



Rehabilitation in der Klinik Viktoriastift

Wenn eine Krankheit Kinder und Jugendliche ausbremst, sind Einrichtungen wie die Klinik Viktoriastift in Bad Kreuznach ein Hoffnungs-ort. Dort beginnt Rehabilitation – und oft auch ein neuer Lebensweg. **Mehr ab Seite 4.**

GZG-Küche – Bio mit Auszeichnung

Die Klinikküche in Meisenheim zeigt, dass „bio“ mehr ist als gesund – nämlich nachhaltig, verantwortungsvoll und richtig lecker.

Politik endlich verstehen

Hörbuch-Tipp: Politikwissenschaftlerin und Creatorin bringt Politik einfach und humorvoll auf den Punkt.



04



09



10

Inhalt

TITELSTORY

- 4 Rehabilitation in der Klinik Viktoriastift**
Kindern und Jugendlichen sollten alle Chancen im Leben offenstehen. Dazu ist es unabdingbar, dass sie ihren Alltag so bestreiten können, dass sie ihre sozialen, beruflichen und gesellschaftlichen Chancen ausschöpfen können. Eine wichtige Rolle spielen dabei Rehabilitationseinrichtungen wie die Klinik Viktoriastift in Bad Kreuznach. Die Erfüllung der Aufgaben dieser Einrichtung des Landeskrankenhauses kann einen bedeutenden positiven Einfluss auf den Lebensweg beeinträchtigter junger Menschen haben.

BETRIEBSAM

- 10 Bio, gesund, nachhaltig und lecker**
Die Küche des Gesundheitszentrums Glantal erhielt auch nach der jüngsten jährlichen Visitation das Bio-Zertifikat für Zutaten und Erzeugnisse. Dass der Begriff „bio“ weit mehr ist als gesünderes Essen, das zudem richtig gut schmeckt, beweist ein genauerer Blick. Eine Visite in der Klinikküche mit Küchenchef Joachim Schnellting.

ENTSPANNT

- 09 Buch- und Hörbuch-Tipps**
Unsere Empfehlungen für alle Buch- und Hörbuchliebhaber





14

VITAL

- 14 **Bruschetta mit Avocado und Burrata**
Joachim Schnellting zeigt, wie gesunde Snacks richtig gut schmecken.

FORTLAUFEND

- 15 **Vorschau, Sudoku, Impressum**

APPDATE
Immer gut informiert
Die LKH-App forum plus für Mitarbeitende bietet Ihnen alles Wissenswerte rund ums LKH auf einen Blick. Gestaltet als digitale Mitarbeiterzeitung mit Social-Media-Funktionen wie Kommentaren und Likes. Download gleich hier:



Liebe Mitarbeiterinnen, liebe Mitarbeiter,

ich bin mir ziemlich sicher, dass ich es als Kind und Jugendlicher in den 1970er- und 80er-Jahren einfacher hatte als Kinder und Teenager in der heutigen Zeit. Unabhängig von persönlichen Schicksalsschlägen, die sich in jeder Vita finden, haben die Einflüsse von außen doch extrem zugenommen. In unserer vernetzten Welt werden Kinder und Jugendliche täglich mit negativen Informationen, visuellen Schockmomenten aus Kriegsgebieten und Fake News zu allen möglichen Themen überflutet.

Meinungen werden zu Fakten, fragwürdige Social-Media-Beiträge auf dem Schulhof zum Mainstream und wer doch mal mit sachlichen Argumenten um die Ecke kommt, gerät schnell zum Außenseiter. Ich sage Ihnen ganz ehrlich: Ich bin froh, heute nicht mehr Jugendlicher und damit diesen Einflüssen ausgesetzt zu sein. Man wünscht den Kindern ja schon fast, dass sie mehr Katzen-Gifs von Oma und Opa bekommen.

Warum ich Ihnen das alles erzähle? Weil wir in dieser Ausgabe einen Blick hinter die Kulissen der Klinik ViktoriaStift werfen – unseres Zentrums für Kinder- und Jugendmedizin in Bad Kreuznach. Die Ärztliche Direktorin Beate Kentner-Figura berichtet vom Alltag auf den Stationen und den positiven Einflüssen, die eine Reha auf unsere jungen Patientinnen und Patienten sowie deren Familien nehmen kann.

Abgerundet wird unser Menü von Küchenchef Joachim Schnellting aus dem Gesundheitszentrum Glantal. Er stellt uns nicht nur sein neuestes Rezept vor, sondern zeigt uns auch, wie die bio zertifizierte Küche im Meisenheimer Krankenhaus funktioniert. Viel Spaß beim Lesen!

Ihr Dr. Alexander Wilhelm

Wilhelm



Kinder sind keine kleinen Erwachsenen

Rehabilitation in der Klinik Viktoriastift

Kindern und Jugendlichen sollten alle Chancen im Leben offenstehen. Dazu ist es unabdingbar, dass sie ihren Alltag so bestreiten können, dass sie ihre sozialen, beruflichen und gesellschaftlichen Chancen ausschöpfen können. Ist dies aus medizinischen Gründen erschwert oder gar unmöglich, sieht unsere Gesellschaft glücklicherweise vor, diesen jungen Menschen zu helfen. Eine wichtige Rolle spielen dabei Rehabilitationseinrichtungen wie die Klinik Viktoriastift in Bad Kreuznach. Die Erfüllung der Aufgaben dieser Einrichtung des Landeskrankenhauses kann einen bedeutenden positiven Einfluss auf den Lebensweg beeinträchtigter junger Menschen haben.

Von Wolfgang Pape

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat es 1981 eindeutig definiert: „Rehabilitation ist ein wichtiger Teil der allgemeinen Gesundheitsversorgung und eine Schlüsselstrategie zur Verwirklichung einer nachhaltigen Entwicklung.“ Dieser Grundsatz gilt natürlich besonders für unsere Klinik Viktoriastift (KVS) in Bad Kreuznach, in der Kinder und Jugendliche ihre Rehabilitation absolvieren. Die Ärztliche Direkt-

rin der KVS, Beate Kentner-Figura, weiß: „Medizinische Rehabilitation für Kinder und Jugendliche hat besondere Aufgaben. Sie ist definiert mit einem klaren Ziel, nämlich der Erweiterung der Teilhabe in nach Möglichkeit allen Lebensbereichen.“

Zugrunde liegen der modernen Rehabilitation (Reha) Konzepte, die die Teilhabe in allen Lebensbereichen be-

rücksichtigen und sich an einer leitlinienkonformen Milieutherapie orientieren, die durch ein multiprofessionelles Team durchgeführt wird. Den Unterschied zur Reha Erwachsener verdeutlicht die Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie eindrücklich: „Kinder sind keinen kleinen Erwachsenen. Sie sind nicht für sich verantwortlich, sondern leben in sozialen Bezügen und Lebenswelten. Das bedeutet, sie haben Unterstützer – je jünger sie sind, desto intensiver.“ Je älter sie werden, desto mehr verändern sich die Entwicklungsaufgaben und damit auch die Rehabilitationsziele und das Rehabilitationssetting.

Mehr Öffentlichkeit für psychische Probleme

Psychische Probleme junger Menschen werden seit der Pandemie öffentlich mehr wahrgenommen. Oft wurde berichtet von Ängsten, von Depressionen, von der Vereinsamung Jugendlicher und den daraus resultierenden Folgen. Die Pandemie ist glücklicherweise überwunden, viele Probleme aber sind geblieben, denn sie waren auch schon vorher da. 2024 etwa wurde im Fachmagazin „Lancet“ berichtet, dass sich in den vergangenen 20 Jahren die psychische Gesundheit junger Menschen weltweit stark verschlechtert habe.

Noch während der Pandemie nahmen Essstörungen auch im Kinder- und Jugendbereich zu. „Das nivelliert sich langsam. Aber wir sehen, dass die jüngeren Kinder eben nicht die Entwicklungsschritte gemacht haben, wie regelmäßig in den Kindergarten zu gehen, sich von den

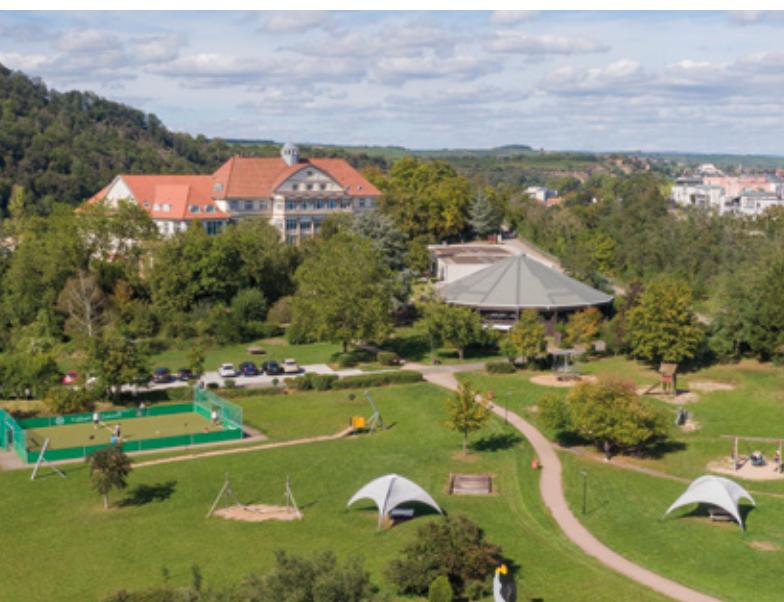
Eltern zu lösen, soziale Sicherheit zu erwerben. Das ist bis heute so defizitär geblieben“, sagt Kentner-Figura.

In der „Reha-Info“ der BAR (Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation) schreibt die Ärztliche Direktorin: „Auch durch den Wandel in der Gesellschaft, Sorgen der Eltern, zwischen Desinteresse und Rollenumkehr sowie übertriebene Ängstlichkeit und Kontrollbedürfnis, sind viele Kinder ungeübt im Umgang mit eigenen Sorgen, Ängsten, Bedürfnissen. Sie sind nur bedingt motiviert oder anstrengungsbereit.“

„Unsere Fachtherapeuten haben eine besondere Ausbildung.“

Besondere Fachkräfte nötig

Für die Reha von Kindern und Jugendlichen werden besondere Fachkräfte benötigt. „Wir benötigen Kinderärzte“, so die Ärztliche Direktorin der KVS. „Bei unserer Art der Reha mit dem Schwerpunkt Psychosomatik benötigen wir auch Psychologen und Psychotherapeuten.“ Aber das genügt noch nicht. „Unsere Fachtherapeuten haben eine besondere Ausbildung.“ Zusätzlich wird ein Pflege-Erziehungsteam gebraucht, ein verhal-



tensttherapeutisch-pädagogisch ausgerichtetes Team, das 24 Stunden täglich an sieben Tagen in der Woche die Rehabilitanten begleitet.

Wie gut die Kinder- und Jugendreha heute organisiert ist, lässt sich schon mit einem Blick in die Vergangenheit aufzeigen. Früher wurden 400 junge Patientinnen und Patienten in der KVS behandelt – alle (sämtlich unbegleitet) wurden am selben Tag aufgenommen und in ganz frühen Jahren der Klinik stand nur ein Arzt zur Verfügung. Natürlich: Der Schwerpunkt war weniger medizinisch ausgerichtet, sondern mehr auf Luft-, Bewegungs- und Lichttherapie. Kentner-Figura: „Trotzdem, wenn man das Konzept liest, waren die Ziele gar nicht so weit weg von unseren heute. Die Durchführung, die Medizin, die Manpower hat sich verändert, weil wir wissen, dass die Kinder das deutlich anders brauchen.“



Lebenswelten haben sich verändert

Besonders in den vergangenen zehn Jahren änderte sich viel, auch in Richtung Psychosomatik kinder- und jugendpsychiatrischer Krankheitsbilder. Das hat natürlich seinen Grund: Die Lebenswelt der kleinen Patienten habe sich verändert, erklärt Beate Kentner-Figura, die Anforderungen, die Leistungsanforderungen in Schule und Berufsleben. „Wir wissen auch viel mehr über Entwicklung, über psycho-soziale Auswirkungen, wie die Familie lebt, wer in die Erziehung integriert ist.“ Häufig sind Krankheitsbilder komplexer und die Familien deutlich belasteter. Deshalb hat sich der Bedarf in der Reha deutlich von der Somatik hin zu psychosomatischen Erkrankungen und psychiatrischen Krankheitsbildern verändert.

Um besser zu verstehen, welche Patientinnen und Patienten den Fachleuten der Klinik anvertraut werden, nennt die Ärztliche Direktorin Beispiele. Sie berichtet von jungen Menschen, die sehr in sich gekehrt sind (internalisierend), die Schwierigkeiten haben, in größeren Gruppen zureitzukommen, die schon mal am Aufnahmetag nicht aus dem Auto aussteigen wollen, weil sie Angst haben vor unbekannten Räumen, unbekannten Menschen, vor Änderungssituationen. Es kommen Patienten, die bereits in jungen Jahren rezidivierende suizidale Gedanken oder selbstverletzendes Verhalten mitbringen.

Es gibt externalisierende Patienten, die mit einer einfachen Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörung nach Bad Kreuznach kommen oder auch mit Emotionsregulationsproblemen. In der jüngsten Zeit sind auch Patienten mit Autismus-Spektrum-Störung häufiger, „obwohl sie nur sehr eingeschränkt gruppenfähig sind, da sie soziale Situationen nicht gut verstehen oder sich selbst nicht so gut regulieren können im Hinblick auf Stimmung und Gefühle, das Miteinander von Gleichaltrigen oder Erwachsenen“. Die Zusammensetzung der Gruppen in der Reha darf daher nicht dem Zufall überlassen werden.

Manche kommen über die Sozialpädiatrie zur KVS, ob nach Frühgeburtlichkeit oder weil sie bestimmte chronische Erkrankungen muskulärer oder neuronaler Art haben, weil ADHS oder andere psychische Erkrankungen auch schon in früheren Jahren bestehen können. Das heißt, sie kommen schon mit Einschränkungen im Alltag besonderer Art, manche mit langer Vorgesichte, manche haben schon lange gekämpft, manche sind

sogar ein bis zwei Jahre nicht zur Schule gegangen, weil sie so eingeschränkt waren. Damit muss das Team umgehen können. Und das Team muss es möglich machen, dass diese jungen Patientinnen und Patienten, die so unterschiedliche Krankheitsbilder mit sich bringen, trotzdem miteinander einen Rehabilitationsalltag schaffen. „Reha bedeutet nicht: erst Diagnostik und dann individuelle Belastungserprobung. Es bedeutet mindestens in 70 bis 80 Prozent der Fälle Gruppensetting“, erklärt die Ärztlicher Direktorin.

Wenn man sich vor Augen führt, welche Krankheitsbilder auftauchen, wirkt die zur Verfügung stehende Zeit eher gering. Die Kostenträger (Rentenversicherung oder Krankenversicherung) geben vier Wochen vor. Eine Verlängerung auf bis zu sechs Wochen ist möglich. Immerhin gilt für Kinder nicht, dass eine Reha nur alle vier Jahre in Anspruch genommen werden darf, sondern angesichts der Entwicklung, die man in der Altersspanne durchläuft, einmal im Jahr.

Was ist möglich und was nicht

Die Erwartungen an eine Reha sind hoch. „Deshalb versuchen wir schon am Aufnahmetag, das noch mal aufzugreifen und sagen, was wir können, was nicht“, gibt Beate Kentner-Figura einen Einblick. Gleich nach dem Aufnahmetag gibt es einen interaktiven Vortrag für

Eltern, in dem das Konzept der KVS fachübergreifend vorgestellt wird. „Ein Kollege aus dem Funktionsdienst sagt immer: ‚Wir sind keine Waschstraße – das Kind hier rein, da wieder raus, alles gut‘“, zitiert Kentner-Figura. Stattdessen begleitet man, findet Stärken heraus, identifiziert Schwächen. Am Ende der Reha kann so bestimmt werden, welche Therapie zu welchem Kind passt. „Das sehen die Behandler zu Hause nicht. Wir haben häufig den Vorteil, dass die Eltern dabei sind und wir das Wissen an die Eltern weitergeben können.“

Reha-Alltag ist anstrengend

Man ahnt, dass es nicht einfach ist, eine Reha-Einrichtung zu betreiben, es ist sogar „eine Herausforderung, weil wir hier eine Behandlung haben, die nur auf Freiwilligkeit basiert, wir aber trotzdem konfrontiert sind mit manchmal schweren oder mittelschweren Symptomen oder Einschränkungen im Alltag“, gibt Kentner-Figura zu bedenken. So spiegeln denn auch Begleitpersonen ab und an, dass Reha anstrengender sein kann als der Alltag daheim. Und sie ist auch eine Herausforderung für das Kind, weil es einen anderen Rhythmus hat, weil es andere Menschen, Mitpatienten um sich hat. Deshalb ist es eine der Aufgaben der Behandlungsteams, die Ziele nachhaltig zu verfolgen, aber gleichzeitig die Motivation aufrechtzuerhalten, damit diese Form angenommen und der Aufenthalt nicht vorzeitig abgebrochen wird.



Mitreisende Eltern werden aktiv einbezogen

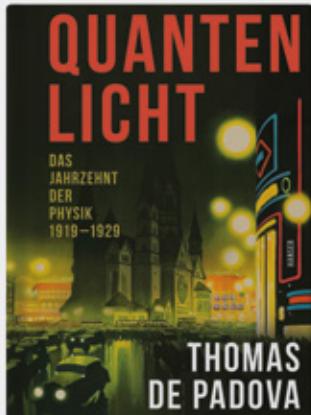
Jugendliche, die alleine eine Reha antreten, sind häufig durch ihre psychische Erkrankung in der Interaktion eingeschränkt. In Stationsgruppen werden die Tage mit den Anforderungen des sozialen Miteinanders gestaltet. Dazu werden neue Strategien erprobt und die in der Therapie besprochenen Fähigkeiten („Skills“) angewandt. In therapeutischen Gesprächen können die jungen Menschen eigene Ängste und Bedürfnisse thematisieren und Lösungen erarbeiten. Mit Themen wie Kommunikation, Stressbewältigung, Achtsamkeit und Umgang mit Medien setzt man sich in psychotherapeutischen Gruppen auseinander. Fortschritte werden an die Eltern telefonisch und beim Abschlussgespräch weitergegeben. Jüngere Patientinnen und Patienten werden von ihren Bezugspersonen zu Therapien begleitet. Wichtig: Der Reha-Bedarf besteht in dieser Gruppe der Kinder nicht nur in der Therapie der kleinen Patienten, sondern auch bei der Familie. Daher werden mitreisende Elternteile oder auch Geschwisterkinder aktiv in die Reha eingebunden. Das kann anstrengend sein, weiß Beate Kentner-Figura. Aber: „Keiner ist alleine krank.“ Umso wichtiger ist es, dafür zu sorgen, dass alle Beteiligten gut damit leben können.

„Wir sind alle an den Eltern dran, von Beginn an. Wir machen sie fit, bei kleineren Kindern im Hinblick auf

Eduktion, Workshops, in ihrer Rolle als Eltern, aber auch als Begleiter, Unterstützer.“ Es gibt Eltern, die alleinerziehend und sehr belastet, manchmal auch selbst psychisch oder chronisch krank sind. Auch der Umstand, dass viele mitgereiste Erwachsene nebeneinander wohnen auf relativ engem Raum, kann zur Herausforderung werden. „Manchmal muss man schlachten, manchmal den Alltag der Begleitpersonen organisieren oder eben ihre Freizeit, weil sie es nicht mehr gewohnt sind“, so die Ärztliche Direktorin. „Das tun wir bei Kindern oder bei Eltern.“

Die Möglichkeit einer Rehabilitation in der Klinik Viktoriastift sieht Beate Kentner-Figura als eine „Chance für Familien und Patienten, die von chronischer Erkrankung betroffen sind“. Wie hoch das Ansehen dieser Art der Rehabilitation ist, zeigte sich im vergangenen Jahr, als die Fachärztin mit einer Kollegin einer anderen Reha-Klinik und einem niedergelassenen Kollegen beim Internationalen Kongress für Kinder- und Jugendpsychiatrie ein Symposium ausrichtete. „Aus der ganzen Welt fragte man uns, wie man so etwas anbieten, aufbauen und strukturieren kann“, erzählt die Ärztliche Direktorin. Der Bedarf scheint weltweit zu existieren. „Aber es gibt tatsächlich nur in Europa und schwerpunktmäßig in Deutschland Rehabilitation. Wir wurden wirklich darum beneidet, so etwas zu haben.“ ■



BUCH-TIPP**Quantenlicht****Das Jahrzehnt der Physik 1919-1929**

Wollen Sie mal wieder etwas anderes lesen als ewige Schmonzetten, in denen sich zwei Liebende nach Irrungen und Wirrungen am Ende finden? Dann könnte dieses Buch etwas für Sie sein.

Zum Jahr der Quantentheorie erschien die lebendige Geschichte über den Ursprung der Quantenphysik und zeichnet ein schillerndes Bild der 1920er-Jahre. Der in Neuwied geborene Autor Thomas de Padova versteht es, das für Laien so schwierige Thema Quantenphysik in eine spannend geschriebene Geschichte zu packen.

Thomas de Padova:

Quantenlicht – Das Jahrzehnt der Physik 1919–1929

Verlag: Hanser

Seiten: 432 / Hardcover

ISBN: 978-3-446-28134-9

Vier Forscher stehen im Zentrum: Albert Einstein, Max Planck, Niels Bohr und Werner Heisenberg. Die Wissenschaftler ergründeten das Innere der Atome und rannten mit der Frage: „Was ist Licht?“ Die neu entstandene Wissenschaft der Quantenphysik sprengte die Grenzen der Vorstellungskraft, deren Entdeckungen prägen unser Leben bis heute. Der Autor schafft es, die fieberhafte Suche nach Antworten, die Begegnungen der Forscher lebendig werden zu lassen. Es ist auch eine Geschichte, die der Freude am Denken Tribut zollt – gerade in Zeiten, in denen uns durch Künstliche Intelligenz auch das abgenommen werden soll, ein wunderbares Signal, die eigene Geisteskraft nicht zu vernachlässigen. *Text: Wolfgang Pape* ■

Endlich Politik verstehen

Wie du nie wieder keine Ahnung hast

| @nini_erklaert_politik auf Instagram und TikTok

Nina Poppel ist Politikwissenschaftlerin und sogenannte Politik-Creatorin, das heißt, sie erklärt unter @nini_erklaert_politik auf Instagram und TikTok Politik einfach und humorvoll. Mit diesem Hörbuch kann man auch Follower von ihr sein, ohne auf den genannten Netzwerken angemeldet sein zu müssen.

Mit Politik ist es in etwa wie beim Fußball: Jeder glaubt, ein Experte zu sein – und viel zu viele glauben, es besser zu wissen als alle anderen. Gerade in Zeiten, in denen jeder rund um die Uhr etwas in die Welt hinaussenden kann, ist das unter Umständen sogar gefährlich, wie man oft genug beobachten muss. Umso besser, wenn jemand erklärt, wie zum Beispiel das politische System bei uns funktioniert, warum Meinungsfreiheit der Eckpfeiler der Demokratie ist, wo ich mich informieren kann, wie persönliches Fact-Checking funktioniert.

Politik ist überall und die Antworten sind oft kompliziert (auch wenn uns viele davon überzeugen wollen, dass sie es nicht sind). Nina Poppel fängt bei den Basics an und führt dann spielerisch durch den komplexen Politik-Dschungel. Dabei macht sie deutlich, dass Politik nicht nur in Parlamenten und auf Gipfeln stattfindet, sondern alle betrifft. Empfohlenes Alter: ab 14 Jahre. *Text: Wolfgang Pape* ■

HÖRBUCH-TIPP

„Nie war es wichtiger, genau zu verstehen, wie Politik funktioniert!“

Nina Poppel

Endlich Politik verstehen

Wie du nie wieder keine Ahnung hast

Verlag: Argon Digital

Autorin und Sprecherin:

Nina Poppel

Laufzeit: 7 Stunden 13 Minuten

ISBN: 978-3-7324-7904-7



Joachim Schnellting (links) und sein Team: Michaela Roos, Annette Wendling, Lea Eslawan Doll (hinten, von links), Petra Becker, Rebecca Wolf und Swetlana Murschel (vorne, von links). Außerdem gehören dazu: Simone Deubel, Jana Rutz, Silvia Schöndorf, Swetlana Braun und Johannes Klein.

Bio, gesund, nachhaltig und lecker –

GZG-Küche arbeitet für Patienten, Mitarbeitende und den Schutz der Umwelt

Die Küche des Gesundheitszentrums Glantal erhielt auch nach der jüngsten jährlichen Visitation das Bio-Zertifikat für Zutaten und Erzeugnisse. Dass der Begriff „bio“ weit mehr ist als gesünderes Essen, das zudem richtig gut schmeckt, beweist ein genauerer Blick. Eine Visite in der Klinikküche mit Küchenchef Joachim Schnellting.

Von Wolfgang Pape

Das Thema Nachhaltigkeit ist heutzutage in aller Munde. Das Gesundheitszentrum Glantal (GZG) war zwischen 2012 und 2014 bereits nach den strengen Kriterien der DGNB (Deutsche Gesellschaft für Nachhaltiges Bauen) errichtet worden. Die Meisenheimer Klinik wurde als „Green Hospital“ so konzipiert, dass das Thema Nachhaltigkeit besondere Berücksichtigung fand, etwa durch verwendete Materialien oder effizientere Energienutzung. Die Küche sollte da nicht außen vor bleiben. „Folgerichtig musste auch dort danach gearbeitet werden“, sagt Küchenchef Joachim Schnellting. Er ist

überzeugt: „Davon haben wir profitiert.“ Seit 2017 ist die Meisenheimer Klinikküche biozertifiziert. Bei den jährlichen Audits wird ganz genau hingeschaut: auf die verwendeten Zutaten, auf Rezepturen, die Liefererscheine werden kontrolliert, die Lagerhaltung (bio und nicht bio muss getrennt gelagert sein). In jedem Jahr gab es seither die Rezertifizierung.

Feedback ist die Messlatte

Für Mitarbeitende sowie Patientinnen und Patienten steht natürlich an erster Stelle die Frage, ob das Essen schmeckt und gesund ist. „Daher ist das Feed-

back die Messlatte für uns“, sagt Schnellting. Es ist ein täglicher Spagat: Da gibt es einerseits viele ältere Patientinnen und Patienten aus einer ländlich geprägten Gegend, gleichzeitig jüngere Kolleginnen und Kollegen, die gerne auch Neues probieren möchten.

Joachim Schnellting muss daher „eine gesunde Mischung finden“, wie er sagt, wenn er die Gerichte zusammenstellt. Daher gibt es auf dem Speiseplan traditionelles Essen, gerne im örtlichen Dialekt benannt, daneben moderne, urbane Gerichte. Um zu erkennen, was ankommt, muss er auch mal ausprobieren – nicht jedes Gericht ist ein Volltreffer, gibt er zu. Da gibt es dann Gerichte, die vor nicht langer Zeit in einem Krankenhaus undenkbar gewesen wären, wie etwa jüngst ein vegetarisches Curry mit Jackfruit.

Einfluss auf das Wohl

Beim Essen ist es in etwa wie beim Fußball: Alle können mitreden. Wenn dann aber wie kürzlich ein Anruf der Frau eines ehemaligen Patienten kommt, sie hätte gerne die Rezepte, da ihr Mann seit seinem Aufenthalt im GZG immer wieder vom Essen spreche, freut Schnellting das umso mehr. „Das ist keine Selbstverständlichkeit!“

Wie wichtig das Essen in Krankenhäusern ist, weiß man nicht erst seit gestern. 2010 stellte das Centrum

für Krankenhaus-Management der Universität Münster im Rahmen der Studie „Patientenzufriedenheit und Prozessoptimierung im Krankenhaus“ fest, dass die Qualität des Essens das Urteil von Patienten hinsichtlich der „Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt insgesamt“ maßgeblich beeinflusst.

„Das Essen gehört zur Therapie dazu.“

Laut der Studie hat die Qualität der Speisenversorgung neben der Zimmerausstattung den stärksten Einfluss auf das Wohlbefinden der Patientinnen und Patienten während ihres Aufenthalts. „Das Essen gehört zur Therapie dazu“, sagt Joachim Schnellting.

Um das Essen in guter Qualität auf die vielen Teller zu bringen, braucht es so einiges: Natürlich sind die Zutaten wichtig, die Rezepturen (man muss bedenken, dass in großen Mengen gekocht wird und die Kosten im Blick behalten werden müssen). Die Mitarbeitenden der Küche müssen einmal im Jahr eine Pflichtschulung absolvieren. Und auch das Verfahren ist von Bedeutung.





In der GZG-Küche werden die Speisen nach dem „Cook and Serve“-Verfahren zubereitet. Laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung (DGE) schneidet das Verfahren in einem Vergleich mit anderen Verfahren in den Dimensionen Gesundheit und Soziales bei allen Indikatoren am besten ab.

Die Methode ist dadurch gekennzeichnet, dass die Nahrungsmittel täglich vor Ort im rohen Zustand für jede Mahlzeit zubereitet werden. Sogenannte „Convenience“-Produkte – zu Hause kennen wir das zum Beispiel als Tiefkühlpizza, gefrorene Gemüsepfannen, die nur in der Pfanne heiß gemacht werden, oder Konserven – sind weniger gesund. Hochverarbeitete Gerichte gehören eigentlich nicht in ein Krankenhaus, wenn man es ganz genau nimmt: nirgendwohin. Joachim Schnellting kennt viele gesunde und besser schmeckende Alternativen.

Natürlich wäre es bequemer und leichter, Verpackungen und Tüten aufzurießen, alles im Kombidämpfer zu erhitzen und auf die Teller zu bringen. Man darf sich eine Küche im Krankenhaus nicht wie eine Küche zu Hause vorstellen. Wenn die Teller bestückt werden, stehen die Mitarbeitenden an einem Band, auf dem die Teller vorbeilaufen. Sie bestücken jeden Teller mit einem Teil des Gerichts, bis das Gericht komplett ist und zum Transport auf die Stationen im Wärmeschränke gelagert werden kann. Hinzu kommen die Sonderkostformen.

Alles muss schnell gehen, damit das Essen zeitig auf den Stationen ist und die hungrigen Kolleginnen und Kollegen im Betriebsrestaurant nicht warten müssen. Ist eine Mahlzeit abgearbeitet, wird sauber gemacht und die nächste Mahlzeit vor- und zubereitet. Also: Einfacher wäre es. Nur eben das wollen Joachim Schnellting und sein Team nicht. Und das schmeckt man auch.

Ökologischer Abdruck klein

Bio und Nachhaltigkeit gehen Hand in Hand. Daher wurde und wird bei allen Prozessen darauf geachtet, dass der ökologische Fußabdruck, den man hinterlässt, möglichst klein ist. So werden beispielsweise Einwegverpackungen eingespart – und das in einem beachtlichen Umfang. Mit der Umstellung von ein-



zeln verpackten Lebensmitteln wie Joghurt, Quark, Marmelade oder Apfelmus auf Großgebinde (die Portionierung erfolgt in kleinere Behälter, die nach der Nutzung gespült werden), konnten im Jahr 2023 121.733 Becher eingespart werden. Insgesamt spart die Küche seit August 2021 jährlich den Restmüll von 17 bis 19 Vier-Personen-Haushalten ein. Dass die Behälter gefüllt und gespült werden müssen, bedeutet Mehraufwand für das Personal. Die große Spülstraße, die so groß ist, dass sie einen eigenen Raum benötigt, läuft ohnehin.

Durch die Einführung eines „Meat Free Monday“ (montags gibt es nur fleischlose Gerichte) sowie vermehrt vegetarische Gerichte auch an anderen Wochentagen, werden jährlich bis zu vier Tonnen CO₂ eingespart. Nebenher tut der Verzicht auf Fleisch dem Körper auch gut.

Und auch beim Energieverbrauch zeigt die GZG-Küche, was man machen kann. Durch eine Prozessoptimierung bei der Bestückung der Speisewagen, die an 365 Tagen im Jahr gebraucht werden, wurden von August 2021 bis Juni 2024 10.500 Kilowattstunden Strom eingespart. Ganz neu sind zwei Konvektomaten, die besonders energieeffizient arbeiten. Andere energie sparende Geräte wurden zuvor bereits angeschafft.

Joachim Schnellting weiß die Vorteile eines vergleichsweise kleinen Hauses zu schätzen. Ein Kollege von ihm arbeitet in einer Klinikküche mit 60 Leuten und muss mit ganz anderen Ansprüchen zureckkommen; im GZG sind es zwölf. Wenn Not am Mann ist, springt der Chef ein, damit das Essen rechtzeitig fertig wird. Und dann freuen sich wieder alle, wenn sie hören oder lesen, dass es geschmeckt hat. ■



Bruschetta mit Avocado und Burrata

Wenn es richtig warm ist, mag man gerne mal etwas Leichtes essen, vielleicht nur einen Snack anstatt eines üppigen Mahls. Oder: Auf Partys und Empfängen wird gerne sogenanntes Fingerfood gereicht – Snacks, die auch im Stehen gegessen werden können. Ein solcher Snack muss aber nicht ungesund sein, nicht aus der Tiefkühltruhe und schon gar nicht von einer Fast-Food-Kette kommen.

Joachim Schnellting, Leiter der Küche des Gesundheitszentrums Glantal in Meisenheim, hat wieder ein tolles Rezept für uns vorbereitet, das man unbedingt zuerst nachkochen und dann für weitere Gelegenheiten archivieren sollte. Lassen Sie es sich schmecken!

Zutaten:

- 1 Baguette
- 2 reife Avocados
- 250 g Burrata
- 1 kleine rote Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, halbiert
- 1 Limette, Saft und Schale
- 1 Handvoll frisches Basilikum
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Balsamico Crema zum Garnieren

„Es ist ein frischer, cremiger Snack mit der perfekten Kombination aus Avocado, Burrata und knusprigem Baguette – ideal für jeden Anlass“, verspricht Joachim Schnellting.

So wird's gemacht:

Das Baguette in Scheiben schneiden und auf ein Backblech legen. Mit Olivenöl bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad etwa fünf bis sieben Minuten rösten, bis es goldbraun und knusprig ist. In der Zwischenzeit die Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel zerdrücken und den Limettensaft sowie die Limettenschale hinzufügen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gerösteten Baguettescheiben aus dem Ofen nehmen und sofort mit der halbierten Knoblauchzehe einreiben, um den Scheiben ein leichtes Knoblaucharoma zu verleihen. Auf jede Baguettescheibe eine großzügige Portion der Avocado-Mischung verteilen.

Die Burrata vorsichtig auf die Avocado geben und mit der gehackten roten Zwiebel und dem frischen Basilikum garnieren. Mit einem Schuss Olivenöl und Balsamico Crema beträufeln. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.



Joachim Schnellting, Küchenchef
des Gesundheitszentrums Glantal

Vorschau

Freuen Sie sich auf die September-Ausgabe

TITELSTORY



Auf Station: Wie gelingt es Kolleginnen und Kollegen, empathisch zu sein, ohne mitzuleiden?

BETRIEBSAM



Viel mehr als Unkraut zupfen –
Gartentherapie in der Klinik Nette-Gut.

Sudoku

Das Rastergitter ist so auszufüllen, dass die Zahlen 1 bis 9 jeweils nur einmal vorkommen – in jeder Spalte, in jeder Zeile und in jedem der neun kleineren Quadrate.

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

Die Auflösung finden Sie in der Mitarbeiter-App LKH forum plus.

Impressum

REDAKTION:

Landeskrankenhaus Unternehmenskommunikation,
Markus Wakulat, Wolfgang Pape

AUTOREN:

Wolfgang Pape, Markus Wakulat

GESTALTUNG:

credia communications GmbH / www.credia.de

DRUCK:

Richter Druck- und Mediencenter GmbH & Co. KG
Elkenroth, www.richter-druck.de

FOTOS UND GRAFIKEN:

Argon Digital (S. 9)
Freepik (S. 2, 14)
Hanser Verlag (S. 2, 9)
Joachim Schnellting (S. 12, 13, 14)
Markus Wakulat (S. 15)
Tobias Vollmer (S. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 15)
Wolfgang Pape (S. 2, 10, 11)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird hin und wieder auf die gleichzeitige Verwendung diverser geschlechtsbezogener Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für alle Geschlechter.

LKH FORUM PLUS – DIE APP FÜR MITARBEITENDE INFORMIEREN TUT GUT.



- + EXKLUSIV NUR FÜR MITARBEITENDE
- + AKTUELLE NEWS UND INFORMATIONEN IN WORT, BILD UND TON
- + BGM-VIDEOS ZUM NACHTRAINIEREN
- + ZUGANG ZUR ONLINE-BIBLIOTHEK FÜR FACHLITERATUR



So einfach geht's...

- + Installieren
- + Registrieren
- + Bestätigen
- + Zugriff beantragen



Keine Lust auf eine App? Kein Problem! Das Portal für Mitarbeitende lässt sich auch im Browser öffnen:
<https://forumplus.landeskrankenhaus.de/>