vater	Geheim- gericht		8					
schick- sal- haft				undichte Stelle		ein- drücken	6							
		11	Glied- maße	Ver- mäch- nis				Währung in Peru	dt. Film- gesell- schaft (Abk.)					
Dreh- punkt	Ab- schie- ds- gruß					Roman von King	gedou- belte Film- szene							
	4			int. Kfz-K. Kuba		also (latein.)	9	Märchen- wesen						
unbe- weglich		Sonnen- dach aus Stoff				5	tropische Schling- pflanze							
doppel- köpfiger Halte- bolzen				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11



Individuelle Kompressionsversorgung:
Carepoint macht den Unterschied!



Hier geht es zu
unseren Filialen:

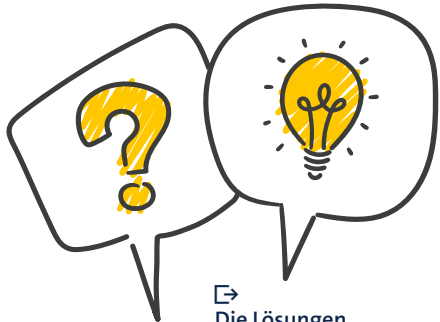


Hamburg-Eppendorf Carepoint Zentrale
im Spectrum am UKE
Martinistraße 64 • 20251 Hamburg
Telefon: 040 4116109-0 • www.carepoint.eu

Impressum

Herausgeber: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE),
Martinistraße 52, 20246 Hamburg
Verantwortlich: Friederike Schulz,
Leitung Geschäftsbereich Unternehmenskommunikation
Redaktion: Leitung: Uwe Groenewold
Autorinnen: Stefanie Gerling, Ingrid Kupczik, Nicole Sénégas-Wulf, Kathrin Thomsen
Tel.: 040 7410-56061, E-Mail: redaktion@uke.de
Fotos: Eva Hecht, Axel Kirchhof, Anja Meyer
Konzeption und Gestaltung: Sina Hofmann, Sabine Wuttke
Schlussredaktion: Saskia Lemm
Lektorat: Monica Estévez, Silke Hilgemeier
Druck: Lehmann Offsetdruck, Gutenbergring 39, 22848 Norderstedt
Auflage: 8 000 Exemplare.

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie
Vervielfältigung auf Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.
Wir bedanken uns herzlich bei den Patient:innen für das Vertrauen, dass wir in
dieser Ausgabe über sie berichten dürfen. Dank auch an alle Kolleg:innen des UKE,
die sich für eine Veröffentlichung in der UKE Life zur Verfügung gestellt haben.



Die Lösungen
zu unseren Rätseln
finden Sie ab
sofort auf
uke.de/raetsel





„Ich spende Blut, weil...

...es sich einfach gut anfühlt. Bis zu meiner Rente will ich 100 Spenden hier an der Uni vollkriegen.“



Erik Gawron hat bereits 33-mal am Uni-Standort fürs UKE gespendet - Rekord! Betreut wird er von (v.l.) Manuel Hansen, Gülbeyaz Kargin und Kristina Maurer

DANKE!



Kontakt und weitere Infos:
uke.de/blutspende

VERNETZT

PIER PLUS stärkt die Zusammenarbeit und Vernetzung der Hochschulen sowie außeruniversitären Forschungseinrichtungen in Hamburg. Mit dem UKE wurde nun das 23. Mitglied auch formell Teil des Verbunds. Ziel von PIER PLUS ist die Förderung von Innovationen, Bildung und Forschung in der Hansestadt.

ZAHLE DER AUSGABE **75**
Jahre gibt es die Blutspende im UKE bereits.

Das UKE bedankt sich bei allen Spender:innen. Doch der Bedarf ist weiterhin groß. Kommen Sie vorbei!

AUSGEFRAGT ?! Gesund länger leben

Wer gesund lebt, lebt in der Regel länger – das ist kein Geheimnis. Wie groß jedoch der Einfluss der Risikofaktoren auf die Lebenserwartung ist, überrascht: Eine neue Studie des UKE zeigt, dass sich die Lebenszeit durch Vermeidung von Risikofaktoren um rund 10 bis 15 Jahre erhöhen kann. Prof. Dr. Christina Magnussen, Klinik für Kardiologie des Universitären Herz- und Gefäßzentrums Hamburg, erklärt in einem Video, worauf es dabei ankommt.



Prof. Dr. Christina Magnussen ist Stellvertretende Direktorin der Klinik für Kardiologie am Universitären Herz- und Gefäßzentrum des UKE

Wer im Alter von 50 Jahren nicht raucht, einen normalen Blutdruck hat, keine hohen Cholesterinwerte oder Diabetes aufweist und ein gesundes Körpergewicht hält, lebt nicht nur länger, sondern bleibt auch länger vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen verschont. Das gilt für Frauen und Männer gleichermaßen. Doch auch wer später noch etwas ändert, kann profitieren. Dabei ist die Kontrolle des Blutdrucks mit den meisten zusätzlichen gesunden Lebensjahren ohne Herz-Kreislauf-Erkrankungen verknüpft.

Für ihre Studie werteten die UKE-Wissenschaftler:innen die Daten von mehr als zwei Millionen Menschen aus 39 Ländern aus. ■



Hier geht's zum Video
uke.de/videos

Läuft wieder!

[instagram.com/uke_hamburg](https://www.instagram.com/uke_hamburg)



Wer gern und viel läuft, kennt das nur zu gut. Mal zwickt es hier, mal dort. Und kommt es knallhart, verletzt man sich und muss wochenlang aussetzen. Wie Jochen Sommer, der sich mitten in der Marathonvorbereitung einen Meniskusriss zuzieht. Anstelle von 42,2 Kilometern steht plötzlich eine OP im Raum. War die ganze Mühe umsonst? Im UKE Athleticum wird er intensiv behandelt, zehn Wochen lang mit einer Kombination aus Physiotherapie und sportmedizinischen Einheiten, ganz ohne OP – und absolviert den nächsten Hamburg-Marathon erfolgreich. ■

Erfolgreiche Forschung

uke.de/linkedin



Prof. Dr. Petra Arck untersucht seit vielen Jahren, wie sich das Immunsystem während der Schwangerschaft anpasst und auf Umwelteinflüsse reagiert. Prof. Dr. Tobias Huber ist ein vielfach ausgezeichnete Nierenforscher, der mit seinen Arbeiten Wegbereiter für die Entschlüsselung von Erkrankungen ist. Beide sind jetzt mit Sonderforschungsbereichen der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) belohnt worden und werden künftig mit ihren Teams großzügig gefördert. Ihr Ziel ist es, vorhandene Wissenslücken zu schließen und Therapien zu optimieren. ■



Universitätsklinikum
Hamburg-Eppendorf (UKE)
Martinistraße 52, 20246 Hamburg
040 7410-0
uke.de



Spenden für das UKE
UKE gGmbH
DE54 2005 0550 1234 3636 36
Hamburger Sparkasse
uke.de/spenden



Karriere im UKE
Kontakt und weitere Infos:
uke.de/karriere



Ehrenamt im UKE
Hauptgebäude O10, Erdgeschoss
040 7410-58779
uke.de/ehrenamt

EIN BLICK IN DIE MEDIZIN- GESCHICHTE



Jeden Mittwoch, Samstag und Sonntag jeweils von 13 bis 18 Uhr
Medizinhistorisches Museum Hamburg (Gebäude N30)

uke.de/museum