



BARMHERZIGE BRÜDER
ÖSTERREICH

granatapfel

DAS MAGAZIN
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

www.granatapfel.at · € 2,75 · 92. Jahrgang · 1/2024

Stimmungsmacher Darm

Wie Gesundheit und Psyche vom Mikrobiom beeinflusst werden. Seite 4



Hilfe bei Schmerzen

Pain Nurse, eine speziell ausgebildete Pflegekraft. Seite 12

Von Indien nach Österreich

Junge Pflegekräfte werden auf ihren Einsatz vorbereitet. Seite 22

Mit dem Tatra unterwegs

Ein seltener und außergewöhnlicher Oldtimer. Seite 30



Liebe Leserin, lieber Leser!

Der Jänner ist ein Monat des Aufbruchs. Ein neues Jahr beginnt und für viele Menschen ist das ein willkommener Anlass, mit Gewohnheiten zu brechen und Neues auszuprobieren. Die Ernährung ist da oft die erste Stellschraube. Deshalb

hat sich der „Veganuary“ etabliert. In dem Fantasiewort steckt bereits die angestrebte Ernährungsform: Den Jänner, englisch January, nutzen viele, um sich eine Zeit lang vegan zu ernähren, also auf tierische Produkte zu verzichten. Wir stellen passend dazu ein Kochbuch und drei Rezepte vor (Seiten 16 und 17).

Eine ausgewogene und gesunde Ernährung, ob vegan oder nicht, tut dem Darm gut – und damit dem allgemeinen Wohlbefinden. Sogar psychiatrische und neurologische Erkrankungen wie Depressionen, Demenz oder Parkinson können ihre Ursache im Darm haben. Wie das zusammenhängt und wie eine gesunde Darmflora bei der Behandlung dieser Krankheiten unterstützen kann, erklärt Oberarzt Dr. Markus Hutter vom Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Linz (Seiten 4 und 5).

Doch nicht nur auf den Darm sollte man achtgeben. Blasenkrebs ist gefährlich, auch weil er häufig lange Zeit unentdeckt bleibt. Primarius Dr. Anton Ponholzer vom Wiener Brüder-Krankenhaus klärt auf den Seiten 6 und 7 über die Krankheit und Behandlungsmöglichkeiten auf.

Wer 2024 vielleicht eine neue berufliche Richtung einschlagen möchte, dem seien die Artikel zum Bachelorstudium „Gesundheits- und Krankenpflege“ in Graz und zur IT-Akademie in St. Veit/Glan auf den Seiten 25 und 26 ans Herz gelegt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser und aller weiteren Artikel im Heft!

K. Weimer-Hötzeneder

Kristina Weimer-Hötzeneder, MA
Redaktion

Der Granatapfel

Symbol und Programm
der Barmherzigen Brüder

Nicht zufällig trägt das Magazin der Barmherzigen Brüder den Namen „Granatapfel“. Die Frucht ist Symbol des Ordens. Darstellungen finden sich in allen seinen Krankenhäusern, Pflege- und Gesundheitseinrichtungen. Der Granatapfel ist ein uraltes Symbol der Liebe, Fruchtbarkeit und Unsterblichkeit. Im Wappen des Ordens wurde er mit dem Kreuz verbunden. So zeigt er symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft (Kreuz), kranken und hilfsbedürftigen Menschen in Liebe (Granatapfel) Hilfe und Hoffnung zu bringen.



Gesundheit & Lebenshilfe

3 Kurzmeldungen



4 Stimmungsmacher Darm
Medizin und Forschung erkennen immer deutlicher die Bedeutung des Mikrobioms für unsere körperliche und psychische Gesundheit.

6 Ein unterschätztes Thema

8 Training für die Zellen

9 Besuch vom Therapiehund

10 Kurse für den Notfall

12 Hilfe bei Schmerzen

13 Glosse: Opferschutz

14 Aussaatkalender für Jänner

14 Gehäkelte Blüte

15 Kräuterpfarrer Benedikt: Der Sanddorn

16 Rezepte: Fleischlos ins neue Jahr

Orden & Mitarbeitende

21 Kurzmeldungen

22 Von Indien nach Österreich

23 Glosse: Friede

24 Kurzmeldungen

25 Karrieresprungbrett in die IT

26 Neuer FH-Standort in Eggenberg

Kultur & Gesellschaft

27 Kurzmeldungen

27 Nebenbei: Sympathisch?

28 Kulturhauptstadt Salzkammergut

30 Mit dem Tatra unterwegs

32 Natur: Seltsame Gebilde

Rubriken

18 Meditation: Gott ist da

20 Inspiration: Unser leidender Planet

34 Rätsel

35 Impressum



Auch im Winter sollte täglich Bewegung auf dem Programm stehen.

ELISABETHINEN KLAGENFURT

Bewegung gegen Muskelschwund

Rund die Hälfte aller über 80-Jährigen leidet unter Muskelschwund. Doch er kann auch Jüngere betreffen. „Er ist eine ernstzunehmende Zustandsveränderung, die durch mangelnde Bewegung, chronische Krankheiten, Mangelernährung und Medikamente beschleunigt werden kann“, erklärt Oberärztin Dr. Patricia Walentiny vom Elisabethinen-Krankenhaus Klagenfurt. Der Abbau der Muskeln geht oft Hand in Hand mit einer Zunahme von Fett- und Bindegewebe, was die Muskulatur schwächer und schneller ermüdbar macht. Doch mit ausgewogener, proteinreicher Ernährung und regelmäßiger körperlicher Aktivität kann man Muskelschwund entgegenwirken. Oberärztin Walentiny empfiehlt einfache Übungen im Alltag: Kniebeugen, Gehen mit großen Schritten zuhause, das Anheben und Absenken der Fersen im Sitzen, Treppen statt Aufzug und kürzere Strecken zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen.

Asthma. Das Selbsthilfebuch, von Andrea Flemmer, Verlag Quelle & Meyer, ISBN 978-3-494-01965-9, 157 Seiten, € 15,40



BUCHTIPP

Selbsthilfe bei Asthma

Asthma gehört zu den häufigsten chronischen Krankheiten. Der vom griechischen Arzt Hippokrates stammende Name bedeutet übersetzt so viel wie „schweres Atmen“ oder „keuchen“ und bezeichnet die chronisch entzündliche Erkrankung der unteren Atemwege (Bronchien). Im vorliegenden Buch beschreibt die Autorin die verschiedenen Formen der Erkrankung, wodurch sie ausgelöst und wie sie diagnostiziert werden kann. Weiters erklärt sie die vielfältigen Therapiemöglichkeiten, gibt zahlreiche Tipps, wie man mit der Krankheit bestmöglich lebt, welche Ernährung und welche Sportarten ratsam sind und welche Heilpflanzen eine Linderung bewirken können.

PFLEGEAKADEMIE WIEN

Kooperation mit CliniClowns

Wie wichtig Humor und Lachen im Genesungsprozess sind, belegen zahlreiche Studien. An der Pflegeakademie der Barmherzigen Brüder in Wien ist Humor seit dem Vorjahr Bestandteil der Ausbildung: Für Studierende des Bachelorstudiums für Gesundheits- und Krankenpflege gibt es die Lehrveranstaltung „Gepflegter Humor – Humor in der Pflege. Einführung in die kunterbunte Welt der CliniClowns.“ Vortragende ist Mag. Silvia Spechtenhauser, die künstlerische Leiterin der CliniClowns, studierte Psychologin und selbst CliniClownin seit 2004. „Wir CliniClowns freuen uns sehr über diese Zusammenarbeit. Das Wissen um die großartige Wirkung der Clown-Visiten schon den Pflegenden in der Ausbildung weiterzugeben, liegt mir ganz besonders am Herzen“, betont sie.



Mag. Silvia Spechtenhauser, hier als CliniClownin Dr. Strudel, gibt ihr Wissen an die Studierenden der Pflegeakademie weiter.

Je mehr unterschiedliche
Bakterien im Darm
vorkommen, desto besser
ist es um Gesundheit
und Psyche bestellt.



Stimmungsmacher Darm

Barmherzige Brüder Linz 📺 Die Bedeutung des Mikrobioms für die körperliche Gesundheit wird immer deutlicher. Doch auch psychische Erkrankungen können ihre Wurzeln im Bauch haben. Wie und warum, erklärt der Neurologe Oberarzt Priv.-Doz. Dr. Markus Hutter.

VON ELKE BERGER



Oberarzt Priv.-Doz.
Dr. Markus Hutter
ist Psychoonkologe
und stellvertretender
Ärztlicher Direktor
bei den Barmherzigen
Brüdern Linz.

Ob Depressionen, Angstzustände, Autismus, Demenz, Parkinson oder ALS: Viele neurologische Erkrankungen könnten ihre Ursache im Darm haben. Studien an Mäusen und erste Arbeiten an Menschen deuten darauf hin, dass unsere Darmflora diese Erkrankungen auslösen oder deren Verlauf beeinflussen kann.

„Es gibt verschiedene psychiatrische und neurologische Erkrankungen, von denen man annimmt, dass sie vom Mikrobiom verursacht oder deren Verläufe dadurch beeinflusst werden. Ein Ungleichgewicht in der Zusammensetzung der Darmflora und ihrer Botenstoffe kann zu Fehlfunktionen des Darms, des Immunsystems und damit verschiedener Organe führen. Diese können vom Kleinkindesalter bis ins hohe Alter auftreten“, erklärt Oberarzt Priv.-Doz. Dr. Markus Hutter, Psychoonkologe und stellvertretender Ärztlicher Direktor bei den Barmherzigen Brüdern

Linz. Das Mikrobiom und die Psyche beeinflussen einander dabei gegenseitig („Mikrobiota-Darm-Hirn-Achse“). So zeigen zum Beispiel Forschungen an Mäusen: Füttert man sie mit bestimmten Bakterien oder Botenstoffen, kann man depressives oder ängstliches Verhalten auslösen. „Das gilt auch für Menschen. Alleine durch die veränderte Zusammensetzung des Mikrobioms, zum Beispiel durch falsche Ernährung, Medikamente, Nikotin, Alkohol oder zu wenig Bewegung, kann es zu Verhaltensänderungen kommen. Die Betroffenen werden antriebslos, ziehen sich zurück, haben keine Interessen mehr. Es geht aber auch umgekehrt: Ein Trauma, eine Depression oder Stress können das Mikrobiom ändern“, so der Neurologe.

Bedeutet das, dass psychische Störungen durch eine Änderung des Mikrobioms geheilt werden können? „Ganz so einfach ist es leider nicht. Betroffene benötigen zunächst Medikamente

und eine Gesprächstherapie, aber durch eine Änderung des Lebensstils verbessert sich auch das Mikrobiom. So kommt man eventuell schneller aus einer depressiven Phase oder hat schwächere Symptome“, erklärt Oberarzt Hutter. Denn 95 Prozent unseres Serotonins, des Glücks- bzw. Anti-Depressions-Hormons in unserem Gehirn, werden im Darm produziert. Sind hier schlechte Bakterien in der Überzahl, hat dies einen Einfluss auf die Darmzellen, die Hormone und Botenstoffe produzieren.

Ein komplexes System

Je mehr unterschiedliche Bakterien im Darm vorkommen, desto besser ist es um Gesundheit und Psyche bestellt. Die Gesamtheit aller Darmbakterien ist vergleichbar mit dem komplexen Ökosystem eines Regenwalds. Kommt es zu einer Störung, gerät das Ökosystem durcheinander. Für einen gesunden Darm ist diese Diversität entscheidend: „Umso mehr Arten von Bakterien wir haben, desto besser ist es. Schlechte Darmbakterien, wie die Fäulnisbakterien (Coli-Bakterien), erzeugen beim Abbau von Proteinen eine Reihe von toxischen Substanzen. Natürliche Gegenspieler sind Lakto- und Bifidobakterien – diese halten das Darmmilieu im Gleichgewicht. Je gesünder man also lebt, umso besser ist es für das Mikrobiom“, betont Priv.-Doz. Hutter.

Was sollte man essen, damit das Mikrobiom von vornherein so divers wie möglich bleibt? „Untersuchungen bei den Hadza, einer Volksgruppe in Tansania, haben gezeigt, dass diese sich durch ein abwechslungsreiches Mikrobiom auszeichnen. Das liegt vor allem an der hohen Konzentration von Ballaststoffen in der Nahrung“, weiß der Psychoonkologe. Auch Versuche an Mäusen belegen: je ballaststoffreicher die Ernährung, umso gesünder der Darm.

Was Ballaststoffe so wichtig macht, sind die enthaltenen Präbiotika: Die nicht verdaulichen Bestandteile, wie sie etwa in Zwiebeln, Chicorée oder Artischocken vorkommen, dienen Bakterien der Gattungen *Lactobacillus* und *Bifidobacterium* als Nahrung. Damit fördern Präbiotika Wachstum und Aktivität

Ein Ungleichgewicht in der Zusammensetzung der Darmflora kann zu Fehlfunktionen des Darms, des Immunsystems und damit verschiedener Organe führen.

der „guten“ Bakterien im Darm – und so die Gesundheit. „Wichtiger als alle Prä-, Pro- oder Postbiotika sind daher eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung bzw. Sport, ausreichend Schlaf sowie die Reduktion von Stress. So bleibt der Darm und somit auch der Mensch gesund“, betont Dr. Hutter. ■

Mikrobiom

Als Mikrobiom (oder Mikrobiota) bezeichnet man die Gesamtheit aller Mikroorganismen (u. a. Bakterien, Viren und Pilze), die sich in unserem Körper befinden. Es sind bei jedem Menschen 100 Billionen Exemplare, die bis zu 1,5 Kilogramm wiegen. Der Großteil findet sich im Darm. Sie beeinflussen direkt oder indirekt Hormon- und Immunsystem, Verdauung, Stoffwechsel, die Funktion verschiedener Organe und sogar das Gehirn. Die individuelle Zusammensetzung formt sich in den ersten Lebensjahren. „Es entwickelt sich ab der Geburt. Das Baby selbst hat noch keine Bakterien oder Viren im Darm. Durch den Geburtsvorgang werden die ersten Keime von der Mutter auf das Baby übertragen. Auch Stillen beeinflusst das Mikrobiom. Durch die Muttermilch werden Bakterien nicht nur aufgenommen, sondern auch ernährt“, erklärt Dr. Hutter. Im Laufe der Kindheit ändert sich dann sowohl die Anzahl wie auch die Zusammensetzung des Mikrobioms: „Wie ein Fingerabdruck ist das Mikrobiom jedes Menschen einzigartig. Es wird aber durch äußere Umstände wie Jahreszeiten, Klima, Temperatur, Umwelt, Medikamente oder Ernährung beeinflusst.“ Sowohl Krankheitserreger als auch Antibiotika schädigen das Mikrobiom.

Wichtig sind eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung, ausreichend Schlaf sowie die Reduktion von Stress.

Ein unterschätztes Thema

Barmherzige Brüder Wien 🏥 Jährlich erkranken in etwa 1.600 Österreicher:innen an Blasenkrebs. Rund 75 Prozent davon sind Männer. Besonders oft betroffen sind Raucher:innen. Je nach Stadium gibt es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten.

VON CHRISTA PRAHER-ENNÖCKL



Primarius Priv.-Doz. Dr. Anton Ponholzer ist Vorstand der Abteilung für Urologie und Andrologie am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien.

„Blasenkrebs tritt am häufigsten bei Menschen zwischen dem sechsten und achten Lebensjahrzehnt auf. Drei Viertel der Betroffenen sind Männer“, erklärt Primarius Priv.-Doz. Dr. Anton Ponholzer, Vorstand der Abteilung für Urologie und Andrologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien. „Rauchen ist einer der Hauptrisikofaktoren für Blasenkrebs. Die krebserregenden Stoffe beim Rauchen gelangen ins Blut und werden von den Nieren in der Folge aus dem Blut rausgefiltert. Danach gelangen diese Stoffe in die Harnblase und lagern sich dort ab. Daher bedingt Rauchen Blasen- oder auch Nierenkrebs. Auch langer Kontakt zu Chemikalien kann Blasenkrebs erzeugen.“

Geht die Krebserkrankung von der Schleimhaut in der Blase aus und betrifft noch nicht das Muskelgewebe, spricht man von nicht muskelinvasivem Blasenkrebs. Diese Form des Blasenkrebses ist gut behandelbar. Wichtig dabei ist: Da Blasenkrebs immer wieder auftreten kann, sind nach einer Behandlung lebenslange Nachsorgeuntersuchungen durchzuführen.

Sollte der Krebs bereits in die Muskelschicht der Harnblase eingewachsen sein, bezeichnet man dies als muskelinvasiven Blasenkrebs.

Häufig sind dabei auch bereits umliegende Organe betroffen. Bei dieser Krebsart ist es meist notwendig, die Harnblase komplett zu entfernen. Sollten Krebszellen bereits gestreut haben und bösartige Tumore auch in anderen Organen auftreten, spricht man von metastasierendem Blasenkrebs.

Symptome

Blasenkrebs bleibt in einem frühen Stadium häufig unentdeckt, da es keine eindeutigen Symptome gibt. Am ehesten wird Blut im Harn bemerkt, weitere Anzeichen können beispielsweise Probleme beim Wasserlassen, Schmerzen im Unterleib, tröpfchenweises Urinieren oder auch häufiger Harndrang sein. All das kann, muss aber kein Anzeichen für Blasenkrebs sein. Priv.-Doz. Dr. Ponholzer erklärt, was bei diesen Beschwerden am besten zu tun ist: „Sollten solche Beschwerden auftreten, sind diese auf jeden Fall ernst zu nehmen. Man sollte einen Facharzt für Urologie aufsuchen und diese ärztlich abklären lassen. Dabei werden ein ausführliches Patientengespräch und eine körperliche Untersuchung durchgeführt. Auch eine Harnanalyse wird gemacht. Sollte sich dabei der Verdacht auf Blasenkrebs erhärten, steht als Nächstes die Blasen Spiegelung an, mittels derer am besten ein Tumor in der Blase entdeckt werden kann.“





Bei muskelinvasivem Blasenkrebs muss fast immer die Harnblase entfernt werden. Im Wiener Brüder-Spital werden rund 25 Totalentfernungen pro Jahr mit dem *daVinci*® Operationssystem durchgeführt. Gesteuert wird es von einer Konsole aus.

Diagnose und Behandlung

Bei der Blasenspiegelung wird die Harnblase von innen her betrachtet. Nach der örtlichen Betäubung der Harnröhre führt der Arzt oder die Ärztin das Zytoskop durch die Harnröhre in die Harnblase ein. Aus dem Inneren der Harnblase werden nun Bilder mittels Kamera, die sich auf der Spitze des Zytoskops befindet, auf einen Monitor übertragen. So kann die Ärztin oder der Arzt Veränderungen in der Schleimhaut erkennen. Falls Veränderungen in der Schleimhaut erkannt werden, kann im Rahmen der Blasenspiegelung auch eine Gewebeprobe der verdächtigen Stelle entnommen werden, die in weiterer Folge zur Untersuchung ins Labor geschickt wird. Sollte die Gewebeprobe den Verdacht auf Blasenkrebs erhärten, steht als weitere Untersuchungsmethode die sogenannte Blasenresektion an.

Die Blasenresektion kann in Teil- oder Vollnarkose durchgeführt werden. Dabei werden Gewebeproben aus tieferen Schichten der Blasenwand entnommen. Diese Gewebeproben werden unter dem Mikroskop untersucht, und anhand der Ergebnisse kann beurteilt werden, in welche Schichten der Blasenwand der Krebs eingewachsen ist. Kleinere, oberflächlichere Tumore können im Rahmen dieser Untersuchung auch direkt

Blasenkrebs tritt am häufigsten bei Menschen zwischen dem sechsten und achten Lebensjahrzehnt auf.

abgetragen werden. Zeigt die anschließende Untersuchung unter dem Mikroskop, dass das Krebsgewebe komplett entfernt werden konnte, sind keine weiteren Operationen oder Behandlungen notwendig. Regelmäßige Nach- und Kontrolluntersuchungen stehen jedoch auf dem Programm.

Sollte bereits die Muskelschicht der Harnblase betroffen sein, sind weitere Untersuchungen, Behandlungen und auch Operationen notwendig. Bei muskelinvasivem Blasenkrebs muss in den meisten Fällen die Harnblase entfernt werden. Im Rahmen dieser Operation muss auch eine neue Form der Ableitung des Harns geschaffen werden. Zwei Möglichkeiten dafür gibt es: Entweder wird eine Ersatzblase im Bauchraum aus einem Stück Dünndarm geformt und Harnröhre und Harnleiter werden an diese „Ersatzblase“ angeschlossen. Mit der Zeit und einer gewissen Übung funktioniert das Urinieren auch mit Ersatzblase wieder weitestgehend normal. Oder der Urin wird außerhalb des Körpers in einem sogenannten Stomabeutel gesammelt. Dann ist ein regelmäßiges Entleeren notwendig. ■

Training für die Zellen

Kurhaus Schärding 🏠 Die „Intervall Hypoxie Hyperoxie Therapie“ (IHHT) ist ein optimales Training für die Zellen unseres Körpers. Sie kann zum Beispiel bei der Vitalisierung nach Infektionen und Covid helfen.

VON KURHAUS SCHÄRDING

Das Zelltraining nach der IHHT-Methode gehört zu den Sauerstofftherapien und ist eine Form des simulierten Höhentrainings zur Verbesserung der Energiegewinnung in den Kraftwerken der Zellen, den Mitochondrien. Es optimiert die Sauerstoffaufnahme und führt zu einer besseren Durchblutung sowie zu einem angekurbelten Stoffwechsel. Spitzensportler:innen nutzen schon seit Langem die Vorteile des Höhentrainings, wie zum Beispiel tiefgreifende Regeneration, Hilfe bei Erschöpfung und Müdigkeit, Verbesserung der Stresstoleranz und Gewichtsreduktion. Das erfahrene MED-Team des Kurhauses Schärding erstellt gemeinsam mit Ihnen Ihr persönliches Trainingsprogramm.

Das Zelltraining unterstützt bei:

- metabolischem Syndrom
- leichten Lungenfunktionsstörungen
- Vitalisierung nach Infektionen, Covid ...

Das Zelltraining führt zu:

- verbesserter Blutdruckregulation sowie Mikrozirkulation
- verbessertem Zellstoffwechsel und optimierter Leberfunktion
- verbesserter Regeneration bei Erschöpfung, Stress und Unruhe ■

INFO & BUCHUNG:

Kurhaus Schärding Barmherzige Brüder

Kurhausstraße 6, 4780 Schärding

Tel.: 07712/3221

E-Mail: kurhaus@bbschaerd.at

Internet: www.kurhaus-schaerding.at



Das Zelltraining optimiert die Sauerstoffaufnahme und führt zu einer besseren Durchblutung.





Therapiebegleithund Prion freut sich über das Leckerli von einem Patienten.

Auch die Krankenhausleitung ist von Prion begeistert.

Besuch vom Therapiehund

Barmherzige Brüder Eisenstadt 🐾 Prion ist „der Neue“ auf der Palliativstation des Krankenhauses. Die Besuche des französischen Wasserhunds, der von seiner Besitzerin Karin Prior zu einem Therapiebegleithund ausgebildet wurde, finden Begeisterung beim Team und bei den Patient:innen.

VON NINA HORAK

Prion, ein vierjähriger Rüde aus Tirol, erweist sich als Liebling auf der Palliativstation des Eisenstädter Brüder-Krankenhauses. Seine Anwesenheit beeinflusst die Stimmung positiv und schafft Verbindungen zwischen Patient:innen, Pflegepersonal und Ärzt:innen. Die unvoreingenommene Art von Prion ermöglicht es den Menschen, ihre Schwächen für einen Moment zu vergessen.

Lebensbejahende Form der Medizin

Die palliative Versorgung unter der medizinischen Leitung von Primarius Univ.-Prof. Dr. Andreas Püspök richtet sich an Menschen mit einer fortschreitenden unheilbaren Krankheit. Die ganzheitliche Betreuung, die medizinische, soziale, psychologische und spirituelle Aspekte umfasst, wird durch Prions tiergestützte Therapie bereichert.

Prion trägt dazu bei, die Atmosphäre auf der Palliativstation zu verändern. Wie Mathilde Weghofer, Stationsleiterin und Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, beobachtet: „Wenn die Patient:innen mit Prion in

Kontakt sind, verbessert sich ihre Stimmung. Die Patient:innen werden ruhiger und ansprechbarer oder es werden Bewegungen möglich, beispielsweise um den Hund zu streicheln oder Leckerli zu geben.“

Trost und Freude

Die Magie von Prion liegt in seiner Unvoreingenommenheit und der Fähigkeit, ohne jegliche Bewertung auf die Menschen zuzugehen. „Der Hund löst Reize aus, die Menschen aus ihrer Isolation holen. Das lässt sie ihre Schwächen für kurze Zeit vergessen“, erklärt seine Besitzerin Karin Prior.

Der wöchentliche Besuch des Duos ist nun eine feste Institution, die volle Unterstützung der Krankenhausleitung erfährt. Prions Besuche werden zum verbindenden Element zwischen palliativer Versorgung und menschlicher Zuwendung. Die einfühlsame Arbeit des Hundes trägt dazu bei, dass die Patient:innen besondere Abwechslung und Lebensfreude erfahren.

Die Verbindung zwischen Mensch und Tier auf der Palliativstation zeigt, wie tiergestützte Therapie und ganzheitliche palliative Betreuung in schwierigen Zeiten Trost und Freude bringen. Liebe und Mitgefühl können in jeder Form, selbst mit Fell bedeckt, heilende Kräfte freisetzen. Prions Besuch hinterlässt nicht nur Pfotenabdrücke im Krankenhaus, sondern vor allem in den Herzen der Patient:innen und des gesamten Teams. ■

Prions Besuch hinterlässt nicht nur Pfotenabdrücke im Krankenhaus, sondern vor allem in den Herzen der Menschen.

Kurse für den Notfall

Barmherzige Brüder Salzburg 🏥 In einem Krankenhaus sind Notfallmedizin-Kurse besonders wichtig, weil bei kranken Menschen die Wahrscheinlichkeit eines medizinischen Notfalls besonders groß ist. Im Brüder-Krankenhaus Salzburg finden diese Kurse seit dem Vorjahr nach den Vorgaben des Europäischen Rats für Wiederbelebung statt.

VON OBERÄRZTIN DR. CLAUDIA NAGL UND PRIMARIUS PRIV.-DOZ. DR. PETER PAAL



Dr. Claudia Nagl ist Oberärztin an der Abteilung für Anästhesie und Intensivmedizin bei den Barmherzigen Brüdern Salzburg.



Primarius Priv.-Doz. Dr. Peter Paal MBA PM.ME EDAIC EDIC ist Vorstand der Abteilung für Anästhesie und Intensivmedizin im Brüder-Krankenhaus Salzburg.

Notfallmedizin-Kurse in einem Krankenhaus sind deshalb wichtig, weil je kranker jemand ist, desto wahrscheinlicher ist es, dass ein Notfall eintritt. Im schlimmsten Fall geht er mit einem Herzstillstand und dem Tod einher. Mit der entsprechenden Schulung und Prävention kann man einen Notfall und einen Herzstillstand oft verhindern. Notfallmedizin-Kurse gibt es in vielen Krankenhäusern. Nur wenige führen derzeit Kurse nach den Vorgaben des Europäischen Rats für Wiederbelebung (ERC) durch, die auch vom ERC zertifiziert werden. Das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Salzburg ist damit bundesweit Vorreiter.

Der Europäische Rat für Wiederbelebung befasst sich wissenschaftlich mit instabilen Patient:innen vor einem Herzstillstand und der Herz-Lungen-Wiederbelebung. Insbesondere fördert er die Forschung, die Publikation relevanter Forschungsergebnisse, die Entwicklung und Publikation von Behandlungsrichtlinien und die Durchführung von Kursen.

Der Österreichische Rat für Wiederbelebung (ARC) ist die Fachgesellschaft in Fragen der Herz-Lungen-Wiederbelebung sowie Dachorganisation für ERC-Kurs-Zentren in Österreich. Kurse in Erwachsenen-, Kinder- und Neugeborenen-Wiederbelebung sowie in der Ausbildung für Instruktor:innen ziehen eine große Zahl von Teilnehmer:innen an. Ein weiterer Schwerpunkt des ARC ist die Übersetzung und Verbreitung der jeweils geltenden internationalen ERC-Wiederbelebungs-Leitlinien.

Der ARC beteiligt sich an Kongressen, veranstaltet Symposien und Fortbildungstage und fördert das Bewusstsein für das Thema Herzstillstand. In der Generalversammlung im Jänner 2023 wurde Dr. Joachim Schlieber vom UKH Salzburg zum Vorsitzenden ernannt. Mit seiner Hilfe konnten wir im Laufe des ersten Halbjahres 2023 das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Salzburg zum offiziellen ERC-Kurszentrum für Immediate-Life-Support-Kurse¹ küren und die dafür notwendige Organisation aufbauen.

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Der ILS-Kurs vermittelt essenzielles Wissen und Praxistraining, um als Ersthelfer:in sowohl allein als auch in der Gruppe kritisch kranke Patient:innen kompetent und zügig zu betreuen, den Herz-Kreislauf-Stillstand möglichst zu verhindern und falls nötig die Herz-Lungen-Wiederbelebung ohne Verzögerung zu beginnen und qualitativ hochwertig bis zur Übergabe der Patientin bzw. des Patienten an ein medizinisches Notfallteam sicherzustellen.

Zusätzlich zum Basiswissen eines Basic-Life-Support-Kurses² kommen beim ILS-Kurs auch einfaches Atemwegsmanagement, manuelles Defibrillieren, einfache Herzrhythmusdiagnostik, alternative Venenzugänge, Medikamente in der Herz-Lungen-Wiederbelebung und anwenderangepasste Trainings sowie weiterführende Entscheidungen am Lebensende und in der Phase nach erfolgreicher Herz-Lungen-Wiederbelebung in das Programm. Vorrangig werden im Kurs praxisorientierte



In Kleingruppen wurden notfallmedizinische Kenntnisse und Fertigkeiten geübt und gefestigt.

Vorrangig werden im Kurs Fertigkeiten wie etwa Situationsbewusstsein, Teamwork, Aufgabenverteilung und effektive Kommunikation geschult.

Simulationen, nicht-technische Fertigkeiten wie etwa Situationsbewusstsein, Teamwork, Aufgabenverteilung und effektive Kommunikation geschult. Vor dem Kurstag haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit, auf der Website des ERC nach eigenem Ermessen theoretisches Wissen durchzuarbeiten und aufzufrischen sowie den verpflichtenden Eingangstest durchzuführen.

Kurse für Critical-Care-Mitarbeitende

Im vergangenen Sommer konnten wir die ersten drei ERC-zertifizierten ILS-Kurse durchführen und 43 Diplome ausstellen. Bei den Kursen wurden jeweils in Kleingruppen von zumeist sechs Teilnehmer:innen und bis zu vier Instruktor:innen einen Tag lang notfallmedizinische Kenntnisse und Fertigkeiten geübt und gefestigt. Für die Durchführung wurden auch fünf externe Instruktor:innen aus unterschiedlichen Fachgebieten wie etwa Flugrettung und kardiologische Intensivstation eingeladen. Damit gab es die Möglichkeit, interprofessionell und interdisziplinär viel voneinander zu lernen.

Für die Zukunft ist geplant, alle Mitarbeiter:innen des Critical-Care-Bereichs in unserem Haus, das heißt alle Ärzt:innen sowie Pflegekräfte der internistischen Notaufnahme, der Endoskopie, des OP-Bereichs und der Intensivstation, mittels ILS-Kurs zu schulen. Das ILS-Diplom ist drei Jahre gültig. Hausintern wurde vereinbart, dass das Diplom zumindest jedes zweite Jahr mit einem zweistündigen Rezertifizierungskurs aufgefrischt wird. Für neue Mitarbeiter:innen des Critical-Care-Bereichs werden jährlich ERC-ILS-Kurse angeboten. Für alle anderen Mitarbeiter:innen wird es weiterhin die BLS-Kurse geben.

Die Implementierung der ILS-Kurse ist eine bedeutende Aufwertung der notfallmedizinischen Versorgung von Patient:innen in unserem Krankenhaus. Patientensicherheit und -versorgung profitieren dadurch deutlich. Nicht zuletzt sollen durch den Kurs die Atmosphäre des Miteinanders, das Teamwork und die Wertschätzung füreinander, trotz stressiger und herausfordernder Situationen im Arbeitsalltag, gestärkt werden. ■

- 1 Immediate Life Support (ILS) =
Unmittelbare lebensrettende Maßnahmen
- 2 Basic Life Support (BLS) =
Lebensrettende Basismaßnahmen

Hilfe bei Schmerzen

Viele ältere Menschen leiden unter chronischen Schmerzen – ohne Hoffnung auf eine Besserung. Andere können gar nicht mehr ausdrücken, dass sie unter Schmerzen leiden. In solchen Fällen kann eine speziell ausgebildete Pflegekraft, die „Pain Nurse“, helfen.

VON JESSICA WINKELBAUER DGKP



Jessica Winkelbauer DGKP hat die Weiterbildung „Pain Nurse“ absolviert und war bis vor Kurzem in der Pflege in der Alten- und Betreuungseinrichtung der Barmherzigen Brüder in Kitzendorf tätig.

**Jeder Mensch
empfindet
und äußert
Schmerzen
anders.**

Nicht selten leiden Menschen seit Jahren an chronischen Schmerzen. Durch den langen Leidensweg ist kaum mehr Hoffnung auf Besserung vorhanden und die Motivation, den Alltag trotz starker Schmerzen zu bewältigen, schwindet mit jedem Tag mehr. Genau hier kommt es häufig schnell zum Vorurteil bei pflegenden Angehörigen, Pflegekräften und Ärzt:innen, dass Schmerzen im Alter einfach dazugehören. Die von Schmerz geplagten Personen werden durch diese Sichtweise abgewertet und oft zu wenig ernst genommen. Jedoch sollte man nicht vergessen, dass jeder Mensch ein Recht auf Schmerzlinderung hat. Das Ziel ist, die Schmerzen auf ein erträgliches Maß zu reduzieren.

Doch was machen, wenn jemand nicht mehr sagen kann, wo es wehtut? Wenn auf die Frage „Wie stark ist Ihr Schmerz?“ keine Antwort mehr kommt, weil jemand beispielsweise dement ist oder aus anderen Gründen nicht antwortet. Oft sind Pflegekräfte mit dieser Situation überfordert. Die Schmerzen werden falsch oder nicht ausreichend eingeschätzt und so kommt es nicht selten vor, dass die gesetzten schmerzlindernden Maßnahmen nicht die erwünschte Wirkung erzielen. Hier kommt die „Pain Nurse“ (Schmerzexpertin) ins Spiel.

Ausgebildete Schmerzexpertin

Bei der Weiterbildung zur „Pain Nurse“ handelt es sich um einen vertieften Wissenszuwachs rund um das Thema Schmerz, der weit über das Erlernte in der Ausbildung zur Pflegefachkraft hinausgeht. Die „Pain Nurse“-Ausbildung schließt mit einer wissenschaftlichen Arbeit und einer kommissionellen Prüfung ab. Diese umfasst die Herleitung und Entstehung von Schmerz, Klassifikationen

sowie Schmerzlinderung durch medikamentöse und nicht medikamentöse (komplementäre) Maßnahmen.

Die Weiterbildung zur Pain Nurse hat mir neue Sichtweisen eröffnet und meinen Blick auf die Pflege verändert. Mir wurde noch mehr bewusst, wie wertvoll unser bestmögliches Handeln für Schmerzpatient:innen ist und was alles geleistet werden kann, wenn man mit viel Liebe und Engagement seinen Beruf ausübt. Besonders toll finde ich, dass komplementäre Methoden für jeden etwas sind. Bei richtiger Anwendung gibt es auch keine Nebenwirkungen. Natürlich sollte nicht vergessen werden, dass oft schon eine Umarmung oder ein wertschätzendes Gespräch zur Schmerzlinderung beitragen kann und es nicht immer gleich eine Tablette sein muss.

Schmerzen richtig einschätzen

Meines Erachtens ist die größte Herausforderung, Schmerzen richtig einzuschätzen, da jeder Mensch Schmerzen anders empfindet und äußert. Der eine still in sich gekehrt und wortlos, der andere laut. Daher ist der Blick auf das Gesamtbild jedes Einzelnen unerlässlich.

Wichtig ist es, Menschen mit Schmerzäußerungen ernst zu nehmen und nicht wegzuschauen. Gemeinsam sollte versucht werden, passende Lösungen und Bewältigungsstrategien zu finden, die es ermöglichen, den Betroffenen zumindest einen Teil ihrer Lebensqualität zu erhalten oder zurückzugeben.

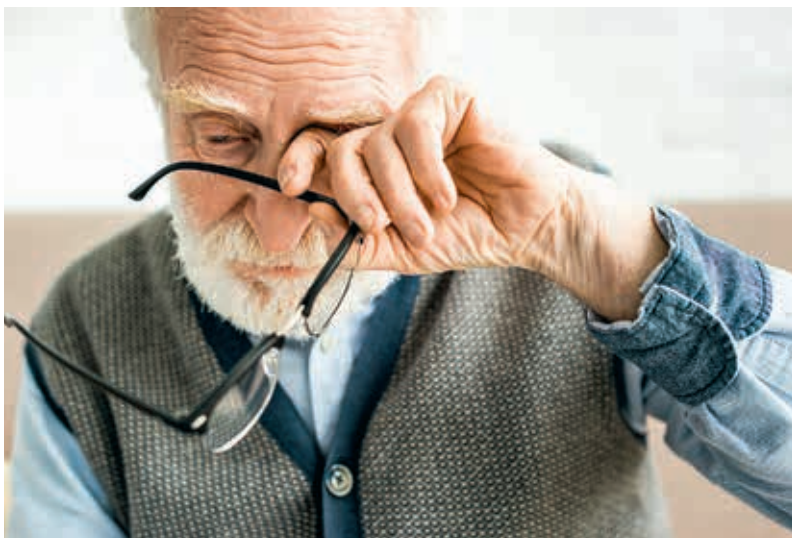
Wohltuende Wickel

Im Zuge der Ausbildung habe ich mich besonders für die komplementären Maßnahmen interessiert. Durch die Anwendung in der

Praxis habe ich erkannt, wie gut Wickel und Kompressen von einigen Bewohner:innen angenommen werden. Denn auch die kleinsten Dinge können von großer Bedeutung sein. Für einige Menschen ist es nur ein Tupfer, der gut riecht, für andere kann er eine Vielzahl guter Emotionen und große Wirkungen auslösen.

Bei den komplementären Methoden handelt es sich um pflegerische Anwendungen, die mit Naturheilmitteln wie Hydrolaten (Blütenwasser) oder ätherischen Ölen aus Heilpflanzen auf der Haut zur Anwendung kommen. Durch temperierte Wärme- oder Kältewickel und Kompressen kann die Anwendung noch zusätzlich verstärkt werden. Wickel haben außerdem einen positiven Nebeneffekt: Durch ihre angenehme, umhüllende Eigenschaft bewirken sie ein wohltuendes Gefühl im Körper. Die Anwendungen müssen aber immer individuell an die betroffene Person und deren Wünsche sowie an das Krankheitsbild und die Beschwerden angepasst werden. ■

Wichtig ist es, Menschen mit Schmerzäußerungen ernst zu nehmen und nicht wegzuschauen.



Direktor Adolf Inzinger ist Gesamtleiter der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder.

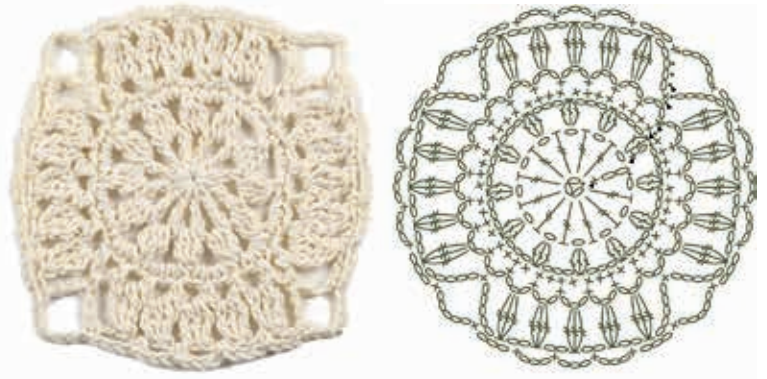
Opferschutz

Opfer von Gewalttaten oder traumatischen Ereignissen benötigen eine ganzheitliche Betreuung, die nicht nur die körperlichen Verletzungen, sondern auch die psychischen und emotionalen Folgen berücksichtigt. Für die Versorgung der Betroffenen gibt es in den Krankenhäusern Opferschutzgruppen, die aus speziell geschulten Pflegekräften und Mediziner:innen bestehen. Sie tragen durch eine psychosoziale Unterstützung und Beratung zur ganzheitlichen Versorgung der Gewaltopfer bei.

Diese Pflegekräfte und Mediziner:innen sind oft die Ersten, die mit Opfern in Kontakt kommen, die eine Misshandlung mitunter nicht zugeben möchten oder können. Wenn sie Anzeichen und Symptome für Gewalt erkennen, so können sie frühzeitig eingreifen und den Opfern Zugang zu Unterstützung und Schutz ermöglichen, bevor die Situation möglicherweise weiter eskaliert.

Opferschutzgruppen können auch „sichere Umgebungen“ schaffen, in denen sich die mitunter schwer traumatisierten Personen öffnen und wieder zu anderen Menschen Vertrauen aufbauen können. Dies ist entscheidend für den Heilungsprozess und die Bereitschaft der Opfer, Unterstützung anzunehmen.

Ende November fand das Gründungssymposium des Österreichischen Dachverbands für Opferschutzgruppen im Gesundheits- und Sozialbereich in Kritzensdorf statt. Opferschutzgruppen sind im Gesundheitsbereich von großer Bedeutung, da sie dazu beitragen, die physische und psychische Gesundheit von Gewalt- und Missbrauchsoptionen zu verbessern oder manchmal überhaupt erst wieder herzustellen. Die Arbeit von Opferschutzgruppen ist somit auch für die Gesellschaft von größter Bedeutung.



Aussaatkalender

Jänner 2024

1	M	🍎	
2	D	🍎 bis 13 ⁰⁰	🌱 ab 14 ⁰⁰
3	M	🌱	
4	D	🌱 bis 15 ⁰⁰	
5	F	🌱 ab 0 ⁰⁰	
6	S	🌱 bis 8 ⁰⁰	🌸 ab 9 ⁰⁰
7	S	🌸 bis 18 ⁰⁰	🍎 ab 19 ⁰⁰
8	M	🍎	
9	D	🍎 bis 13 ⁰⁰	🍎 ab 14 ⁰⁰
10	M	🍎 1 ⁰⁰ bis 4 ⁰⁰	
11	D	🍎	
12	F	🍎 bis 15 ⁰⁰	🌱 16 ⁰⁰ bis 23 ⁰⁰
13	S	-	
14	S	🌸 ab 1 ⁰⁰	
15	M	🌸 bis 16 ⁰⁰	🌱 17 ⁰⁰ bis 18 ⁰⁰
16	D	🌱 ab 1 ⁰⁰	
17	M	🌱 bis 10 ⁰⁰ und ab 19 ⁰⁰	
18	D	🌱 bis 8 ⁰⁰	🍎 ab 9 ⁰⁰
19	F	🍎	
20	S	🍎 bis 3 ⁰⁰	🌱 ab 4 ⁰⁰
21	S	🌱	
22	M	🌱 bis 8 ⁰⁰	🌸 ab 9 ⁰⁰
23	D	🌸 ab 22 ⁰⁰	
24	M	🌸	
25	D	🌸 bis 4 ⁰⁰	🌱 ab 5 ⁰⁰
26	F	🌱 bis 21 ⁰⁰	🍎 ab 22 ⁰⁰
27	S	🍎	
28	S	🍎	
29	M	🍎	
30	D	🍎 bis 4 ⁰⁰	🌱 ab 5 ⁰⁰
31	M	🌱 bis 16 ⁰⁰	

Pflanzzeit

Der Kalender gibt Ratschläge, wann nach dem Stand des Mondes für bestimmte Pflanzen der richtige Zeitpunkt zum Säen, Pflanzen, Pflegen und Ernten ist:

- 🌱 Wurzeltage = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Wurzelbereich
- 🌱 Blatttage = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Blattbereich
- 🌸 Blütentage = für Blütenpflanzen
- 🍎 Fruchttage = für Pflanzen, die im Bereich des Samens Früchte bilden
- Pflanzzeit = beste Zeit zum Pflanzen und Umpflanzen

Gehäkelte Blüte

Mehrere dieser gehäkelten Blüten können beispielsweise zu einem Kissenüberzug, einer Decke oder einem Wandbehang zusammengefügt werden.

Material

Garn Scheepjes Softfun, dünnes DK-Garn (light worsted), in Lace (2426), Häkelnadel Stärke 4

Anleitung

3 Lm häkeln, Ring mit 1 Km schließen

Runde 1: (1 fM, 2 Lm) in den Ring (zählen als 1. DStb), [1 Lm, 1 DStb in den Ring] 11-mal, 1 Lm, mit 1 Km in 1. DStb verbinden. (12 DStb, 12 Lm)

Runde 2: (1 fM, 1 Lm, 1 Mgr aus 2 Stb) in 1. Lm (zählen als 1. Mgr aus 3 Stb), [3 Lm, 1 Mgr aus 3 Stb in nächste Lm] 11-mal, 3 Lm, mit 1 Km in 1. Mgr aus 3 Stb verbinden. (12 Mgr aus 3 Stb, 12 Lm-Bg)

Runde 3: Je 4 fM in jd Lm-Bg, mit 1 Km in 1. fM verbinden. (48 fM)

Runde 4: 1 fM in nächste M, [3 Lm, 1 M auslassen, 1 fM in nächste M] 23-mal, 3 Lm, mit 1 Km in 1. fM verbinden. (24 fM, 24 Lm-Bg)

Runde 5: 1 Km in 1. Lm, 1 fM in Lm-Bg, * 5 Lm, [1 Mgr aus 3 DStb in nächsten Lm-Bg, 2 Lm] 4-mal, 1 Mgr aus 3 DStb in nächsten Lm-Bg, 5 Lm, 1 fM in nächsten Lm-Bg; noch 3-mal wdh ab*, letzte fM auslassen und mit 1 Km in 1. fM verbinden. (20 Mgr aus 3 DStb, 4 fM, 16 Lm-Bg aus 2 Lm, 8 Lm-Bg aus 5 Lm)

Runde 6: Je 1 Km in erste 3 Lm, 1 fM in Lm-Bg aus 5 Lm,* [3 Lm, 1 fM in nächsten Lm-Bg aus 2 Lm] 4-mal, 3 Lm, 1 fM in Lm-Bg aus 5 Lm, 5 Lm, 1 fM in Lm-Bg aus 5 Lm; nach 3-mal wdh ab* und letzte fM auslassen, mit 1 Km in 1. fM verbinden. (24 fM, 20 Lm-Bg aus 3 Lm, 4 Lm-Bg aus 5 Lm)

Zum Schluss das Garn befestigen und die Enden vernähen

Zeichenerklärung/Abkürzungen

- Luftmasche (Lm), • Kettmasche (Km), + feste Masche (fM),
- † Stäbchen (Stb), ‡ Doppelstäbchen (DStb)
- Bg = Bogen, Mgr = Maschengruppe



Anleitung aus:
100 prachtige Häkelquadrate.
 Inspiriert von den schönsten Fliesen aus aller Welt, von Sarah Callard (Hg.), Stocker-Verlag, ISBN 978-3-7020-2084-2, 176 Seiten, € 19,90

Der Sanddorn

Vielfache Hilfe für Körper und Geist, speziell auch für ältere Menschen, versprechen die Beeren und Blüten des Sanddorns.

VON KRÄUTERPFARRER BENEDIKT FELSINGER



Benedikt Felsinger ist Prämonstratenser des Stiftes Geras. Als Nachfolger des legendären Kräuterpfarrrer Weidinger gilt sein Engagement der Vermittlung von Heilkräuter-Wissen.

Die Lebenserwartung beim Menschen ist mittlerweile deutlich höher als noch in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Es ist erstaunlich, wie fit sich manche unserer Bekannten halten können, selbst dann, wenn einmal der 80er oder sogar der 90er überschritten wurde. Gewiss kennen wir zugleich auch jene, die sich mit dem Alter sehr schwertun und über eine lange Zeit auf Hilfe und Pflege angewiesen sind. Wir wissen ebenso, dass vor allem das Köpfchen hell und der Geist wach bleiben sollen. So möchte ich heute den Sanddorn als Hilfe für den ganzen Körper vorstellen und die Aufmerksamkeit auf einen wachen Intellekt hinlenken.

Beeren mit viel Vitamin C

Ich selbst habe vor Jahren Sanddornpflanzen in einen Garten gesetzt. Dieses zweihäusige Gewächs hat einiges zu bieten. Die orange leuchtenden Früchte ziehen jeden Herbst die Blicke der Vorübergehenden durch ihren Farbakzent an. Ganz besonders gut schmecken die Beeren vor allem den Fasanen, die sich daran gütlich tun. In diesen wertvollen Gaben steckt viel an Vitamin C sowie an Fruchtsäuren und Mineralstoffen. All diese Inhaltsstoffe sind auch sehr hilfreich, wenn es gilt, sich als betagter Mensch um seine Gesundheit zu kümmern. In Reformhäusern und Apotheken wird man entsprechende Produkte finden.

Tee gegen Vergesslichkeit

Von Hermann-Josef Weidinger gibt es darüber hinaus noch eine Empfehlung für die Verwendung der Blüten der männlichen Sanddorn-Sträucher. Die Blüten bilden die Grundlage für einen speziellen Aufguss, der folgendermaßen zubereitet wird: Man nimmt die Blüten herab

und trocknet sie sorgfältig. Zwei Teelöffel davon mit einem Viertelliter kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten lang zugedeckt ziehen lassen. Während dieser Zeit lösen sich die ätherischen Öle und die Gerbstoffe aus den Blüten. Den fertigen Tee nach dem Abseihen schluckweise trinken. Diese Anwendung wirkt unter anderem mit, dass der Geist wach bleibt und daher Vergesslichkeit weniger Chance hat, Platz zu greifen.

Saft für das Immunsystem

Für das Immunsystem wiederum ist der Sanddornsaft von großer Bedeutung. Hier ist es möglich, sich des reichen Angebots im Handel zu bedienen. Um die Vitalität des Körpers in Schuss zu halten, kann man dreimal pro Tag vor den Mahlzeiten je einen Esslöffel voll Sanddornsaft zu sich nehmen. Man gibt ihn am besten in etwas Wasser, Milch, Tee, Joghurt, Topfen oder ins Müsli.

Schätzen wir auf diese Weise die Präsenz der guten Gaben aus der Natur und bleiben wir dem Schöpfer gegenüber stets dankbar für seine Fürsorge für uns alle. ■

KRÄUTERPFARRER-ZENTRUM

3822 Karlstein/Thaya, Hauptstraße 16/17
Telefon: 02844/7070

E-Mail: info@kraeuterpfarrer.at

Website mit Onlineshop: www.kraeuterpfarrer.at

Fleischlos ins neue Jahr

Der Start ins neue Jahr ist eine gute Möglichkeit, die eigenen Ernährungsgewohnheiten zu hinterfragen. Vielen nutzen den Jänner, um eine pflanzenbasierte Ernährung auszuprobieren. Dafür braucht es keine Ersatzprodukte, sondern nur etwas Kreativität.

Bohnensalat

Zutaten für 3–4 Personen

500 g weiße Bohnen (aus Dose oder Glas), 1 rote Zwiebel, Salz, einige Zweige glatte Petersilie, 1 EL frisch gepresster Zitronensaft, 3 EL Weißweinessig, 1 TL Chiliflocken, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 3 EL Olivenöl, Weißbrot (Pide, Pita-Brot oder Weizensauerteigbrot)

Zubereitung

Bohnen abgießen, abspülen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Mit etwas Salz verreiben und drei Minuten ziehen lassen. Petersilienstängel sehr fein, die Blätter etwas gröber schneiden. Zwiebel und Petersilie mit den Bohnen vermengen. Mit Zitronensaft, Essig, Chiliflocken, Salz, Pfeffer und Olivenöl mischen und abschmecken. Fünf bis zehn Minuten ziehen lassen. Mit Brot servieren.



Erbsen mit Salatherzen

Zutaten für 3–4 Personen

2 Schalotten, 4 kleine Salatherzen (am besten Römerviel), 2–3 EL mildes Olivenöl, 400 g frische oder tiefgekühlte Erbsen, 1 EL frisch gepresster Zitronensaft, 1/2 TL getrockneter Majoran, Salz, 1 Zweig grüne Minze (Nana- oder Marokkanische Minze, keine Pfefferminze), Weißbrot

Zubereitung

Schalotten schälen und in zwei Millimeter dünne Scheiben schneiden. Salatherzen putzen und je nach Größe der Länge nach vierteln oder halbieren. Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen. Schalottenringe im heißen Öl bei schwacher Hitze unter Rühren vier bis fünf Minuten glasig anschwitzen. Salatherzen möglichst nebeneinander in den Topf legen. Zugedeckt vier bis fünf Minuten schmoren. Dabei den Topf ab und zu rütteln. Währenddessen Erbsen aus den Schoten lösen. Erbsen, Zitronensaft und Majoran zu den Salatherzen geben. Ganz leicht salzen. Zugedeckt weitere fünf bis acht Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze schmoren, bis die Salatherzen weich sind. Ein paar Minzblättchen zupfen und in feinste Streifen schneiden, über das Gemüse streuen. Dazu passt knuspriges Weißbrot.





Rote Linsen-Suppe mit Paprika-Minz-Öl

Zutaten für 4 Personen

Für die Suppe: 100 g mehlig Kartoffeln, 100 g Karotten, 70–80 g Stangen- oder Knollensellerie, 100 g Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 200 g rote Linsen, 1 EL Tomatenmark, Salz, weißer Pfeffer

Für das Paprika-Minz-Öl: 2 EL Olivenöl, 1 EL getrocknete Minze (Nana- oder Marokkanische Minze), 1 TL edelsüßes Paprikapulver, 1/2 TL Chiliflocken
1 Zitrone, Weißbrot

Zubereitung

Kartoffeln, Karotten und Sellerie sowie Zwiebeln und Knoblauch grob schneiden.

Linsen waschen. In einen Topf einen Liter Wasser, Gemüse, Zwiebel und Knoblauch, Linsen, Tomatenmark und 1 Teelöffel Salz geben. Aufkochen lassen, umrühren und etwa 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Die Linsen zerfallen dann bereits. Gründlich pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Paprika-Minz-Öl in einem sehr kleinen Topf Öl erhitzen, Minze, Paprikapulver und Chiliflocken hineingeben und unter Rühren kurz rösten, bis das Öl duftet. Sofort vom Herd nehmen, sonst wird das Paprikapulver bitter. Suppe großzügig mit dem heißen Paprika-Minz-Öl beträufeln, mit Zitronenschnitzen und Weißbrot servieren.



Rezepte aus:

Schnell mal vegan.
30-Minuten-Rezepte,
von Katharina Seiser,
Brandstätter Verlag,
ISBN 978-3-7106-
0686-1, 176 Seiten mit
vielen Fotos, € 32,-,
E-Book € 25,99

Meditation



Gott ist da

*In der Sonne sitzen,
die Augen schließen.*

*Was spielt es für eine Rolle,
ob ich am Meer bin oder in den Bergen,
zu Hause oder irgendwo im Dschungel?
Gott ist da, ich bin da. Wir sind eins.*

Georg Schwikart



Text aus:

Gottes Krümel. Annäherungen an
das Unsagbare, von Georg Schwikart,
Echter-Verlag, ISBN 978-3-429-05858-6,
96 Seiten, € 13,30, E-Book: € 11,30

Unser leidender Planet

VON PAPST FRANZISKUS



Am 4. Oktober 2015 hat Papst Franziskus das apostolische Schreiben „Laudato si“ veröffentlicht, in dem er sich mit dem Klimawandel beschäftigt. Wir bringen Ausschnitte daraus. Die Deutsche Bischofskonferenz hat den kompletten Text als Broschüre veröffentlicht. Kostenloser Download: www.dbk-shop.de

Es sind nun schon acht Jahre seit der Veröffentlichung der Enzyklika „Laudato si“ vergangen. Damals wollte ich mit euch allen, meinen Schwestern und Brüdern auf unserem leidenden Planeten, meine tiefe Besorgnis um den Erhalt unseres gemeinsamen Hauses teilen. Aber mit der Zeit wird mir klar, dass wir nicht genügend reagieren, während die Welt, die uns umgibt, zerbröckelt und vielleicht vor einem tiefen Einschnitt steht.

Wie sehr man auch versuchen mag, sie zu leugnen, zu verstecken, zu verhehlen oder zu relativieren, die Anzeichen des Klimawandels sind da und treten immer deutlicher hervor. Niemand kann ignorieren, dass wir in den vergangenen Jahren Zeugen von extremen Phänomenen, häufigen Perioden ungewöhnlicher Hitze, Dürre und anderem Wehklagen der Erde geworden sind, die nur einige greifbare Ausprägungen einer stillen Krankheit sind, die uns alle betrifft. Es stimmt, dass nicht jede einzelne Katastrophe automatisch auf den globalen Klimawandel zurückgeführt werden kann. Es ist jedoch nachweisbar, dass bestimmte von der Menschheit verursachte Veränderungen des Klimas die Wahrscheinlichkeit immer häufigerer und intensiverer Extremereignisse deutlich erhöhen.

Der menschliche – „anthropogene“ – Ursprung des Klimawandels kann nicht mehr bezweifelt werden. Deshalb braucht es dringend eine erweiterte Sicht der Dinge, die es uns erlaubt, nicht nur über die Wunder des Fortschritts zu staunen, sondern auch auf andere Auswirkungen zu achten, die man sich vor einem Jahrhundert wahrscheinlich nicht einmal vorstellen konnte. Es wird von uns nichts weiter verlangt als eine gewisse Verantwortung für das Erbe, das wir am Ende unseres Erden-daseins hinterlassen werden.

In „Laudato si“ habe ich das technokratische Paradigma kurz erläutert, das dem derzeitigen

Prozess der Umweltzerstörung zugrunde liegt. Es handelt sich um „ein Verständnis des menschlichen Lebens und Handelns, das fehlgeleitet ist und der Wirklichkeit widerspricht bis zu dem Punkt, ihr zu schaden“. Im Grunde genommen besteht es darin, so zu denken, „als gingen die Wirklichkeit, das Gute und die Wahrheit spontan aus der technologischen und wirtschaftlichen Macht selbst hervor“. „Von da aus gelangt man“ – als logische Konsequenz – „leicht zur Idee eines unendlichen und grenzenlosen Wachstums, das die Ökonomen, Finanzexperten und Technologen so sehr begeisterte.“

Entgegen dieses technokratischen Paradigmas sagen wir, dass die Welt um uns herum kein Objekt der Ausbeutung, der ungezügelter Nutzung und unbegrenzter Ambitionen ist. Wir können nicht einmal sagen, dass die Natur ein bloßer „Rahmen“ ist, in dem wir unser Leben und unsere Projekte entwickeln, denn „wir sind in sie eingeschlossen, sind ein Teil von ihr und leben mit ihr in wechselseitiger Durchdringung“, man „betrachtet die Welt nicht von außen, sondern von innen her.“

Die jüdisch-christliche Weltanschauung besteht auf dem besonderen und zentralen Wert des Menschen inmitten des wunderbaren Konzerts aller Lebewesen, aber heute sind wir gezwungen zu erkennen, dass man nur von einem „situiereten Anthropozentrismus“ sprechen kann. Das heißt, wir müssen anerkennen, dass das menschliche Leben ohne andere Lebewesen nicht verstanden und nicht aufrechterhalten werden kann. Es gilt, „dass sämtliche Geschöpfe des Universums, da sie von ein und demselben Vater erschaffen wurden, durch unsichtbare Bande verbunden sind und wir alle miteinander eine Art universale Familie bilden, eine sublime Gemeinschaft, die uns zu einem heiligen, liebevollen und demütigen Respekt bewegt“ (Laudato si). ■

Orden & Mitarbeitende



Die Schwestern mit Frater Paulus Kohler und Jinu Joseph in der Kapelle des St. Veiter Krankenhauses

BARMHERZIGE BRÜDER ST. VEIT/GLAN Drei indische Schwestern

Seit Ende September wohnen drei Schwestern der Kongregation „Jesus Mary Joseph“ aus Südindien im Konvent der Barmherzigen Brüder in St. Veit/Glan. Nachdem sie Deutsch gelernt haben, werden sie Anfang 2024 ihren Dienst in der Pflege im Krankenhaus antreten. Alle drei haben in Indien eine Pflegeausbildung abgeschlossen und in verschiedenen Krankenhäusern gearbeitet. Am 31. Oktober feierten die Schwestern in der Kapelle des Krankenhauses in St. Veit einen Festgottesdienst zum Geburtstag ihres Gründers, des Jesuitenpaters Mathias Wolff. Der gebürtige Luxemburger setzte sich bereits in jungen Jahren für Arme und Unterdrückte ein und gründete 1822 die Kongregation.

BARMHERZIGE BRÜDER KRITZENDORF Neue Gesamtleitung

Mit 1. Dezember 2023 hat Mag. Ruth Nadbath die Funktionen der Gesamtleiterin und der Kaufmännischen Direktorin der Barmherzigen Brüder Kritzensdorf übernommen. Die geborene Burgenländerin studierte an der Wirtschaftsuniversität Betriebswirtschaft mit den Schwerpunkten Organisation und Materialwirtschaft, Kooperation als Unternehmensform und Wirtschaftssoziologie. Ab 2009 war sie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien als Controllerin und seit 2018 auch als Stellvertreterin des Kaufmännischen Direktors tätig. Mag. Nadbath folgt Karin Schmidt nach, die seit 1977 in der Verwaltung und Buchhaltung der Alten- und Betreuungseinrichtung in Kritzensdorf tätig war, seit 2004 als Kaufmännische Direktorin und seit 2022 auch als Gesamtleiterin.



Als Vertreter der Provinzleitung überreichte Frater Daniel Katzenschläger Mag. Ruth Nadbath das Ernennungsdekret, rechts ihre Vorgängerin Karin Schmidt.

ELISABETHINEN KLAGENFURT

Bischof auf Besuch

Zum Elisabeth-Fest am 19. November besuchte der Kärntner Diözesanbischof Josef Marketz das Klagensfurter Elisabethinen-Krankenhaus. Vor dem Festgottesdienst nahm er sich Zeit für persönliche Begegnungen mit Kranken auf verschiedenen Stationen und für Gespräche mit Mitarbeiter:innen und Vertreter:innen der Hausleitung. Dabei dankte er den Mitgliedern aller Berufsgruppen, die gemeinsam für die Patient:innen Sorge tragen. Er freute sich, bei seinem ersten offiziellen Besuch Mitarbeitenden aus Medizin, Pflege und Verwaltung zu begegnen, sagte der Bischof. Nach dem Rundgang zelebrierte Bischof Marketz die Elisabeth-Messe in der Kirche des Ordens.



Auch die Schwestern des Elisabethinen-Konvents und die Leiterin der Seelsorge Elisabeth Vallant (re.) freuten sich über den Besuch von Bischof Marketz.

BARMHERZIGE BRÜDER EISENSTADT

Neue Kaufmännische Direktorin



Vanessa Krupka, MA wurde zur Kaufmännischen Direktorin des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder Eisenstadt ernannt. 2020 hat sie die Bereichsleitung der Buchhaltung und Fakturierung übernommen und ab

Jänner 2023 auch interimistisch die kaufmännische Leitung. Seither konnte sie sich einen guten Überblick über die Strukturen und Prozesse des Krankenhauses verschaffen und Weiterentwicklung in ihrem Wirkungsbereich initiieren. Zuvor war die geprüfte Bilanzbuchhalterin und Steuerberaterin über zehn Jahre bei einem Wirtschaftsprüfungsbetrieb im Bereich Buchhaltung/Bilanzierung und Steuerberatung tätig. Berufsbegleitend absolvierte sie das Bachelor- und Masterstudium Tax Management am FH Campus Wien.

Bettina Koch und
Ulrike Strauss (Mitte)
mit einem Teil der
Student:innen



Von Indien nach Österreich

Um dem Personalmangel in der Pflege entgegenzuwirken, laden die Barmherzigen Brüder gut ausgebildete Pflegekräfte aus Indien nach Österreich ein. Damit die Integration gut funktioniert, lernen sie bereits in ihrer Heimat Deutsch und werden von drei ehrenamtlichen Teams aus Österreich auf die Arbeit und das Leben hier vorbereitet.

VON BRIGITTE VEINFURTER



Mag. Therese
Lutnik, MSc, MAS,
DGKP, ehemalige
langjährige Pflege-
direktorin bei den
Barmherzigen
Brüdern in
Wien, hat die
Ehrenamtlichen-
Teams zusammen-
gestellt.

„Rund 50 Prozent der Einwohner:innen Indiens sind unter 30 Jahre alt, es gibt so viele junge Menschen, dass gar nicht genügend Arbeitsplätze für sie vorhanden sind. Daher können wir ohne schlechtes Gewissen Pflegekräfte nach Österreich holen“, betont Mag. Therese Lutnik, MSc, MAS, DGKP, die bis zu ihrer Pensionierung 28 Jahre lang Pflegedirektorin bei den Barmherzigen Brüdern in Wien war. Im Jänner 2023 wurde sie von Provinzial Saji Mullankuzhy gefragt, ob sie ehrenamtliche Teams zusammenstellen könnte, die die jungen Pflegekräfte schon vorab in Indien mit der Kultur und Gesellschaft sowie Medizin und Pflege in Österreich bekannt machen. „Daraufhin habe ich mich auf die Suche gemacht und mit vielen Menschen gesprochen“, berichtet Mag. Lutnik.

Schließlich konnte sie sieben Fachfrauen für die ehrenamtlichen Einsätze in Indien gewinnen: die Pädagogin Gudrun Eisenberger, Hertha Enzi DGKP, die früher die Pflege-

dienstleitung in einem Caritas-Pflegeheim innehatte, Bettina Koch, MBA, DGKP, die im Wiener Brüder-Krankenhaus für klinisches Risikomanagement und Patientensicherheit zuständig ist, Elisabeth Kuntschke DGKP, früher Pflegedienstleitung im St. Elisabeth-Spital in Wien, die Hochschulpädagogin Dr. Elisabeth Schwarz, Ulrike Strauss, MBA, DGKP, die beim Fonds Soziales Wien arbeitet, und Mag. Barbara Zinka DGKP, die ehemalige Direktorin der Pflegeakademie der Barmherzigen Brüder in Wien.

Gemeinsam mit Mag. Lutnik bereiteten sie sich vorab bei Treffen im Provinzialat der Barmherzigen Brüder in Wien und auch individuell intensiv auf ihren Einsatz vor. Bei den Treffen wurden die Inhalte des geplanten Unterrichts besprochen und die Themenbereiche aufgeteilt: Basisinformationen in der ersten Gruppe, Medizin, Pflege und Pflegeprozesse in der zweiten Gruppe und das Leben in Österreich, Kultur, Gesellschaft und Werte in der dritten Gruppe.

Drei Teams

Im Herbst reisten die drei Teams dann nacheinander nach Kattappana im südindischen Bundesstaat Kerala, wo die Barmherzigen Brüder unter anderem ein Krankenhaus und ein Altenheim führen. Sie unterrichteten eine Gruppe junger Frauen und Männer, die ihr Bachelor-Pflegestudium und Deutsch-Kurse bereits absolviert haben und interessiert sind, nach Österreich zu kommen.



Zur Auflockerung, aber auch zur Vertiefung des Gelernten wurden Spiele in den Unterricht eingebaut, hier zum Beispiel ein Österreich-Memory.

Bettina Koch und Ulrike Strauss vom ersten Team zeigen sich vom Wissen und Engagement der jungen Inder:innen begeistert: „Sie sind sehr gut ausgebildet und wissen sehr viel“, betont Bettina Koch. „Für mich war es herzerwärmend, dass es junge Menschen gibt, die derart wissbegierig und lernbereit sind“, ergänzt Ulrike Strauss.

Im ersten Halbjahr 2024 werden die ersten Pflegekräfte aus Indien in Österreich erwartet. Bis dahin sind die zertifizierte B1-Deutschprüfung zu absolvieren und die nötigen formalen Prozessschritte durchzuführen, wie etwa die Beantragung der Nostrifizierung, der Rot-Weiß-Rot-Karte und des Visums D.

20 bis 25 Pflegekräfte aus Indien sollen in Zukunft jährlich aus Indien nach Österreich kommen. Umso besser die Vorbereitung und Begleitung der ausländischen Arbeitskräfte ist, desto besser funktioniert die Integration. Dazu möchten auch die ehrenamtlichen Teams beitragen. „Wir werden sie vom Flughafen abholen und ihnen zur Seite stehen, damit sie am Anfang nicht alleine sind. Auch an ihrem Arbeitsplatz werden sie in den ersten Monaten eine Bezugsperson haben, die sie im Privatbereich unterstützt“, sagt Mag. Lutnik. Und Ulrike Strauss ergänzt: „Wenn junge Menschen von einem anderen Kontinent zu uns kommen, um hier zu arbeiten, muss das wertgeschätzt werden und sie müssen das Gefühl haben, willkommen zu sein, daher möchte ich sie unbedingt anfangs begleiten.“ ■



Frater Saji Mullankuzhy ist Provinzial der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder.

Friede

Friede ist ein Geschenk Gottes, um das wir täglich beten können und um das wir auch selbst ringen müssen. Der Jänner eignet sich besonders gut dazu, wird doch am 1. Jänner der Weltfriedenstag begangen. An diesem Tag, der speziell der Gottesmutter Maria geweiht ist, hält der Papst eine große Rede, in der er auf die Kriegsschauplätze aufmerksam macht, die es in der Welt gibt. Es sind viele.

Friede beginnt im eigenen Herzen, mit der Annahme meiner selbst – so wie Gott mich geschaffen hat. Es ist nicht immer leicht, sich anzunehmen. Aber nur wer sich annimmt und gut mit sich umzugehen weiß, kann auch mit anderen gut umgehen. Wer dagegen mit sich und Gott im Argen liegt, der ist es bald auch mit den anderen. Wenn wir statt Genuss, Besitz und Eigenruhm die Ehre Gottes und das Wohl unserer Mitmenschen anstreben, dann wird Friede.

Im Raphael Hospiz Salzburg, das wir seit zehn Jahren betreiben, ist Friede spürbar. Dort werden Menschen bis zum Lebensende begleitet. Wer dort ist, erlebt viele Momente der Stille. Die Zeit hat eine neue Dimension, sie ist begrenzt und wertvoll. Viele schließen Frieden mit ihrer Situation und blicken dankbar auf ihr Leben zurück. Es gibt Hoffnung über alles Sichtbare hinaus, letztlich auf den Himmel.

Ein altes Gebet, das Franz von Assisi zugeschrieben wird, formuliert so wunderbar:

*Herr, mach mich zu einem Werkzeug Deines Friedens,
dass ich liebe, wo man hasst;
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;
dass ich verbinde, wo Streit ist;
dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.*



Die Preisträger mit (v.l.n.r.) Georg Wolf (Qualitätsmanagement), Pflegedirektorin Barbara Mally, Ärztlichem Direktor Thomas Sautner und Prior Thomas Pham.

BARMHERZIGE BRÜDER WIEN

Umweltfreundliche Innovationen

In einer feierlichen Zeremonie wurden die Gewinner:innen des ersten internen Umweltwettbewerbs im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien gekürt. Mit 18 eingereichten Projekten zeigte die Veranstaltung eine beeindruckende Kreativität der Mitarbeitenden. Der Hauptpreis ging an ein Projekt zur Reduzierung des Stromverbrauchs durch den Einsatz von Strommessgeräten. Andere prämierte Initiativen beinhalteten die Förderung der Treppennutzung und die Reduzierung von Papiausdrucken. Prior Thomas Pham lobte das Engagement aller Beteiligten und betonte die Bedeutung der Mitarbeiterbeteiligung für den Umweltschutz.

LEBENSWELTEN STEIERMARK

Berufsbegleitend zur Pflegefachassistenz

In den Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark wird neben dem Jobmodell für Ein- und Umsteiger:innen mit integrierter Ausbildung zur Pflegeassistenz nun auch ein Modell zur berufsbegleitenden Ausbildung zur Pflegefachassistenz geboten. Es richtet sich an ausgebildete Pflegeassistent:innen mit dem Wunsch nach Karriereentwicklung. Voraussetzungen für die Ausbildung: ein Herz für Menschen mit Beeinträchtigung, gute Deutschkenntnisse sowie Lernbereitschaft. Die Ausbildung dauert eineinhalb Jahre und gilt zur Gänze



als bezahlte Arbeitszeit. Die Bewerbung für das Jobmodell in Kooperation mit der Schule für Gesundheits- und Krankenpflege am Bildungszentrum für Pflege und Gesundheit Graz Ost ist ab sofort möglich. Infos: www.bbteamwork.at

LEBENSWELTEN STEIERMARK

Ausgezeichnetes Vorbild

„Die Hoffnung war natürlich da, zu gewinnen. Aber ich habe nicht damit gerechnet“, zeigt sich Monika Haun gerührt. Die in den Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark beschäftigte Diplomsozialbetreuerin inkl. PA hat den VITA Pflegeaward der Kleinen Zeitung in der Kategorie Vorbild gewonnen. Anliegen des Awards ist es, Pfleger:innen aus der Steiermark und Kärnten vor den Vorhang zu holen und „Danke“ zu sagen für ihren wertvollen und wichtigen Beitrag für unsere Gesellschaft. Mit Monika Haun wurde eine Quereinsteigerin mit Leidenschaft ausgezeichnet. Die



ehemalige Reinigungskraft absolvierte im Haus berufsbegleitend mehrere Ausbildungen und unterstützt nun Menschen mit Beeinträchtigung als Mitarbeiterin des Teams der Wohngruppe Camillus in Kainbach.

DACHVERBAND

Opferschutzgruppen vernetzt

Seit 2011 muss es in Krankenanstalten eine Opferschutzgruppe geben. Um diese Gruppen zu vernetzen, wurde nun der „Österreichische Dachverband für Opferschutzgruppen im Gesundheits- und Sozialbereich“ gegründet, der Ende November bei den Barmherzigen Brüdern in Kritzendorf sein Gründungssymposium abhielt. „Es gibt viele Angebote im Bereich Opferschutz, aber jeder kämpft für sich“, erklärt Sabine Sramek, MSc, DGKP, Pflegedirektorin der Alten- und Betreuungseinrichtung in Kritzendorf und Schriftführerin des Dachverbands, die Motivation zur Gründung des Dachverbands. „Damit vereinfachen wir den Austausch zwischen den Gruppen und stellen Informationen zur Verfügung.“ Der Dachverband finanziert sich durch Spenden, die Mitgliedschaft ist kostenlos. Infos: www.dachverband-opferschutzgruppen.at



Der Vorstand des Dachverbands (v.l.n.r.): Oberarzt Dr. Christopher Kartnig (Salzburger Landeskliniken), Andrea Hohenegger, MSc, DGKP (Tirol Kliniken), Sabine Sramek, MSc, DGKP (Barmherzige Brüder Kritzendorf), Priv.-Doz. Dr. Thomas Beck (Tirol Kliniken), Mag. Monika Kern (Kepler Universitätsklinikum Linz), Sabine Eder DGKP (AKH Wien)



Im Herbst besuchte Frater Johannes Karlik die IT-Lehrakademie in St. Veit/Glan.

Karrieresprungbrett in die IT

In modernen Gesundheitseinrichtungen sind IT und digitale Prozesse unverzichtbar – so auch bei den Barmherzigen Brüdern. Dafür braucht man topqualifizierte Expert:innen. In der IT-Lehrakademie der Barmherzigen Brüder am Standort St. Veit/Glan werden Lehrlinge im Bereich Informationstechnologie mit Schwerpunkt Systemtechnik zu IT-Profis von morgen ausgebildet.

VON LIANE BAUER



Julian Edlinger ist Abteilungsleiter der IT-Lehrakademie der Barmherzigen Brüder Österreich.

Was viele nicht wissen: Die Barmherzigen Brüder beschäftigen in ihren Krankenhäusern und anderen Einrichtungen österreichweit auch rund 120 Expert:innen im IT-Bereich. „Wir bieten ein breites Aufgabenspektrum in der IT an – ob im ordenseigenen Rechenzentrum, in der IT Services, im zentralen Service Desk oder in den Einrichtungen selbst“, erklärt Ing. Gerhard Schrittester, Bereichsleiter IT-Operations Barmherzige Brüder Österreich. „Um auch zukünftig mit den besten Fachkräften zu arbeiten, haben wir uns entschieden, unseren IT-Nachwuchs selbst auszubilden.“



Gerhard Schrittester ist Bereichsleiter IT-Operations Barmherzige Brüder Österreich.

Mix aus Theorie und Praxis

Im Herbst 2023 starteten die ersten Auszubildenden mit ihrer Lehre in den neuen Räumlichkeiten der IT-Lehrakademie in St. Veit/Glan. Eigene Ausbilder und erfahrene IT-Expert:innen gehen auf die Bedürfnisse der Jugendlichen ein und können so gezielt unterstützen und fördern. „Für die IT-Lehrakademie haben wir ein eigenes Ausbildungskonzept entwickelt. Es bietet einen abwechslungsreichen Mix aus Theorie, Praxis und eigenständiger Arbeitsgestaltung“, erklärt Julian Edlinger, Abteilungs-

und Ausbildungsleiter der IT-Lehrakademie. „Mit Teamevents stärken wir den Zusammenhalt und ermöglichen einen Blick über den Tellerrand.“

Infrastrukturthemen wie Netzwerktechnik, Serverbereitstellung sowie Wartung und Pflege von Infrastruktursystemen bilden den Schwerpunkt der Ausbildung. In regelmäßigen Abständen finden Praxistage und -wochen in den Einrichtungen der Barmherzigen Brüder statt. „Es ist toll, was wir bereits in den ersten Monaten unserer Ausbildung kennenlernen und ausprobieren durften“, berichtet Lenja, Auszubildende im ersten Lehrjahr. „Ich wusste vorher nicht, wo im Krankenhaus überall IT zum Einsatz kommt und wie Technik, Medizin und Pflege zusammenarbeiten.“ So erhielten die Lehrlinge bereits einen Einblick in den Alltag der Pflegekräfte im Krankenhaus St. Veit/Glan und hatten Gelegenheit, sich mit Frater Johannes Karlik über die Werte der Barmherzigen Brüder auszutauschen. ■

Ausbildungsstart Herbst 2024

Motivierte Jugendliche können sich jetzt für den Ausbildungsstart im September 2024 an der IT-Lehrakademie der Barmherzigen Brüder bewerben. Alle Infos zur Ausbildung und Bewerbung gibt es im Internet unter www.it-lehrakademie.at oder telefonisch unter 0316/90 606-1701.

Neuer FH-Standort in Eggenberg

Am Areal der Barmherzigen Brüder in Graz-Eggenberg gibt es ab dem Sommersemester 2024 einen dritten Ausbildungsstandort der Fachhochschule Joanneum für das Bachelorstudium „Gesundheits- und Krankenpflege“.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Durch diese Kooperation sind wir in der Lage, einen wichtigen Beitrag zur langfristigen Verbesserung des Personalengpasses zu leisten.

Für den Studien-Campus in Graz-Eggenberg wurden im vergangenen Herbst die Innenräume des leer stehenden, ehemaligen Ambulanzgebäudes der Barmherzigen Brüder adaptiert. Auf einer Fläche von rund 1.500 Quadratmetern stehen nun mit Studienstart im Februar 2024 unter anderem modern ausgestattete Hörsäle, Seminarräume, Projekt- und Besprechungsräume sowie Lern- und Pausenzonen zur Verfügung. Im Endausbau, der für Anfang 2026 auf einer Fläche von 2.500 Quadratmetern geplant ist, wird es auch ein Skills- und Simulationszentrum am neuesten Stand der Technik geben.

Studierende, die am Standort Berggasse ihre Ausbildung machen, werden ihre Praktika bei den Barmherzigen Brüdern und den Elisabethinen in Graz absolvieren. „Durch die enge Zusammenarbeit mit der FH Joanneum ist es uns möglich, sehr gut auf den Bedarf der Studierenden in der Praxis einzugehen“, erklärt Sabine Herg, MSc, DGKP, die Pflege-

direktorin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Graz.

„Die Barmherzigen Brüder zeichnet in ihrer mehr als 400-jährigen Geschichte am Standort Graz aus, dass sie immer dort hingegangen sind, wo ein großer Bedarf besteht“, betont Mag. Oliver Szmej, der Gesamtleiter des Grazer Brüder-Krankenhauses. „Das Gesundheitswesen ist momentan von einem akuten Personalmangel, insbesondere in der Pflege, gezeichnet. Durch diese Kooperation mit der FH Joanneum sind wir in der Lage, einen wichtigen Beitrag zur langfristigen Verbesserung dieses Personalengpasses zu leisten.“

Bachelorstudium an drei Standorten

Das Bachelorstudium „Gesundheits- und Krankenpflege“ der Fachhochschule (FH) Joanneum wird somit ab dem Sommersemester 2024 an drei Standorten in Graz angeboten. So können insgesamt 72 Studierende im Februar ihre Ausbildung beginnen. Unterstützt wurde die Aufstockung der Studienplätze vom Land Steiermark. „Mit der gesteigerten Anzahl an Studienplätzen tragen wir dem prognostizierten steigenden Bedarf an gut ausgebildetem Gesundheitspersonal Rechnung“, hebt Karlheinz Kornhäusl, Landesrat für Gesundheit, Pflege und Sport, hervor. „Neben unseren Gesundheits- und Krankenpflegeschoolen ist dieses Studium eine wertvolle Ergänzung, um unser Gesundheitswesen zu stärken.“ ■



Vorstellung des neuen Studien-Standorts mit (v.l.n.r.) FH-Geschäftsführer Martin Payer, Landesrat Karlheinz Kornhäusl, Studiengangsleiterin Eva Mircic, Pflegedirektorin Sabine Herg (Barmherzige Brüder), Direktor Christian Schroffenegger (Elisabethinen), Landesrätin Barbara Eibinger-Miedl, Pflegedirektorin Christine Kienreich (Elisabethinen) und Direktor Oliver Szmej (Barmherzige Brüder)

NEBENBEI

Sympathisch?



Sandra Lobnig

Ich bin mir nicht sicher, ob ich Olive Kitteridge sympathisch finde. Olive, Heldin im großartigen Roman „Mit Blick aufs Meer“ von Elizabeth Strout, sagt, was sie denkt, und stößt andere damit vor den Kopf. Sie ist resolut, gleichzeitig ruppig

und ich-bezogen. Eine pensionierte Lehrerin in einer amerikanischen Kleinstadt, verheiratet mit dem gutmütigen Henry, dem die Sticheleien seiner Ehefrau kaum etwas anhaben können. Ihren erwachsenen Sohn Christopher liebt sie abgöttisch, auch wenn er ans andere Ende des Landes gezogen ist. Vermutlich um seiner dominanten Mutter zu entkommen. Nein, Olive möchte ich nicht als Mutter haben. Aber ihr Scheitern rührt mich. Und immer wieder überrascht sie mich. Denn Olive ist auch eine gute Nachbarin und Freundin, sie ist treu und darauf bedacht, alles richtig zu machen. Ich sehe ihr Herz, ihre Verletzlichkeit, die durch ihre harte Schale hervorblitzt. Wie schön, dass sie sich nach dem Tod ihres Mannes nicht selbst im Weg steht und sich für eine neue Liebe öffnet! Sympathisch oder nicht: Ich mag sie. Womöglich weil sie mir vor Augen führt: Die wenigsten Dinge im Leben sind eindeutig. Menschen schon gar nicht. Die sind gut und böse, gescheitert und bemüht, warmherzig und kaltschnäuzig, verletzlich und verletzt – und all das zugleich oder zumindest kurz hintereinander. So bin auch ich. Gut, dass es Menschen gibt, die mich trotzdem mögen.

St. Florianer Sängerknaben bei der Bruckner-Büste nahe dem Augustiner Chorherrenstift, in dem Bruckner zehn Jahre lang wirkte



GEDENKEN

Bruckner-Jahr 2024

Am 4. September 2024 jährt sich der Geburtstag von Anton Bruckner zum 200. Mal. Aus diesem Anlass wurde in seinem Heimatbundesland Oberösterreich das „Bruckner-Jahr“ proklamiert. Die offizielle Eröffnung erfolgt am 1. Jänner mit dem Neujahrskonzert im Linzer Brucknerhaus. Danach wird der Komponist und Organist an mehr als 35 Orten in ganz Oberösterreich gewürdigt. Auf dem Programm stehen Aufführungen seiner Werke sowie moderne Interpretationen, Ausstellungen u. a. in seinem Geburtshaus in Ansfelden, im Ars Electronica Center Linz und im Stift St. Florian, das Theaterstück „Der merkwürdige Herr Bruckner“ für Kinder sowie das Theaterstück „Bruckners Affe. Eine skurrile Wanderung in die Innenwelten eines Genies“, und für Sportliche wird die Laufstrecke „Die Sinfonie des Laufens“ in Linz angelegt. Weitere Informationen im Internet: www.anton-bruckner-2024.at

Lachen – Fakten zu Humor, Fröhlichkeit und Lebensfreude, von Norbert Peter und Marco Seltenreich, Braumüller-Verlag, ISBN 978-3-99100-373-1, 272 Seiten, € 22,-



BUCHTIPP

Rund ums Lachen

Wissenswertes rund um die Themen Lachen, Humor und Fröhlichkeit haben die beiden Autoren für dieses Buch zusammengetragen: So erklären sie etwa, warum Lachen tatsächlich gesund ist und wie es sogar heilsam wirken kann, was sich beim Lachen im Körper abspielt und wie man richtiges von falschem Lachen unterscheiden kann. Darüber hinaus beschreiben sie, welche verschiedenen Arten des Lachens es gibt, werfen einen Blick auf das Lachen in Geschichte, Kunst und Kultur und erläutern, wie Lachen und Humor in Internet und Technik funktionieren.

Bad Ischl und das
Salzkammergut
wurden zur
Kulturhauptstadt
2024 gekürt.

Kulturhauptstadt Salzkammergut

Erstmals ist 2024 eine inneralpine, ländlich geprägte Region „Kulturhauptstadt Europas“: das Salzkammergut mit Bad Ischl und 22 weiteren Gemeinden in Oberösterreich und der Steiermark. Über 300 Projekte werden das Jahr über geboten.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Rund 1.000 Sänger:innen werden am 20. Jänner 2024 im Kurpark von Bad Ischl das Kulturhauptstadt-Jahr offiziell eröffnen. Das Programm dafür wurde unter der Federführung von Hubert von Goisern erarbeitet. Es soll mit Jodlern, Rufen und Glockenbegleitung den Lärm der Welt in Musik verwandeln. Am Tag darauf wird Bischof Hermann Glettler den Eröffnungsgottesdienst in Bad Ischl zelebrieren.

Vorangegangen ist dieser Eröffnung ein langer Entwicklungs- und Vorbereitungsprozess, seit im November 2019 Bad Ischl und dem Salzkammergut der Titel „Kulturhauptstadt Europas 2024“ verliehen wurde. Ein Prozess, der nicht ohne Probleme und Konflikte ablief. So waren die Salzkammergut-Gemeinden in Salzburg nicht zur Teilnahme bereit. Um die künstlerische Intendanz gab es anfangs Diskussionen, bis schließlich Stephan Rabl von Elisabeth Schweeger abgelöst wurde. Und schließlich zog sich Hannes Androsch aus dem Komitee prominenter Unterstützer:innen

zurück. Für Intendantin Schweeger gehören diese Konflikte zum Prozess dazu, betonte sie bei einer Pressekonferenz: „Man muss sich an den Unterschieden reiben und trotzdem zusammenkommen.“ Und die Zusammenarbeit sei konstruktiv.

Zeigen möchte man mit dem Kulturhauptstadt-Jahr, dass der ländliche Raum mindestens so interessant ist wie der urbane. Unter dem Motto „Kultur ist das neue Salz“ wurden über 300 Projekte fixiert, mehr als 80 Prozent werden von lokalen und regionalen Projektträger:innen wie Künstler:innen, Vereinen, Institutionen, Pfarren und Betrieben durchgeführt.

Ausstellungen

Am Tag der Eröffnung beginnt im Sudhaus in Bad Ischl die Hauptausstellung, in der sich internationale Künstler:innen in Objekten, Installationen, Film- und Fotoarbeiten mit Salz, Wasser und Holz, den bestimmenden Faktoren der Region, beschäftigen.

Kinder aus dem Salzkammergut sind die Hauptakteure in der Bühnenproduktion „Da kloane Prinz“.

In einer Ausstellung in Bad Ischl beschäftigen sich Künstler:innen mit den Themen Salz und Wasser (am Foto: „Saltscape“ von Motoi Yamamoto aus Japan).





Zeigen möchte man mit dem Kulturhauptstadt-Jahr, dass der ländliche Raum mindestens so interessant ist wie der urbane.

Gleich mehrere Ausstellungen widmen sich dem Themenkreis Raubkunst: Das Linzer Kunstmuseum Lentos zeigt Kunstschatze, die von den Nazis geraubt und in Stollen im Salzkammergut gebunkert wurden. Im Kammerhofmuseum in Bad Aussee wird das Leben und Wirken des Kunsthändlers Wolfgang Gurlitt und seiner jüdischen Geschäftspartnerin beleuchtet. Und in Lauffen beschäftigen sich zeitgenössische Künstler:innen ganz allgemein mit dem Thema Kunstraub.

Darüber hinaus gibt es viele weitere Ausstellungen: Die in Vorchdorf geborene, international bekannte Fotografin Elfie Semotan hat alle Bürgermeister:innen der teilnehmenden Gemeinden fotografiert. Die Porträts werden als Teil der „gmunden.photo 2023“ gezeigt. Im Museum Ebensee würdigt eine Personale die Künstlerin Ceija Stojka. Und unter dem Titel „Mein Kleiderkasten – weibliche Lebensfreude bis ins hohe Alter“ werden in Grundlsee die Biografien von 25 Frauen zwischen 63 und 103 Jahren vorgestellt.

Regionales

Aber nicht nur große Ausstellungen und bekannte Namen prägen das Jahr, sondern auch das Salzkammergut selbst und seine Bevölkerung. So möchte das Projekt „Wirtshauslabor“ mit Themen-Stammtischen, Performances, Kunst und Kultur die Wirtshauskultur beleben. Unter dem Motto „Sog’s uns, Soizkammerguat“ befragten Schauspieler:innen der Improvisationstheater-Szene die Bevölkerung in 16 Gemeinden nach ihren Ideen und Anliegen zum Thema Kultur und verarbeiteten die Ergebnisse zu Live-Shows, die individuell auf die jeweilige Gemeinde abgestimmt sind.

Musik

Auch ein breites Spektrum an Musik wird geboten: Im alten Postgebäude in Bad Ischl lässt man die Tradition der Salonkonzerte wieder aufleben. Die Kultband Attwenger musiziert auf der Schönbergalm am Dachstein. Hubert von Goisern tritt in allen 23 Gemeinden als Straßenmusiker auf. Das Bruckner Orchester Linz gibt ein Konzert in der Saline Ebensee, und in der Dachstein-Rieseneishöhle in Obertraun wird zeitgenössische Musik geboten.

Brisante Themen

Auch brisante Themen aus Vergangenheit und Gegenwart werden aufgegriffen: So kann man sich bei zeitgeschichtlichen Wanderungen auf die Spuren des Widerstands gegen den Nationalsozialismus begeben, und eine fiktive Radiosendung beschäftigt sich mit der Restitution geraubten jüdischen Besitzes. Von den aktuellen Problemen werden Overtourism sowie Raumplanung und Flächenfraß aufgegriffen.

Für junges Publikum

Für Kinder und Jugendliche gibt es Streetart- und Graffiti-Workshops, ein Kunst-Projekt der Kinderuni Oberösterreich, Workshops für traditionelles Kunsthandwerk und die musikalisch-literarische Bühnenproduktion „Da kloane Prinz – reloaded“, in der Schüler:innen aus der Region die Hauptakteure sind. ■

Im alten Postgebäude von Bad Ischl werden die Salonkonzerte wiederbelebt.



Kulturhauptstädte 2024

Zur Kulturhauptstadt-Region gehören neben Bad Ischl die oberösterreichischen Gemeinden Altmünster, Bad Goisern, Ebensee, Gmunden, Gosau, Grünau im Almtal, Hallstatt, Kirchham, Laakirchen, Obertraun, Pettenbach im Almtal, Roitham am Traunfall, St. Konrad, Scharnstein, Steinbach am Attersee, Traunkirchen, Unterach am Attersee und Vorchdorf sowie Altaussee, Bad Aussee, Bad Mitterndorf und Grundlsee in der Steiermark. Neben dem Salzkammergut sind im Jahr 2024 auch Tartu in Estland und Bodø in Norwegen Europäische Kulturhauptstadt.

Der Tatra 603
ist ein Exot
auf unseren
Straßen.



Mit dem Tatra unterwegs

Oldtimer gibt es viele – doch ein Tatra ist schon etwas Außergewöhnliches. Selten ist er heute auf den Straßen anzutreffen, obwohl ein Teil seiner Wurzeln sogar in der Österreichisch-Ungarischen Monarchie liegen.

VON CHRISTOPHER ERBEN

Zum Stichtag
31. Dezember
2022 waren
gerade noch
72 Pkw der
Marke Tatra
in Österreich
zugelassen.

Der Motor surrt. Wie eine Sänfte schwebt der Wagen über die Weinstraße in der Thermienregion südlich von Wien – vorbei an einer Vielzahl von Weingärten und Heurigen, durch Baden, Pfaffstätten und Traiskirchen. „Das ist meine Lieblingsroute mit dem Tatra“, strahlt Ernst Bieber, während er über die Lenkradschaltung einen höheren Gang einlegt und sich die Nadel am Tachometer langsam auf die Zahl 100 zubewegt.

Die Ursprünge der Tatra-Werke liegen in der Österreichisch-Ungarischen Monarchie. Im Jahr 1897 wurde in Kopřivnice (Nesselsdorf) der erste Wagen gebaut, der auf den Namen „Präsident“ getauft wurde. 1923 wurde die Nesselsdorfer Wagenbau-Fabriks-Gesellschaft mit der Waggonfabrik Ringhoffer AG in Prag-Smichov verschmolzen. Nachdem ein deutscher Name jedoch in der neu gegründeten Tschechoslowakei nicht mehr infrage kam, wurde das Unternehmen nach dem im slowakischen Landesteil gelegenen Tatra-Gebirge benannt. Das war auch plausibel, da die Werksingenieure immer wieder Testfahrten dorthin unternahmen.

Ein kleiner Fanclub

„Oft führe ich meinen Tatra aus wie einen Hund – aber ohne Leine“, schmunzelt Ernst

Bieber, der auch geschäftsführender Generalsekretär der Tatra-Freunde International mit Sitz in Brunn am Gebirge ist. Begründet wurde der Verein vor über 40 Jahren vom Sohn des früheren Werksfotografen. Die Mitgliederzahl lag damals im dreistelligen Bereich, so dass das Tatra-Werk den Club als inoffizielle Vertretung „im Westen“ gesehen hat. Zum Stichtag 31. Dezember 2022 waren gerade noch 72 Personenkraftwagen der Marke Tatra in Österreich zugelassen.

Ist Ernst Bieber mit seinem Tatra 603 unterwegs, erntet er oft staunende Blicke von Autofahrer:innen und Fußgänger:innen, die sich über das ungewöhnliche Design wundern. Was aber nur die wenigsten wissen, ist, dass es ein Österreicher war, der die Entwicklung von Tatra maßgeblich beeinflusst hat: Hans Ledwinka. Aufgewachsen in Klosterneuburg, begann er nach der Gewerbeschule beim Tatra-Werk zu arbeiten und wurde 1905 dessen Chefkonstrukteur. Jahre später stieg er sogar zum Direktor auf. Sein Meisterstück war der von ihm entwickelte Tatra 77, der das weltweit erste seriengefertigte stromlinienförmige Fahrzeug war. Dieser Wagen konnte dank einer aerodynamisch gestalteten, selbsttragenden Karosserie und dem luftgekühlten V8-Motor eine Höchstgeschwindigkeit von



Ernst Bieber ist einer von wenigen Tatra-Liebhabern in Österreich.

In den 1990er-Jahren wurde die Herstellung von Personenwagen eingestellt, seither produziert Tatra nur noch Lastkraftwagen.

145 Kilometer/Stunde erreichen, was im Jahr 1934 eine Sensation war. Unübersehbar war seine Heckflosse, die auch bei den Nachfolgemodellen wie den Tatrás 87, 97, 107 und Tatraplan ein fixer Bestandteil werden sollte.

„Kommunistenschaukel“

Tatra hätte ein „tschechoslowakischer Volkswagen“ werden können, ist Ernst Bieber überzeugt. Die kommunistische Führung entschied sich aber für den Bau von Luxuslimousinen, welche der Klasse der Kombinationsdirektoren, der Polizei sowie verdienten Funktionären vorbehalten waren und daher in der DDR auch als „Kommunistenschaukel“ bezeichnet wurden. Privatleute durften den Tatra nicht erwerben. Nur selten verirrten sich die Wagen der Baureihe 603 in den Westen.

Für Ernst Bieber ist er ein „unkonventionelles, durchwegs genial konstruiertes und mit diffizilen Detaillösungen versehenes Modell“, das liebevoll gehegt und gepflegt werden will. Seien es die Vergaserschrauben, die er nachziehen oder der Ölstand, den er kontrol-

lieren muss. „Sonst läuft er aber noch wie am Schnürchen“, stellt der Tatra-Liebhaber fest.

Der Tatra 603 wurde in den Jahren von 1956 bis 1975 in drei Serien gebaut, die sich hinsichtlich der Fahrzeugfront und der Anordnung der Scheinwerfer unterscheiden. Insgesamt verließen rund 21.000 Exemplare die Werkshallen in Ostmähren. Angetrieben wird der 603 von einem luftgekühlten 2,5-Liter-Ottomotor, der eine Leistung von 77 Kilowatt erbringt und ihn auf 165 Stundenkilometer beschleunigt. Das Aggregat befindet sich im Heck und treibt die Hinterräder an.

Der Tatra 613 wurde Anfang der 1970er-Jahre vorgestellt und ging 1974 in Serie. Das Design dafür stammte vom italienischen Automobil-design- und Karosseriebau-Unternehmen Vignale. Eines der Nachfolgemodelle war der Tatra 700, der 1996 vom Band lief und gegen die S-Klasse von Mercedes-Benz antreten hätte sollen. Jedoch fehlten darin Airbag und ABS. Nach nur 65 Fahrzeugen wurde die Produktion der Serie und die von Personenwagen überhaupt beendet. Seither produziert Tatra nur noch Lastkraftwagen.



Ernst Bieber lenkt den Tatra in eine Seitengasse, wo sich seine kleine Werkstatt befindet. „Ich habe eine besondere Beziehung zu ihm entwickelt“, gibt er zu und steigt aus dem Wagen. Sein Blick fällt auf die beiden Doppelscheinwerfer des Wagens. „Ja, alte Liebe rostet nicht.“ ■

Der Tatra verfügt über eine Lenkradschaltung.

Seltsame Gebilde

Sie gehören wohl zu den geheimnisvollsten und seltsamsten Organismen der Erde: Schleimpilze. Doch der deutsche Name ist irreführend, denn Pilze sind sie keine.

VON REINHOLD GAYL

Was soll man mit Wesen machen, die man nicht richtig zu bestimmen weiß? Man steckt sie zu den Pilzen! So ist es den Schimmelpilzen gegangen – zu Recht, es sind Pilze. So geschehen ist es auch bei den „Spaltpilzen“ – zu Unrecht. Die Spaltpilze sind Bakterien und damit Teil eines eigenen Organismenreiches. Und die Schleimpilze zu guter Letzt wurden auch zu den Pilzen gepackt. Sie lassen sich im Gegensatz zu den Spaltpilzen noch immer nicht richtig einordnen. Pilze aber sind sie definitiv nicht.

Hexenbutter und Blutmilch

Die Schleimpilze sind schon früh Naturbeobachter:innen aufgefallen: Schleimige Klumpen und Fladen, manche dottergelb wie die Gelbe Lohblüte, manche schneeweiß, eine sogar korallenrot, die auf Moderholz und im Falllaub, ja sogar nicht selten auf der Gerberlohe aus Eichenrinde auftauchten. Kein Wunder, dass der verschreckte Volksmund die gelben Sporenbehälter als „Hexenbutter“ und die roten eines anderen Schleimpilzes als „Blutmilch“ deuteten. Und noch bizarrer: Die seltsamen Gebilde konnten kriechen! Mit fast sechs Zentimeter pro Minute krochen die Fladen dahin, streckten Fortsätze aus, an denen sie sich vorwärts zogen. „Scheinfüßchen“ nennt man sie und kennt sie von einer ganz anderen Einzeller-Gruppe, den Amöben.

Ganz anders? Das stimmt nicht! Denn der Lebensweg eines Schleimpilzes beginnt, wenn er als mikroskopisch-kleines, amöbenartiges Wesen aus einer Spore schlüpft. Tausende kriechen heraus und wandern unabhängig voneinander nach Amöbenart den Untergrund ab. Sie fressen ständig und zwar alles,

was kleiner ist als sie selbst, also Bakterien, Pilzsporen, aber auch nahrhafte Säfte, die die verrottenden Blätter liefern. Und eines Tages passiert es: Die zahllosen Amöben fließen aufeinander zu und vereinen sich zu einem Klumpen oder Fladen, der nun seinerseits weiter kriecht. Im Fachausdruck nennt man dieses Gebilde „Plasmodium“. Die zahllosen Zellkerne, die nun vereinigt sind, teilen sich synchron, sodass das Plasmodium auf ein erkleckliches Gewicht von bis zu 20 Kilogramm heranwachsen kann.

Schleimpilze leben nicht nur im Totholz und im Falllaub. Sogar in Wüsten und auch unter Schneedecken können sie überleben. Eine kleine Anekdote: 1973 erschienen massenhaft gelbe Plasmodien in Dallas im US-Bundesstaat Texas. Sie kletterten an Bäumen, Häusern und Zäunen hoch und ließen sich auch von den kräftigen Wasserstrahlen der Feuerwehr nicht vertreiben. Manche Bewohner:innen hielten sie sogar für Aliens, die eine Invasion planten.

Kreative Formen

Doch zurück zum weiteren Schicksal der fressenden und wandernden Plasmodien. Eines Tages halten sie an und wenden sich ans Licht, obwohl die Gebilde bisher Schatten und Dunkelheit gesucht hatten. Aus dem Plasmodium wachsen kleine Hügel empor, die sich schließlich zu Kugeln, Walzen und zu attraktiven, kleinen gestielten Keulen verhärten, die eng an eng stehen. Bald ist das gesamte Plasmodium in diesen merkwürdigen Gebilden aufgegangen. Während die Schleimpilz-Plasmodien eher langweilig sind, zeigen sie nun in der Weiterentwicklung eine wahre Wunderwelt. Einige sind kugelige Kapseln, andere bilden wirre Netzwerke aus dicken Strängen. Viele sind Gebilde mit künstlerischem Design. Unglaublich, dass so etwas aus den simplen Schleimfäden hervorgehen kann.

Der Lebensweg
eines Schleimpilzes
beginnt, wenn er
als mikroskopisch-
kleines, amöben-
artiges Wesen
aus einer Spore
schlüpft.

Das Plasmodium kann
auf ein erkleckliches
Gewicht von bis
zu 20 Kilogramm
heranwachsen.



Grund für diese Entwicklung ist, dass die einzelnen Teil-Amöben des Plasmodiums sich zum Zweck der Fortpflanzung zu gemeinsamen Organen, Sporenbehältern, geformt haben. Bei Trockenheit und Wärme platzen sie auf und entlassen nun ihrerseits kleine Amöben, die erneut als „Einzeltierchen“ über den Waldboden kriechen, bis auch für sie der Zeitpunkt gekommen ist, sich zu vereinen. Das können sie relativ ungehindert tun: Schleimpilze haben fast keine Fressfeinde – gelegentlich werden sie von Käfern, Milben, Pilzmücken und Springschwänzen gegessen.

Besondere Fähigkeiten

Die Fähigkeiten der Plasmodien sind erstaunlich. Sie sind etwa in der Lage, Seidentücher und sogar Filterpapier zu durchdringen und sich danach wieder als komplettes Plasmodium zu präsentieren. Ja, mehr noch: Japanische Forscher:innen haben Schleimpilze in Labyrinth gesperrt und ihnen mehrere Wege zu Nährlösungen angeboten. Sie bewegten sich gezielt auf die Nahrung zu, wählten sogar stets den kürzesten Weg. Diese Fähigkeit kann man sich beim besten Willen nicht erklären.

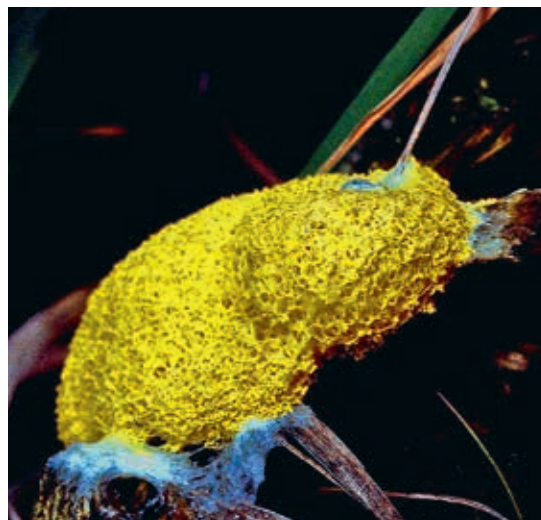
Die Bedeutung der Schleimpilze für uns Menschen ist begrenzt. Jedoch hat man herausgefunden, dass manche von ihnen im Stadium der Amöben, beziehungsweise im Übergang zum Plasmodium, in vielerlei Hinsicht unseren menschlichen Sinneszellen ähneln. Man kann also an Schleimpilzen verschiedene Vorgänge dieser Zellen studieren, kann „in vitro“, also im Labor, die Wirkung von Drogen und Heilmitteln ausprobieren, ja, sogar in der Demenz-Forschung haben die Schleimpilze unseren Wissenschaftler:innen bereits wertvolle Erkenntnisse geliefert. ■



Fotos von oben
nach unten:

Amöbengruppen
schließen sich nach und
nach zum Plasmodium
zusammen.

Aus den Sporenbehältern
der Schleimpilze
kriechen Tausende
Amöben heraus.



Der dottergelbe
Gerberlo-Schleim-
pilz gedeiht auf
Eichenrinden.

Auf Totholz in dunklen
Wäldern fühlen sich
Schleimpilze besonders
wohl.



kleiner Kellerkrebs	österr. Modetratorin (Victoria)	Einzel-darbie-tungen	Staat in Mittel-amerika (2 W.)	▼	Berg-wiese	▼	Tiroler Skirenn-läufer, † 2009	▼	Helden-gedichte	Blatt-vorder-seite	▼	kostbar, selten	Wahl-zettel-behälter	interna-tionales Notruf-zeichen
▶	▼	▼			Zier-spargel	▶	▼			▼			▼	▼
Haupt-stadt von Mallorca			österr. Olympia-Sieger 1932	▶								Fluss in Ost-tirol		
▶		5			dt. Normen-zeichen (Abk.)	▶			dt. Schau-spieler, † 1999		Substanz der Gene (Abk.)	▶		
aufroll-barer Vorhang	▶					Klein-gewicht (Abk.)		Gardine	▶			1		Zank, Un-frieden (ugs.)
▶	2		halb-freier german. Bauer		auch, dito	▶					dick, auf-gebläht (ugs.)	▼	schotti-scher Volks-tanz	▼
griech. Göttin der Mor-genröte		österr. Fernseh-koch	▶			4		Abk.: Selbst-kontrolle (Film)		Vorname von Lan-caster	▶			
Stadt am Suez-kanal (Port ...)	▶			3	Kfz-K. Torgau-Oschatz	▶	Sturz	▶				Nach-folger der EG	▶	
freier Verteidi-ger beim Fußball		Unfall-folge (Pkw)	▶											6
▶					gramma-tischer Fall (Abk.)	▶				Tolpatsch (ugs.)	▶			

DEIKE-1510-1

1	2	3	4	5	6

Lösung vom Dezember:
Tapir

A	M	E	N	K								
B	S	S	E	L	N	A	N	T	R	I	E	B
G	P	T	O	T	D	R	E	I	N	L		
I	S	I	S	R	H	E	R	A	N	D		
B	T	A	R	E	A	L	K	B	S			
N	U	A	N	C	E	L	K	L	I	E	N	T
R	L	H	O	L	G	A	M	F	G			
G	E	F	A	E	S	S	E	A				
P	E	R	U	C	H	I	S	A	C	H	E	R
R	O	M	E	U	N	T	A	D	E	L	I	G

Rätseln und gewinnen

Gesucht ist eine beliebte Wintersportart. Senden Sie uns das richtige Lösungswort und Sie haben die Chance, Tee aus dem Kräuterpfarrer-Zentrum zu gewinnen. Aus den richtigen Einsendungen ziehen wir drei Gewinner:innen.

Unsere Adresse:
Redaktion Granatapfel, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien
E-Mail: redaktion@granatapfel.at
Einsendeschluss: 19. Jänner 2024



Absender nicht vergessen, auch bei Teilnahme per E-Mail! Nur ausreichend frankierte Sendungen werden entgegengenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. An die Teilnahme sind keinerlei Verpflichtungen gebunden.

Mit der Teilnahme und der damit verbundenen Zusendung Ihrer Daten erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre personen-bezogenen Daten zum Zwecke der Gewinner-Ermittlung verarbeitet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.barmherzige-brueder.at/ds.

Die Gewinner:innen der Dezember-Ausgabe wurden bereits gezogen und die Preise an sie versandt.

Sudoku (schwer)

Die Zahlen von 1 bis 9 sind so einzutragen, dass sich jede der neun Zahlen nur einmal in einem Neunerblock, nur einmal auf der Horizontalen und nur einmal auf der Vertikalen befindet.

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

Lösung vom Dezember:

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



Abonnieren und helfen

Mit einem Abonnement des Granatapfel-Magazins erhalten Sie nicht nur Monat für Monat ein Heft mit 36 lezenswerten Seiten. Sie unterstützen damit auch die Barmherzigen Brüder und ihre Einrichtungen für kranke, alte und beeinträchtigte Menschen.

Das Magazin erscheint elfmal im Jahr (im Juli/August als Doppel-Ausgabe). Wählen Sie aus folgenden Abo-Varianten:

Standard-Abo

11 Ausgaben um € 27,50

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird.

Kurz-Abo

6 Ausgaben um € 15,-

Das Abo endet danach automatisch.

Zwei-Jahres-Abo

22 Ausgaben zum Vorzugspreis von € 45,-

Nach zwei Jahren verlängert sich das Abo um jeweils ein Jahr zum Standard-Abo-Preis, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird.

Digital-Abo

11 Ausgaben um € 15,50

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird. Ein Wechsel vom Papier- zum Digital-Abo ist nach Ablauf des Papier-Abos möglich.

WEITERE INFOS UND BESTELLUNG:

Telefon: 01/214 10 41

E-Mail: info@granatapfel.at

Internet: www.granatapfel.at



Die angegebenen Preise gelten in Österreich. Bei Bestellungen aus dem europäischen Ausland kommt pro Ausgabe ein Porto von € 2,- dazu, von außerhalb Europas sind es € 3,50 pro Ausgabe. Das Kurz-Abo ist nur in Österreich erhältlich.

Informationen zur Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie unter www.barmherzige-brueder.at/ds.

Danke
für Ihre
Unterstützung!

IMPRESSUM

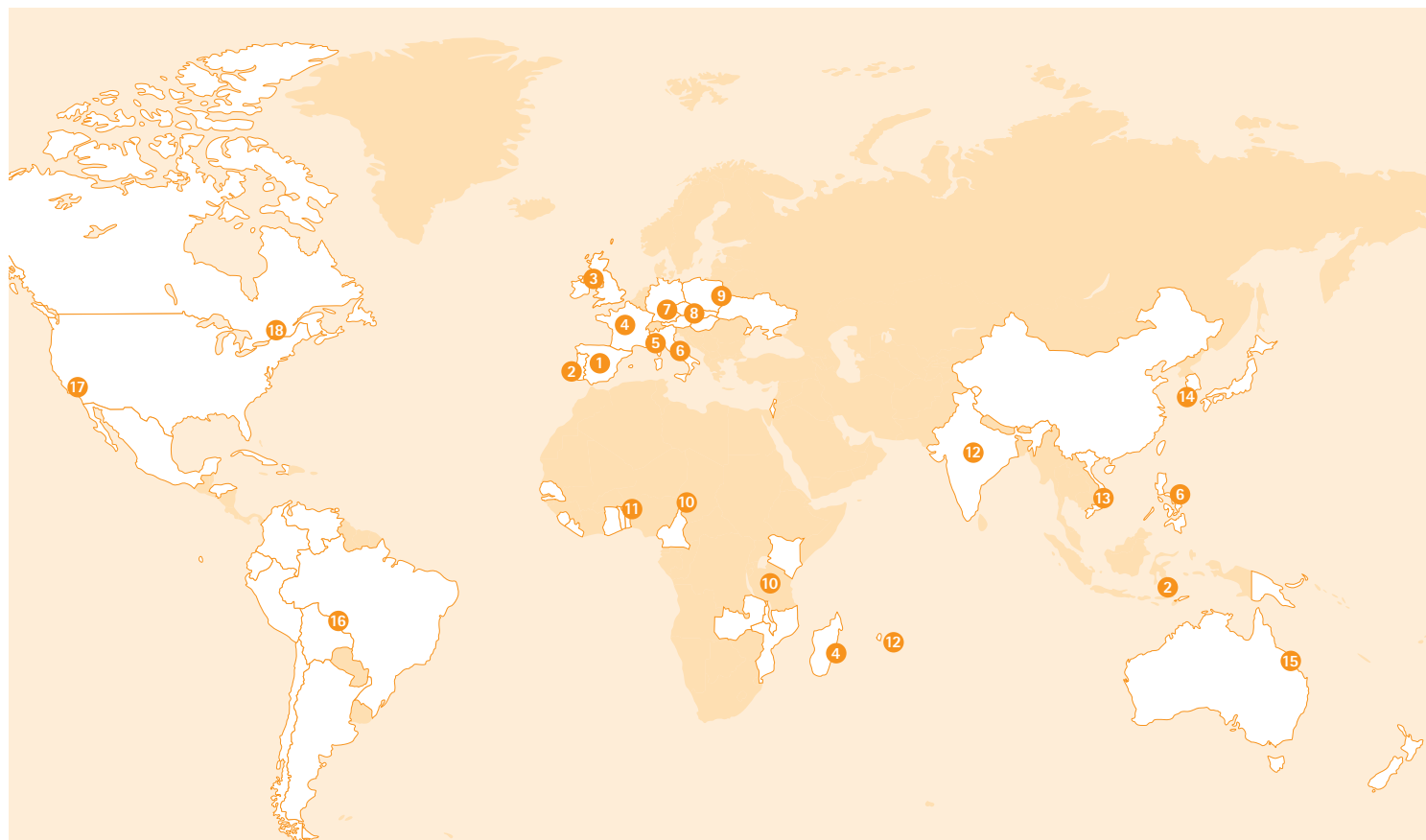
Granatapfel – Das Magazin der Barmherzigen Brüder
Nr. 1 - Jänner 2024
Medieninhaber und Herausgeber: Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16, E-Mail: office@bbprov.at, www.barmherzige-brueder.at
Redaktion: Brigitte Veinfurter (Leitung), Eva Maria Baier und Kristina Weimer-Hötzeneder, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: redaktion@granatapfel.at
Grafik, Layout und Herstellung: Egger & Lerch Corporate Publishing, Vordere Zollamtsstraße 13, 1030 Wien, www.egger-lerch.at
Druck: Druckerei Berger, 3580 Horn
Vertrieb und Aboverwaltung: Eva Maria Baier und Nicole Hladik, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: info@granatapfel.at
Erscheinungsort: Wien
Offenlegung: Eigentümers: Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16 (100%). Grundlegende Richtung: Christliches Gesundheits- und Familienmagazin.
Die Artikel spiegeln die persönliche Meinung der Autor:innen wider und müssen sich nicht zwangsläufig mit der Meinung des Herausgebers decken. Die Redaktion behält sich Kürzungen und Änderungen der Manuskripte vor.
Honoraransprüche müssen bei Vorlage gestellt werden.
Auflage: 24.500
Standard-Abo: € 27,50 (inkl. Mehrwertsteuer und Versandkosten in Österreich)
Bankverbindung: RLB ÖÖ, BIC: RZ00AT2L
IBAN: AT64 3400 0000 0015 3346



Das Österreichische Umweltzeichen für Druckerzeugnisse, UZ 24, UW 686
Ferdinand Berger & Söhne GmbH.

Falls Empfänger verzogen,
mit neuer Anschrift an
Granatapfel-Verwaltung
1021 Wien, Negerlegasse 5/1–3

Österreichische Post AG
MZ 02Z032631 M



Barmherzige Brüder

Weltweit in über 50 Ländern tätig

Der Orden betreibt auf allen Kontinenten Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen, Sozial- und Gesundheitseinrichtungen sowie Schulen. Im Sinne der Hospitalität (christliche Gastfreundschaft) sorgen rund 980 Ordensbrüder gemeinsam mit etwa 63.000 hauptamtlichen und 29.000 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für kranke und alte Menschen, Menschen mit Behinderung, Sterbende, Drogenkranke, Obdachlose und Kinder, die Hilfe brauchen.

Die Generalleitung des Ordens hat ihren Sitz in Rom. Der Orden gliedert sich weltweit in 18 Ordensprovinzen:

Ordensprovinzen in Europa

- 1 Spanische
- 2 Portugiesische (+ Osttimor)
- 3 Westeuropäische (Irland, England + Malawi)
- 4 Französische (+ Madagaskar)
- 5 Lombardische (Norditalien)
- 6 Römische (+ Philippinen)
- 7 Bayerische (Deutschland)
- 8 Österreichische (Österreich, Ungarn, Tschechien, Slowakei)
- 9 Polnische (+ Ukraine, Israel)

Ordensprovinzen in Afrika

- 10 Afrikanische (Ghana, Kamerun, Kenia, Liberia, Mosambik, Sambia, Senegal, Sierra Leone)
- 11 Benin-Togo

Ordensprovinzen in Asien

- 12 Indische (+ Mauritius)
- 13 Vietnamesische
- 14 Koreanische (Südkorea + Japan, China)

Ordensprovinzen in Ozeanien

- 15 Ozeanische (Australien, Neuseeland, Papua-Neuguinea)

Ordensprovinzen in Amerika

- 16 Lateinamerika und Karibik (Argentinien, Bolivien, Brasilien, Chile, Ecuador, Honduras, Kolumbien, Kuba, Mexiko, Peru, Venezuela)
- 17 US-Amerikanische (Kalifornien)
- 18 Nordamerikanische (Kanada, USA + Haiti)