

Gesund

ANGEBOT

Sprache der Babys verstehen lernen

Das Netzwerk Familie bietet einen Kurs für werdende Eltern. Es gibt noch Plätze. »F10



Auslöser von Stress im Berufsleben

Umfrage, N=5002 Berufstätige



56 %

Leistungsdruck

43 %

Zeitdruck

41 %

Zu viel Arbeit

31 %

Probleme mit Vorgesetzten

22 %

Angst vor Arbeitsplatzverlust

21 %

Schlechte Bezahlung

20 %

Probleme mit Kollegen

12 %

Starker Konkurrenzdruck

QUELLE:
CIVEY VIA
AUCORITY

Was die Nuklearmedizin kann

Med Konkret startet mit einem aktuellen Thema in den Vortragsherbst.

FELDKIRCH Die Nuklearmedizin: Der Krieg in der Ukraine und die damit verbundene Angst vor einer atomaren Katastrophe hat dieses Fach ins Zentrum des allgemeinen Interesses gespült. Beim ersten Med Konkret nach der Sommerpause wird Primar Alexander Becherer, Leiter der Abteilung für Nuklearmedizin im Landeskrankenhaus Feldkirch, auch diese Thematik aufgreifen, aber nur kurz streifen. In seiner Arbeit geht es nämlich zur Hauptsache um Schilddrüsenerkrankungen sowie die Krebsdiagnostik. „Ich werde erzählen, was die Nuklearmedizin ist, Beispiele bringen und vorstellen, welche Bereiche wir untersuchen bzw. behandeln können“, gibt Becherer einen Überblick über das, was Med Konkret-Interessierte am Dienstag, 20. September 2022, ab 18 Uhr erwartet. Aufgrund der immer noch unsicheren Coronasituation werden die Med Konkret-Beiträge auch weiterhin online ausgestrahlt.

Enge Verzahnung

Nuklearmedizin steht für Diagnostik und Therapie mit radioaktiven Stoffen. Hier hat sich schon der Begriff „Theranostik“ etabliert. Bei Theranostik handelt es sich um ein sogenanntes Kofferwort, das sich aus den Begriffen Therapie und Diagnostik zusammensetzt. Darunter versteht man die zunehmend engere Verzahnung von Diagnostik und Therapie. Ziel ist es, die richtige Therapie für den richtigen Patienten zum richtigen Zeitpunkt



Die diagnostischen und therapeutischen Einsatzbereiche der Nuklearmedizin sind vielfältig.

KHBG

zu ermöglichen. Als Beispiel nennt Primar Becherer die Behandlung von Prostatakrebs. Hier kommt die Nuklearmedizin zum Einsatz, wenn die Krankheit trotz intensiver Behandlung fortschreitet. „Wir prüfen mit einem radioaktiven Medikament, ob es von den Metastasen aufgenommen wird. Ist dieser Testlauf erfolgreich, wird die Therapie damit fortgesetzt“, erläutert Becherer.

Er geht in seinem Vortrag auch darauf ein, wie eine Untersuchung abläuft und welche Geräte dazu verwendet werden. „Die Zuseherinnen und Zuseher sollen sich eine Vor-

stellung davon machen können“, begründet er. Neben Erkrankungen der Schilddrüse zählen Krebs- und Herz-Kreislauf-Diagnosen zu den Hauptaufgaben der Nuklearmedizin. Laut Becherer steigt vor allem die Zahl der Patienten mit Prostatakrebs. Die Zuweisungen kommen von niedergelassenen Ärzten sowie im Krankenhaus tätigen Onkologen, Internisten Chirurgen und Radioonkologen.

Von Unterschieden

Die Nuklearmedizin verfügt auch über eine Station für Patientenaufnahmen. Ein Anliegen ist es Ale-

xander Becherer außerdem, den Unterschied zwischen Nuklearmedizin und Strahlentherapie darzustellen. Für die Pflege spricht Monika Neuhauser. Sie stellt die Station genauer vor. **VN-MM**

MED KONKRET

Nuklearmedizin - Schilddrüse und viel mehr REFERENTEN Primar Alexander Becherer, DGKP Monika Neuhauser, LKH Feldkirch
TERMIN Dienstag, 20. September 2022, ab 18 Uhr online
Die Teilnahme ist kostenlos.



Die Vorträge zur Lunge werden von Fachärzten und Wissenschaftlern gehalten. ADOBE

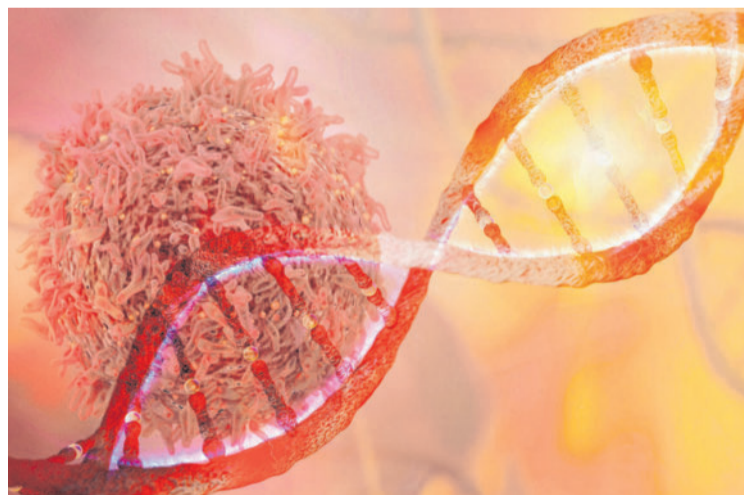
Online beim Tag der Lungengesundheit

WIEN Nach einer coronabedingten Auszeit findet am 24. September von 10 bis 17 Uhr im Wiener Rathaus der Tag der Lungengesundheit statt. Es handelt sich um eine Gratis-Informationsveranstaltung der Österreichischen Lungenunion. Auf dem Programm stehen Vorträge zu Corona, COPD, Asthma, Allergien, Lungenkrebs und Cystische Fibrose. Für Betroffene und Interessierte, die nicht vor Ort sein können, werden die Referate als Onlinestream geboten. Infos zum Programm und Onlinestream unter www.lungenunion.at/tag-der-lungengesundheit-2022.

Bluttests auf Krebserkrankungen kommen langsam in Reichweite

Eine aktuelle Studie lässt Hoffnung aufkommen.

PARIS, NEW YORK Die Wissenschaft ist offenbar einen Schritt näher an Screening-Bluttests auf verschiedene Krebsarten gekommen. Eine Studie von Deb Schrag vom Memorial Sloan Kettering Cancer Center (New York), die beim Jahreskongress der Europäischen Gesellschaft für Medizinische Onkologie (ESMO) in Paris vorgestellt wurde, zeigte eine relativ hohe Sensitivität eines solchen Bluttests auf ctDNA-Fragmente von bösartigen Zellen im Blut. „Diese Ergebnisse sind ein wichtiger erster Schritt für Tests, welche sehr früh Krebserkrankungen aufzeigen können. Sie zeigten eine gute Erkennungsrate bei Personen, die wirklich eine Krebserkrankung (Sensitivität) hatten und eine exzellente Spezifität (negativer Test - gesichert keine Krebserkrankung; Anm.) für Personen ohne bösartige Erkrankung. Bei Menschen mit einem positiven Test dauerte es weniger als zwei Monate, um die



Krebszellen möglichst früh und mit einfachen Verfahren auf die Schliche zu kommen, ist ein großes Anliegen der Wissenschaft. CIPHOTOS

Diagnose zu bestätigen und etwas länger, um eine Krebserkrankung auszuschließen“, stellte die Wissenschaftlerin fest.

In die Untersuchung waren 6621 Probanden im Alter ab 50 Jahren aufgenommen worden, die zuvor keine Krebsdiagnose erhalten hatten. Das Testkit zielte darauf ab, im Blut zirkulierendes Genmaterial (ctDNA) von bösartigen Zellen

von 50 verschiedenen Tumorerkrankungen aufzufinden. Speziell wichtig könnten solche Bluttests beim Screening nach Krebserkrankungen werden, die sonst oft viel zu spät mit anderen Methoden entdeckt werden und für die es noch keine Screeningverfahren bei symptomlosen Personen gibt: zum Beispiel Bauspeicheldrüsenkarzinome, Dünndarm- und Magenkarzinome.



Meinung

Marlies Mohr

Couragiert

Dieser Tage wurde eine Studie über die Zufriedenheit der Menschen in Österreich vorgestellt. Quintessenz: Die Zufriedenheit scheint altersabhängig. Will heißen, die Generation 60 plus ist zufriedener als ihr jüngeres Pendant. Das wird vermutlich damit zusammenhängen, dass ihre Arbeit schon getan ist. Sie ihren Beitrag zum Funktionieren des Systems bereits geleistet hat und nun den wohlverdienten Ruhestand genießen darf.

Mir ist beim Lesen der Meldung spontan eine Geschichte in den Sinn gekommen, die mir eine Bekannte unlängst erzählt hat. Beim Warten an einer Bushaltestelle wurde sie ungewollt Zeugin eines Gesprächs zwischen drei Jugendlichen. Deren Aussagen nach zu urteilen schoben sie einen ordentlichen Frust. Jedenfalls war einer von ihnen der Meinung, dass die „Pensionisten nur auf ihren fetten Ä... sitzen“ und sonst nichts tun würden. Meine Bekannte, selbst auch in Pension, glaubte kaum, was sie da hörte. Zuerst wollte sie den Burschen sofort verbal in die Tonne treten. Doch sie zügelte sich, ließ die Emotionen abklingen und stellte ihm dann ruhig und sachlich die zentrale Frage: „Weißt du eigentlich, was du da gerade gesagt hast?“ Scheinbar nicht, denn die Reaktion war weniger als null, aber es arbeitete in ihm. So viel konnte sie, die früher mit Kindern gearbeitet hat, in seiner Mimik lesen. Die Jugendlichen trollten sich schließlich ohne ein weiteres Wort. Es war ohnehin genug gesagt.

Mir nötigte das couragierte Auftreten der Frau ehrlichen Respekt ab. Wenn sie damit den Jungen zum Nachdenken gebracht hat, ist immerhin schon etwas gewonnen.

MARLIES MOHR
marlies.mohr@vn.at
05572 501-385



Ma hilft

Hypo Vorarlberg Bank AG
IBAN AT58 5800 0132 7677 4012
BIC HYPVAT2B

Mit dem Baby auf du und du

Netzwerk Familie startet im Oktober mit einem Kurs für werdende Eltern.

BREGENZ Netzwerk Familie ist ein Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs, das auch von der aks Gesundheit sowie den Kinder- und Jugendärzten mitgetragen wird. Seit vielen Jahren werden erfolgreich sogenannte SAFE-Kurse für Paare und Alleinerziehende durchgeführt. Der nächste, im Oktober startende Kurs richtet sich an Mütter und Väter, deren Babys im Dezember 2022, Jänner oder Februar 2023 geboren werden. „Angesprochen sind alle, die gemeinsam mit anderen in das Elternsein hineinwachsen und dabei fachlich begleitet werden wollen“, erklärt SAFE-Mentorin Natalie Gmeiner vom Vorarlberger Kinderdorf.

Der sichere Hafen

Immer auf dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse hilft das Training, die persönlichen Kompetenzen zu stärken und die Sprache des Kindes zu verstehen. „Dafür lernen Eltern, ihr Baby ganz genau zu be-



Die Sprache der Säuglinge zu interpretieren, will gelernt sein.



Eine stabile Eltern-Kind-Beziehung ist der beste Start in eine gute Zukunft.

VOKI

obachten, denn jedes Kind ist individuell. Nur wenn wir verstehen, was unser Baby braucht, können wir eine gute Ant-

wort auf seine Signale geben.“ Ziel ist es, dass sich zwischen Babys und Eltern ein festes Band entwickelt. „Von diesem sicheren Hafen aus können Kinder in die Welt hinausstarten“, erklärt die Gesundheitspsychologin.

Der Kurs beginnt in der Mitte der Schwangerschaft und endet beim ersten Geburtstag des Kindes. Insgesamt umfasst er zehn Sonntage, die in der Gruppe verbracht werden. Dabei geht es sowohl um Vorstellungen, die aus der Herkunfts-

familie mitgebracht werden, als auch um Infos rund ums Baby wie Stillen, Füttern, Beikost, Drei-Monatskoliken, Fremdeln, motorische Entwicklung und Schlafverhalten.

Hotline inklusive

Das praxisorientierte Feinfühligkeitstraining und die gegenseitige Unterstützung in der Gruppe haben sich bewährt. Entsprechend positiv sind die Rückmeldungen der SAFE-Teilnehmenden. Eine sichere Bindung zum Kind, aber auch der Austausch sowie die oft jahrelangen Freundschaften zu anderen Müttern und Vätern werden als besonders wertvoll erlebt.

Die umfassende Begleitung beinhaltet Einzelgespräche sowie eine Hotline, über die die Expertinnen von Netzwerk Familie in akut schwierigen Situationen telefonisch erreichbar sind. Kursstart ist im Oktober. Pro Baby und Kurstag fällt ein Selbstbehalt von 30 Euro plus Kosten für Verpflegung an. Bei Bedarf wird eine finanzielle Unterstützung ermöglicht.

Unverbindliche Infos & Anmeldung: Tel. 05572/200262, E-Mail baby.abc@netzwerkfamilie.at und www.netzwerk-familie.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



Nach einer intensiven Ausbildung konnten die Pflegerinnen und Pfleger mit berechtigtem Stolz ihre Diplome in Empfang nehmen.

KPS/HOFMEISTER

Diplomierte Pflegekräfte für das Land

DORNBIRN Für die Pflege und Betreuung in den Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen sind sie überaus wichtig: die diplomierten Pflegekräfte. 14 Pflegerinnen und Pfleger haben in der von der Stadt Dornbirn betriebenen Pflegeschule Unterland ihre Ausbildung abgeschlossen und in schriftlichen, praktischen sowie mündlichen Prüfungen ihr Fachwissen erfolgreich unter Beweis gestellt. Jetzt wartet ein Arbeiten ganz nahe am Menschen. „Pflegekräfte sind ein Gewinn für unsere Gesellschaft. Gerade in schwierigen Zeiten zeigte sich, wie wichtig ihre Aufgaben sind und dass der Bedarf groß ist“, betonte

Bürgermeisterin und Krankenhausreferentin Andrea Kaufmann. Hier leiste die Pflegeschule Unterland einen wesentlichen Beitrag. „Durch die hervorragende Ausbildung sichern wir für unsere Gesundheitseinrichtungen der Stadt und für die Pflegeheime bestens ausgebildete Nachwuchskräfte“, freut sich Sozialstadträtin Marie-Louise Hinterauer. Rund 17.000 Vorarlberger sind über 80 Jahre alt. Bis 2050 erhöht sich allein in Dornbirn der Anteil der Bevölkerungsgruppe der 60-Jährigen um mehr als rund 70 Prozent. Dieser demografische Wandel stellt den Pflegebereich vor große Herausforderungen.

Yoga zu Live-Techno im Conrad Sohm

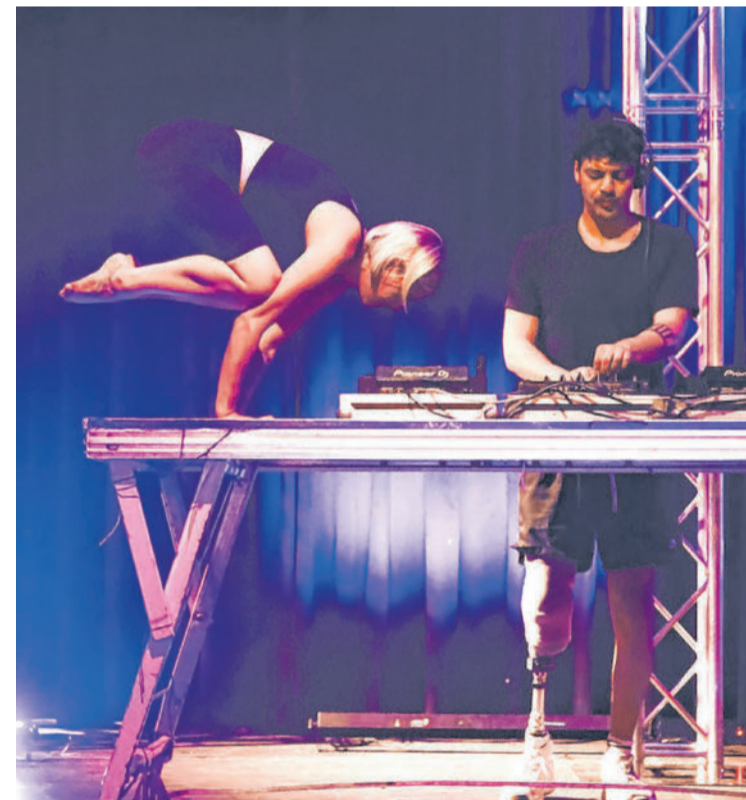
Yoga & DJ-Duo bringt Bewegung in die Vorarlberger Partyszene.

DORNBIRN Das Vorarlberger „Yoga & DJ“-Duo Michaela Schmidinger (Wildmind.Yoga) und Jan Neusser (Spielothek) bringt wortwörtlich Bewegung in die Vorarlberger Partyszene. Inspiriert von Erfolgskonzepten aus Wien und Linz bieten die beiden im September und Oktober Yoga zu Live-Techno in einer yoga-untypischen Location an, nämlich dem Conrad Sohm.

Unter dem Titel „Rave & Meditate: Let's be loud to find silence“ gibt es drei Termine: 21. September, 5. Oktober und 19. Oktober 2022. Alle Teilnehmer erwartet über 90 Minuten ein flottes und dynamisches Vinyasa Flow Yoga zu elektronischer Live-Musik mit anschließendem Ausklang im Conrad Sohm. Alle Levels, Anfänger bis Fortgeschrittene, können teilnehmen und sind willkommen.

Stille finden

„Bestimmt kennst du das Gefühl, auf der Tanzfläche zu stehen, mit geschlossenen Augen zu tanzen, die eigenen Bewegungen der Musik folgen zu lassen und einfach im Moment zu sein? Dieses Gefühl möchten wir mit unseren R&M-Sessions



Das eine schließt das andere nicht aus. Yoga lässt sich offenbar ganz gut auch zu Techno-Musik ausüben.

SCHNAPPSCHUSS

erzeugen“, sagt Jan Neusser, DJ, über das einzigartige Eventformat. Michaela Schmidinger, Vinyasa Flow Yoga-Lehrerin, ergänzt: „Yoga & Techno, diese Kombination klingt im ersten Moment vielleicht nicht ganz ‚yogisch‘, im zweiten Moment aber dann doch. Das Leben ist

nun einmal voller Gegensätze, und ironischerweise kann uns laute Musik dabei helfen, Stille zu finden.“

Termine: 21. September, 5. Oktober und 19. Oktober, von 19 bis 21 Uhr; Platzanzahl pro Termin ist limitiert; Infos und Tickets unter www.wildmind.yoga/ravemeditate



Veranstaltungstermine

Nuklearmedizin – Schilddrüse und viel mehr Dienstag, 20. September 2022, 18 Uhr
Prim. Univ.-Doz. Dr. Alexander Becherer | DGKP Monika Neuhauser

Zentrum für gynäkologische Tumoren in Vorarlberg Dienstag, 11. Oktober 2022, 18 Uhr
Prim. DDr. Burghard Abendstein | DGKP Eva Lojnik

„Palliative Care“ – eine Standortbestimmung Dienstag, 22. November 2022, 18 Uhr
OA Dr. Otto Gehmacher | DGKP Christoph Miller



Eine Veranstaltungsreihe von
VORARLBERGER LANDESKRANKENHÄUSER



Partner



Informationen & Anmeldung:
www.uol.at/medkonkret

