



Elastographie

Spezial-Ultraschall als schmerzfreie
Untersuchung der Leber
Seite 2



20 Jahre Chirurg „mit Bauchgefühl“

Interview mit Dr. Thomas Erhart
Seite 3



editorial



Dr. med. Volker Meister
Chefarzt Gastroenterologie,
Facharzt für Innere Medizin,
Gastroenterologie und Prok-
tologie

Liebe Patienten, liebe Kollegen,

die Abteilung Viszeralmedizin in Vechta ist weiterhin die einzige ISO-zertifizierte Abteilung für Viszeralmedizin in ganz Niedersachsen. Dies garantiert einheitliche, strukturierte und gut aufeinander abgestimmte Schritte in Diagnostik und Therapie von Baucherkrankungen. Sie existiert in ihrer heutigen Form auch wegen der seit 20 Jahren qualitativ hochwertigen Arbeit meines geschätzten bauchchirurgischen Kollegen Dr. Erhart - mehr auf Seite 3. Über das sinnvolle Wirken von Spezialisten für Polypen-Entfernung berichten wir gleich hier auf Seite 1, denn: Darmkrebs fällt nicht vom Himmel, sondern entsteht in der Regel aus gutartigen Polypen. Fachärzte, die diese entfernen, sind sehr gefragt. Ein Spezialist für schwierige Polypen-Entfernungen aus dem Darm ist Dr. Uwe Tracogna, stellvertretender Chefarzt unserer Abteilung. Er stellt die Technik, die eine OP vermeidet, und weitere Vorteile für den Patienten selbst vor.

Übrigens: Wer auf seinen Bauch bei jeder Mahlzeit achten muss, findet ab jetzt auf der Rückseite Rezepte aus unserer Diätküche.

Ihr Dr. med. Volker Meister,
Dr. Thomas Erhart & das Team
der Viszeralmedizin Vechta

Ihre „Darm-Polypen-Polizei“ Mit EMR entfernen, was Krebs werden könnte

Eine Darmkrebserkrankung beginnt meist mit dem Wachsen eines Polypen. Diesen bei einer Darmspiegelung zu finden, ist eine wichtige Maßnahme zur Krebsvorsorge. Noch besser ist es, wird der Polyp mit der speziellen Endoskopietechnik EMR (Endoskopische Mukosa Resektion) direkt ohne Operation entfernt. Eine Aufgabe, die in Vechta seit Jahren mit großer Expertise Dr. Uwe Tracogna, stellvertretender Chefarzt der Abteilung für Viszeralmedizin, übernimmt.



Dr. Uwe Tracogna, stellvertretender Chefarzt der
Abteilung für Viszeralmedizin Vechta, Facharzt für
Innere Medizin, Gastroenterologie und Proktologie

„Ist der im Darm gefundene Polyp nicht zu groß, können wir ihn während der Endoskopie mit einer Schlinge im Rahmen einer EMR abtragen“, erklärt Dr. Tracogna, einer von fünf Fachärzten für Innere Medizin, Gastroenterologie und Proktologie. Bei der Entdeckung von Tumor-Vorstufen kann er sofort handeln. „Einen mehrere Zentimeter großen Polypen zu entfernen, hätte früher immer eine Operation bedeutet. Heute ist das in wenigen Minuten während einer Darmspiegelung zu machen. Zumal durch die EMR auch flache Adenome (noch gutartige Krebsvorstufen) und Frühkarzinome (beginnend bösartiger Krebs) aus der Schleimhaut abgetragen werden können.“ Ein Adenom ist ein Polyp, der im Drüsengewebe der Darmschleimhaut sitzt und meist erstmalig gutartig ist. Dabei nutzt man zur Entfernung eine Schlinge. Zuvor wird die Stelle mit einer Färbelösung unterspritzt, um sie anzuheben und vom gesunden Gewebe zu unterscheiden. Dann wird der Polyp völlig schmerzlos entfernt. Die EMR wird bei Polypen im Darm, im Magen und auch



1. Der Polyp wird in der Koloskopie gefunden, 2. er wird mit der Schlinge gefasst und mittels EMR entfernt, 3. er ist komplett entfernt (Resektion)

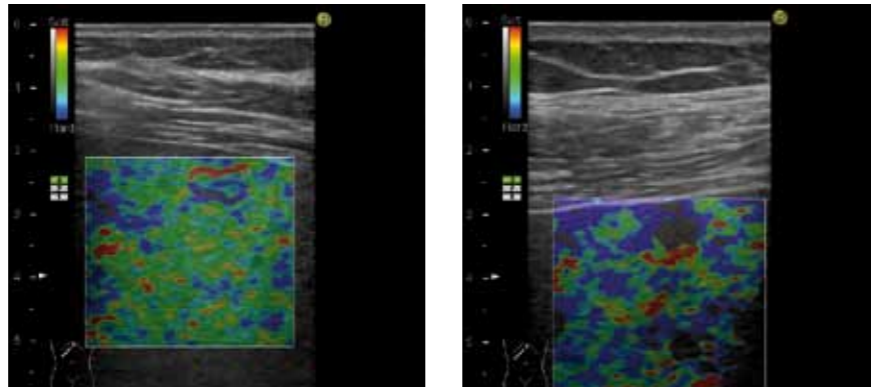
in der Speiseröhre genutzt und ist klar die bevorzugte Technik. Mit ihr kann dem Patienten in vielen Fällen eine früher unumgängliche Operation erspart werden. Wichtig zu wissen: Polypen kommen bei etwa zehn Prozent der Bevölkerung vor. Ab dem 60. Lebensjahr sind sie bei etwa 30 Prozent der Menschen zu finden. Generell wird eine Darmspiegelung zur Krebsvorsorge ab dem 55. Lebensjahr empfohlen. Besteht in der Familie eine Vorbelastung, sollte die Darmspiegelung zehn Jahre vor dem Erkrankungsalter des Verwandten durchgeführt werden.



Elastographie – Technik wie in der Uniklinik

Spezial-Ultraschall klärt Frage der Leberzirrhose

„Die Elastographie wird seit einiger Zeit von Leberspezialisten an Unikliniken angeboten, denn sie hat sich in vielen Studien bewährt. Darum führen wir dieses neue Verfahren seit 2011 auch in Vechta durch.“, erklärt Dr. Eva-Maria Timphus, Fachärztin für Innere Medizin. Die neue Ultraschall-Elastographie klärt schmerzfrei, ob sich das Gewebe der Leber verfestigt hat und somit eine Zirrhose vorliegen könnte. Zusätzlich überprüft man mittels der Elastographie z.B. eine Fettleber oder eine Hepatitis B-/C-Infektion. Da die Untersuchung das ganze Ausmaß des Gewebeumbaus erfasst, erkennen die Ärzte die Entwicklung der Krankheit und können eine genauere Prognose über den Verlauf stellen. Ohne diese



Elastographiebilder: links normale Leber, rechts krankhafte Leber, blaue Bezirke zeigen den Umbau zur Zirrhose

Leber ist (wie bei einer Fibrose oder Zirrhose), desto schneller durchlaufen die Wellen die Leber und verformen das Gewebe.

Die Untersuchung ist schmerz- und nebenwirkungsfrei. Sie dauert maximal eine Viertelstunde und kann jederzeit wiederholt werden. Die Kosten übernimmt die gesetzliche Krankenkasse allerdings noch nicht. Das heißt, die Untersuchung per Elastographie gehört zu den individuellen Gesundheitsleistungen (kurz: IgeL). Der Elastographie geht ein normaler

Ultraschall voraus. Daher ist bei Patienten der gesetzlichen Krankenkassen ein Überweisungsschein notwendig.

Dr. Timphus betont: „Das moderne Verfahren ist ideal für die Verlaufsbeurteilung chronischer Lebererkrankungen und ermöglicht eine kontinuierliche Überwachung für die weitere Behandlung und Ausrichtung der Therapie. Wir sind froh, unseren Patienten das nun seit mehr als einem Jahr ermöglichen zu können.“

„Wellen-Technik“ zeigt Zustand im Lebergewebe

Technik war bisher immer eine Gewebeentnahme (Biopsie) nötig. Nun werden lediglich nicht hörbare (niederfrequente) Schallwellen ausgesendet. Je fester und unelastischer die

„Nur mit Teamgeist geht es hier“

Andrea Ellert, Leitende Endoskopie-Schwester



„Tatsächlich bin ich schon seit 1978 hier im Marienhospital, da habe ich meine 3-jährige Ausbildung begonnen.“ Andrea Ellert leitet seit April 2012 die Endoskopie-Abteilung. Als ihre Kinder noch klein waren, hat sie jahrelang als Hauptnachtwache gearbeitet und ist nun seit 14

Jahren im Team von Dr. Meister: „Seitdem habe ich viele Weiterbildungen absolviert und bin heute Fachschwester für Chronisch-Entzündliche Darmerkrankungen (CED).“ Als Leitung ist sie froh, von ihrer Vorgängerin Schwester Renate auch in Sachen Teamführung viel gelernt zu

haben. „Das fällt nicht immer leicht, aber toll ist, dass es bei uns wirklich Teamgeist gibt. Jeder arbeitet für jeden. Ohne Teamarbeit wären wir längst nicht da, wo wir heute sind“, ist sie überzeugt.

Der Zusammenhalt und die große Einsatzbereitschaft sind für sie die Basis für die erfolgreiche Zertifizierung als Darmkrebszentrum. Sie erklärt die Vorteile des von der Deutschen Krebshilfe zertifizierten Darmzentrums: „Sobald es eine klare Diagnose gibt, greifen Richt- und Leitlinien für die optimale Behandlung. Über jeden Schritt wird der Patient ausführlicher informiert als früher. Und unsere Technik, unsere Hygiene und vieles mehr wird jährlich überprüft, das finde ich schon gut.“ Neben ihrer Arbeit für die Abteilung für Viszeralmedizin gilt ihr Engagement ihrer Familie und dem Sport. „Besonders Nordic Walking tut mir gut, aber auch Rückentraining im Fitnessstudio.“



20 Jahre Chirurg „mit Bauchgefühl“

Interview mit Chefarzt Dr. Thomas Erhart - Facharzt für Chirurgie, Viszeralchirurgie, Spezielle Viszeralchirurgie & Proktologie

Sie sind seit Januar 2013 nun 20 Jahre Chefarzt für Allgemein- und Bauchchirurgie im St. Marienhospital. Wie kam es dazu?

Dr. Erhart: 1980 begann ich meine Ausbildung in der chirurgischen Abteilung des Marienhospitals Osnabrück unter Prof. Stallkamp mit einem breit gefächerten Patientengut. Hier erfuhr ich meine Vorliebe für die Bauchchirurgie. So ging ich 1985 für eine Weile nach London ans St. Mark's Hospital, die weltweit führende Spezialklinik für Darm-Erkrankungen. Es gibt durchaus verschiedene Fachrichtungen für Chirurgie, doch zum Beispiel auf Knochenbrüche war ich weniger neugierig. Ich finde bis heute die Krankheitsbilder in meinem Fach durch ihre Komplexität herausfordernd und ich mag den Kontakt mit den Menschen.

Was hat sich in den letzten 20 Jahren hier in Vechta verändert?

Dr. Erhart: Eine große Bereicherung war der Zugang von Dr. Meister, der 1998 als Gastroenterologe zu uns kam. Schnell haben wir eng zusammengearbeitet und das wurde zur Keim-

zelle für die heutige Abteilung für Viszeralmedizin. Seit 2006 sind wir ja schon ein IBZ, also ein interdisziplinäres Bauchzentrum, seit 2010 ein zertifiziertes Bauchzentrum zusammen mit Onkologen, Pathologen, Radiologen und Fachärzten für Strahlentherapie. Seit 2011 bilden die Teams von Dr. Meister und mir die neue Abteilung für Viszeralmedizin, bei der Ärzte für Innere Medizin, Gastroenterologie, Proktologie / Proktochirurgie und wir Bauchchirurgen Hand-in-Hand arbeiten. Damit haben wir Vorbildcharakter für viele Kliniken in Deutschland. Gibt es mal Uneinigkeit über eine Diagnose oder Therapie, sprechen wir darüber und ziehen andere hinzu, bis wir zu einem Konsens kommen.

Verändert hat sich auch die Weiterbildungslandschaft gerade für die Viszeralmedizin. Durch die Ärztekammer sind wir ermächtigt, junge Kollegen zu Fachärzten auszubilden. Unsere Abteilung zeichnet sich eben durch viel Können aus. Immerhin haben wir neun Bauchspezialisten – vier Viszeralchirurgen und fünf Gastroenterologen.

Zusätzlich sind wir die einzige ISO-zertifizierte Abteilung für Viszeralmedizin in ganz Niedersachsen und auch nach der Deutschen Krebsgesellschaft zertifiziertes Darmkrebszentrum. Jede Prüfung bedeutet viel Aufwand, doch wir sind stolz auf die Ergebnisse.

Wie schauen Sie also in die berufliche Zukunft für Ihre Abteilung?

Dr. Erhart: Ich sehe vor allem Weiterentwicklung. Zum einen gibt es in unserem Fach permanent technischen Fortschritt, zum Beispiel für neue Untersuchungen und OP-Verfahren. Doch die Technik nützt uns auch bei der Zusammenarbeit mit Kollegen, die nicht hier vor Ort im Krankenhaus sind. So können wir dank der modernen Telemedizin bei unseren fachübergreifenden Tumorkonferenzen ganz unkompliziert zuweisende Ärzte zuschalten, sie in die Diskussion einbinden und gemeinsam mit ihnen die Fälle besprechen. In diesem verstärkten Austausch und Miteinander sehe ich die Zukunft der Viszeralmedizin. Und das ist ein großer Vorteil für unsere Patienten.

Interdisziplinäre Bauchstation

Interdisziplinäres Bauchzentrum

Zertifiziertes Darmzentrum

Abteilung für Viszeralmedizin

Iso-zert. Abt. für Viszeralmedizin

Einladung zum Gastro-Forum 2013

3-Punkte-Fortbildung für Kollegen

Auch in diesem Jahr lädt Chefarzt Dr. Volker Meister, stellvertretend für die Abteilung „Viszeralmedizin“, Kollegen und Zuweiser zum „Gastro Forum“ ein. Am 27.02.2013 ab 17.30 Uhr steht im Rathaus in Vechta das Thema „Sammeldiagnose Reizdarm“ im Fokus. Aktuelle Erkenntnisse über Ursachen haben zu einer neuen Leitlinie und sogar zu einem Paradigmenwechsel geführt, wovon Leitlinien-Mitautorin Prof. Keller interessant berichtet. Über den Umgang mit zufällig

entdeckten Leberherden referiert Spezialist Prof. Schmidt. Er nimmt Unsicherheiten bei Fragen zu Kontrolle, Biopsie und Einsatz bildgebender Diagnostik. Zuletzt berichtet Prof. Langhorst über die Grenzen der Schulmedizin und klärt über alternative Therapiemethoden auf, die chronisch entzündliche Darmerkrankungen für den Patienten positiv beeinflussen können.

QR-CODE SCANNEN UND PROGRAMM ANSEHEN!



Crohn- und Colitis-kongress in Wien

Jede Veranstaltung der ECCO (europäische Gesellschaft für Crohn und Colitis) ist ein Treffen internationaler Experten. Darum nutzen die Fachärzte aus Vechta die Chance, dort Neuigkeiten rund um entzündliche Darmerkrankungen zu hören und in Workshops weitere Behandlungsmethoden kennen zu lernen und zu diskutieren. Von ihrer Teilnahme am diesjährigen ECCO-Kongress in Wien Mitte Februar sind Dr. Volker Meister und Dr. Stefan Hagen zufrieden zurückgekehrt – mit frischem Wissen für Kollegen und Patienten.

Leckere Tipps aus der Diätküche

Neue Serie Teil 1: Rezepte bei Laktose-Intoleranz



Die Diätküche des St. Marienhospitals kocht nicht nur. Das Team um die leitende Diätassistentin Nicole Brunklaus ist auch für die Fragen der Patienten da. Ob Lebensmittelunverträglichkeit oder eine Ernährungsumstellung aufgrund einer Erkrankung, Betroffene bekommen Rezepte und Informationen für einen weiterhin genussvollen und verträglichen Alltag. Zudem bieten Nicole Brunklaus und ihre Kollegin Verena Kleingerdes im Niels Stensen Werk in Vechta regelmäßig Kochkurse und individuelle Ernährungsberatungen an – wie bei Laktose-Intoleranz.

Das Problem dabei ist: Milchzucker (Laktose) besteht aus zwei Zuckermolekülen. Diese werden vom Körper nur einzeln aufgenommen. So muss der Milchzucker im Darm zunächst in seine Bestandteile Glukose und Galaktose aufgespalten werden vom Enzym Laktase, das in der Schleimhaut des Dünndarms sitzt. Fehlt die Laktase, gelangt der Milchzucker unzerlegt in den Dickdarm und wird dort von Bakterien zersetzt. Die Folge sind Gasbildung und Beschwer-

den im Bauch. Eine Laktose-Intoleranz beruht also entweder auf einem Mangel an Laktase-Enzymen oder darauf, dass die Laktase nicht aktiv genug arbeitet – was altersbedingt einsetzen kann. Werden laktosehaltige Nahrungsmittel vermieden oder reduziert, wie in unseren Rezepten, verschwinden die Beschwerden.

Unser Tipp: Gesäuerte Milchprodukte wie Joghurt werden häufig besser als Milch vertragen, da sie weniger Milchzucker enthalten.

REZEPT 1

Aprikosen-Joghurt-Becher



Aprikosen einer Dose abtropfen lassen (Saft auffangen) und bis auf zwei Hälften mit 1 Päckchen Vanille-Zucker, 1 Esslöffel Zucker und 3 Esslöffeln Saft pürieren. Restliche Früchte werden zur Garnitur in Spalten geschnitten. 4 Baiserschalen (50g) grob hacken und danach 300g laktosefreien Joghurt mit 1 Päckchen Vanille-Zucker verrühren, 100g laktosefreie Sahne steif schlagen und unter Joghurt und Baiser heben. Aprikosenpüree in die Gläser füllen, darauf den Joghurt verteilen und mit Aprikosenspalten garnieren. Lecker!

REZEPT 2

Sauerkraut-Hack-Lasagne



Zuerst 400g Hackfleisch mit 1 gewürfelte(n) Zwiebel und 3 zerdrückten Knoblauch-Zehen in einer Pfanne anbraten, dann salzen, pfeffern und mit 1 Esslöffel Mehl bestäuben. Nun 2 Esslöffel Tomatenmark zugeben und mit 250ml Brühe angießen. Danach 1 Dose Tomaten in Stücken zugeben, alles einkochen lassen und abschmecken mit Oregano und etwas Zucker.

Für die Sauerkraut-Soße eine zweite Zwiebel in etwas Öl andünsten, 1 große Dose Sauerkraut und 1 gewürfelte rote Paprika zugeben. Anschließend 2 Esslöffel Tomatenmark und 175ml Brühe zugeben und etwa 20 Minuten köcheln lassen. Zuletzt laktosefreien Natur-Joghurt (2 Esslöffel) unterheben und abschmecken. Jetzt in einer Auflaufform die Zutaten folgendermaßen schichten:

Hackfleischmasse-Lasagneplatten-Sauerkraut-Lasagneplatten-Hackfleischmasse etc. Alles mit 100g geriebenem (evtl. laktosefreiem) Käse bestreuen und für etwa 30 Minuten bei 170°C in den Backofen. Einfach ein Genuss!

Wussten Sie schon...?

Zahlen aus der Welt der Viszeralmedizin können spannend oder auch überraschend sein:

Wussten Sie schon, dass der Darm mit seinen über 100 Milliarden Nervenzellen mehr Neuronen enthält als das Gehirn und das Rückenmark? Damit ist er ein hellwaches und hochsensibles Körperteil.

Wussten Sie schon, dass es beim Magen-Darm-freundlichen Erwärmen von Speiseresten wichtig ist, das Essen auf deutlich über 60° zu erwärmen? Sonst könnten schädliche Mikroorganismen den Genuss (oder den Magen) verderben!

Wussten Sie schon, dass der Flüssigkeitsumsatz im Magen-Darm-Trakt täglich circa 8 Liter beträgt. Darum ist es wichtig, gerade beim Magen-Darm-Infekt, viel zu trinken – bevorzugt in kleinen Schlucken. Als Alternative zum Griff nach stillem Mineralwasser können auch Tee, verdünnte Fruchtsäfte oder Suppe den Flüssigkeitsmangel ausgleichen.

Herausgeber

Katholische Kliniken
Oldenburger Münsterland
St. Marienhospital Vechta
Viszeralmedizin Vechta

Marienstraße 6-8 · 49377 Vechta

Fon (0 44 41) 99 -13 64
Fax (0 44 41) 99 -13 65

www.gastroenterologie-vechta.de
www.viszeralmedizin-vechta.de
www.darmzentrum-vechta.de
www.kk-om.de