LIMMIinside

#1 — März 2018

Im Blickpunkt: Change we can! Seite 4
Auf Visite: bei Dr. med. Basil Caduff Seite 10
Auf Herz und Nieren: Knackpunkt Knorpelschaden Seite 15

Dr. med. Basil Caduff trat 1996 im Limmi seine Stelle als Chefarzt der Medizinischen Klinik an. Ende August 2019 wird er pensioniert. Ein Interview bringt Ihnen den sympathischen Heimwehbündner näher.

Seite 10

Lesen Sie den bemerkenswerten Fachartikel von unserem Leiter Sportorthopädie, Dr. med. Marcel Gloyer, über die verschiedenen Verfahren zur Behandlung von Knorpelschäden.

Seite 15

LIMMIinside(r)

Das neue LIMMIinside ist da und wir sind gespannt auf Ihre Meinung. Schreiben Sie uns per Mail oder via Facebook und Twitter.

limmiinside@spital-limmattal.ch
facebook.com/spitallimmattal, twitter.com/SpitalLimmattal

Zum Thema Change: «Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen!»

Aristoteles

Heike von Bylandt ist als neues Mitglied der Personalkommission gewählt worden. Sie wird ab sofort die Aufgaben von Dominique Büchler-Bischof übernehmen. Wir danken beiden für ihren vorbildlichen Einsatz.

PEKO Spital Limmattal

Für wirklich treffende Karikaturen fragen wir am besten Peter Gut. Der renommierte NZZ-Karikaturist freut sich, im LIMMIinside seine Aussensicht einzubringen. Lassen Sie sich fesseln von einer Reihe messerscharfer, humorvoller Illustrationen.

petergut.com

Besuchen Sie unsere öffentlichen und kostenlosen Vorträge im Bühnensaal über verschiedene medizinische Themen zu Ihrer Gesundheit. Im Anschluss offerieren wir jeweils einen Apéro.

spital-limmattal.ch/veranstaltungen

Es ist kein Problem, Probleme zu haben.
Man sollte die Probleme nicht problematisieren.
Die unlösbaren Probleme hören auf, Probleme zu sein.
Ein Leben ohne Probleme ist ein Problem.

Joseph Bonnemain, Spitalseelsorger

ÖPPIS Z'MÄLDE?

Schreiben Sie uns unter:
limmiinside@spital-limmattal.ch

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das Jahr 2018 wird in vieler Hinsicht ein spezielles für den Spitalverband Limmattal. Mit der Eröffnung der neuen Infrastruktur am 22. Oktober 2018 beginnt ein weiteres Kapitel in der langen Geschichte unseres Spitals. Im kommenden November stimmt zudem die Bevölkerung über ein neues Pflegezentrum ab. Beide Grossprojekte sichern eine langfristig erfolgreiche Zukunft für den Spitalverband und die Gesundheitsversorgung der Region.

Intensiv bereiten wir uns auf die Zeit im neuen Spital vor. Viele Prozesse verändern sich für die Mitarbeitenden. Gleich bleibt hingegen die erfolgreiche Limmikultur und die Arbeitsqualität für unsere Patientinnen und Patienten. Dies im Sinne unseres Claims: Top Medizin. Persönlich. Individuell.

Wir bauen aber nicht nur moderne Infrastrukturen. Im Gleichschritt frischen wir auch unseren visuellen Auftritt, die Website sowie das Spitalmagazin auf.

Ich wünsche Ihnen viel Lesevergnügen bei der ersten Ausgabe des neuen LIMMIinside.

Thomas Brack
Spitaldirektor

ZUKUNFT SPITAL LIMMATTAL: CHANGE WE CAN!

von Catalin Florescu

Eine der Hinterlassenschaften des Ex-US-Präsidenten Obama ist der Aufruf: «Yes we can!» Er sollte die optimistische Überzeugung vermitteln, dass man etwas verändern, einen Wechsel herbeiführen kann, wenn man nur daran glaubt und sich beharrlich dafür einsetzt. Er wurde zu einer Art Kulturgut, jeder kann ihn beanspruchen.

Obama gelang nicht ganz, das Angesicht Amerikas zu verändern, aber hier in Schlieren – wenn ich für einmal Äpfel mit Birnen vergleichen darf – wird das Spital Limmattal, liebevoll «Limmi» genannt, mit gutem Grund den Satz für sich beanspruchen können.

Was über eine Dekade durchs Haus geisterte – die Notwendigkeit eines Neubaus, nicht nur eines Faceliftings – und was manche Mitarbeiter gar nicht mehr für möglich hielten, wird wahr: Ein ganzes Krankenhaus zieht mit Sack und Pack um, mit Küche und Töpfen, mit IT und Kabeln, hochsensiblen Geräten und Pflastern, OP-Räumen und Hausapotheke. Keiner bleibt zurück, weder die frisch Operierten noch die Wöchnerinnen werden vergessen. Auch wenn es zu Staus bei den Liften kommen wird, werden alle federleicht durch einen unterirdischen Gang hinübergleiten. Federleicht: Das darf man in Schlieren hoffen, nachdem hier in letzter Zeit Erstaunliches geschehen ist.

Dank einer Privatinitiative wurde im Schlieremer Zentrum eine Rotbuche, die gefällt werden sollte, gerettet und umgepflanzt. Sie wechselte das Domizil. Die Aufmerksamkeit, die man diesem Wesen schenkte – in einer so pragmatischen, kostenbewussten Zeit – berührte mich. Ebenso die Vorsicht, mit der sie gehoben und auf einem Tieflader 150 Meter weiter weg gebracht wurde. Sie hat bis zu 80 Prozent Überlebenschancen.

Nahezu 100 Prozent Chancen hat aber das Limmi, obwohl es – ohne fremde Unterstützung – selber für die finanziellen Mittel sorgen musste. Es erfüllt in der Region eine wichtige Funktion, es trägt Menschen – so wie der Tieflader den Baum – in Sicherheit.

«Ein ganzes Krankenhaus zieht mit Sack und Pack um, mit Küche und Töpfen, mit IT und Kabeln, hochsensiblen Geräten und Pflastern.»

Ein wenig wurde es auch Opfer des eigenen Erfolgs, denn wäre es zur Hälfte leer gestanden, hätte sich kaum ein solcher Schritt aufgedrängt. Jedoch war der Bau aus den Siebzigerjahren – der, unter uns gesagt, den Charme einer DDR-Plattenbausiedlung verströmt – nicht nur nicht mehr zeitgemäss, sondern er platzte auch noch aus allen Nähten.

Allerdings konnte und wollte das Limmi nicht verschwenderisch sein. Es baute kein Krankenhaus für Erdöl-Scheichs oder für russische Oligarchen, sondern für die realen Verhältnisse und Bedürfnisse der Bevölkerung in der Region. Kein Ferrari, aber ein leistungsstarkes Familienmodell. Sollte jemals die Goldküste am Zürichsee ins Limmattal zügeln, wird man weitersehen müssen. Aber das Risiko ist wohl gering.

WEITERE INFOS ZUM NEUBAU: spital-limmattal.ch/neubauprojekt

Alt und neu vereint
Das Hochhaus des Spitals Limmattal, im Vordergrund der fast fertige Neubau.

Es genügt erstmal, dass die Lecks und die Enge des gealterten Gebäudes durch eine neue Infrastruktur und durch grosszügigere Raumverhältnisse ersetzt werden. Die Umwandlung der bisherigen 6er- und 4er-Zimmer in 2er- und 1er-Zimmer gibt einen Einblick in die veränderten Erwartungen und das veränderte Lebensgefühl innerhalb nur weniger Jahrzehnte.

«Für das Limmi endet bald eine mehr als vier Jahre andauernde intensive und für manche direkt involvierte Mitarbeiter stressreiche Planungszeit.»

Im Zeitalter des Individualismus hat man einen erhöhten Bedarf an Wohnraum und ein gesteigertes Bedürfnis nach Privatheit – so paradox das auch ist, da wir ja in der digitalen Welt bereitwillig etliche Informationen über uns preisgeben.

Nein, federleicht wird es in der nächsten Transitzeit nicht gehen. Manche Abteilungen werden zusammengefügt, die Pflegeteams wachsen und verändern sich. Bis sich wieder die gewohnte Vertrautheit und Verbundenheit einstellt, wird es dauern. Manche Pflegeteams werden zusätzliche Aufgaben übernehmen müssen, zum Beispiel neben der Betreuung der Wöchnerinnen auch jene der Orthopädiepatienten.

Die Pflegefachleute werden neu Ansprechpersonen für mehrere Ärzte sein, die gleichzeitig auf Visite sein werden, und für die Patienten. Das ist eine zusätzliche Belastung; Abläufe, die entlasten und trotzdem die sichere Vermittlung von Informationen ermöglichen, müssen sich erst einspielen.

Schmelztiegel
Ab kommendem Oktober treffen sich Besucher, Patienten und Belegschaft in der neuen Cafeteria.

Die Liste kann fortgesetzt werden: Die spitaleigene Apotheke wird nun bestimmte Medikamente unter strengeren Kriterien herstellen und sich in kurzer Zeit viel Know-how aneignen müssen. Die Tagesklinik wird künftig nur noch Patienten betreuen, die operiert werden sollen. Die Infusionen für die ambulanten Patienten werden hingegen von der Onkologie übernommen. Die Radiologie ihrerseits wie auch das Labor erhalten neue Geräte, für deren Bedienung die Mitarbeiter geschult werden müssen. Auch nehmen die Laufwege markant zu, da nun manche Abteilungen die Länge eines Fussballfelds haben.

Die einen Mitarbeiter mögen sich über die Zunahme der Kompetenzen freuen, andere spüren vielleicht ein mulmiges Gefühl und wiederum andere – vielleicht die Mehrheit – wohl beides. Aber genau solche Herausforderungen können auch Ansatzpunkte für Neuerungen und die Überprüfung von liebgewordenen, aber hinfälligen Gewohnheiten sein. Altlasten werden entsorgt, Verfahren optimiert. Jeder Pflegefachmann und jede Pflegefachfrau wird zum Beispiel innerhalb einer bestimmten Zone arbeiten und einen computerisierten Pflegewagen bei sich haben, sodass direkt am Patientenbett eine Vielzahl von Aufgaben erledigt werden kann.

Für das Limmi endet bald eine mehr als vier Jahre andauernde intensive und für manche direkt involvierte Mitarbeiter stressreiche Planungszeit.

«Der Mensch hat ein ambivalentes Verhältnis zu jeder Veränderung. Sie befriedigt seine angeborene Neugierde, seine Neigung, Neues anzupacken und zu gestalten.»

Abschluss der Bodenarbeiten
Der Sockelleisten-Monteur beim Zuschneiden von Aluminiumleisten, die anschliessend entlang der Wände montiert werden.

Auf dem Weg zur Fertigstellung
Der Gipser verspachtelt die letzten Gipskartonplatten.

Immer wieder wurden die Entwürfe präsentiert, diskutiert, verändert. Wünsche wurden angebracht, die jedoch nicht alle berücksichtigt werden konnten. Der Optimismus überwiegt, man freut sich, aber der Übergang verunsichert auch. Der Mensch hat ein ambivalentes Verhältnis zu jeder Veränderung. Sie befriedigt seine angeborene Neugierde, seine Neigung, Neues anzupacken und zu gestalten. Sie kann einen ebenfalls fürchten lassen, dass das fragile Gleichgewicht, das einem Stabilität und Sicherheit gibt, kippen könnte.

Aber sogar eine 80-jährige Buche braucht Zeit, um in der neuen Erde Wurzeln zu schlagen. Das Limmi kann trotzdem im Herbst mit Recht verkünden: Change we can.

Bild: Sabine Rock

Zum Autor

Catalin Dorian Florescu, der seit Anfang der Achtzigerjahre in Zürich lebt, ist Schweizer Autor und Psychologe. Seine Kindheit hat er im kommunistischen Rumänien verbracht. Er arbeitete mehrere Jahre in der Suchttherapie und -beratung, seit 2001 ist er freier Autor und hat bisher 6 Romane, unter anderem «Der Mann, der das Glück bringt», 2016, und einen Erzählband, «Der Nabel der Welt», 2017, veröffentlicht. Für seinen Roman «Jacob beschliesst zu lieben» von 2011 erhielt er den Schweizer Buchpreis.

BASIL CADUFF: DER VOLLBLUTMEDIZINER GEHT BALD IN PENSION

v.l.n.r.
Corinne Brunner, Dipl. Pflegefachfrau FH, Dr. med. Basil Caduff, und Med. pract. Isabel Stiefel, Assistenzärztin.

LIMMIinside besuchte den Chefarzt Medizin in seinem Büro und befragte ihn zu seiner Pensionierung, über die Bündner Berge und die Zukunft des Limmi.

Herr Caduff, Sie gehen bald in Pension. Wann ist Ihr letzter Arbeitstag?
Ende August 2019. Ich wollte eigentlich auf Wunsch meiner Frau ein Jahr früher aufhören. Allerdings wäre dieser Zeitpunkt genau mit der Schlüsselübergabe des Neubaus zusammengefallen. Das ist zu viel Change. Und so darf ich noch beim Zügeln dabei sein.

Sie fühlen sich also noch frisch. Freuen Sie sich trotzdem auf den Ruhestand?
Gesundheitlich geht es mir glücklicherweise sehr gut. Nach über 38 Jahren Spitaltätigkeit wird der Abschied vom Berufsalltag schon ein spezieller Moment sein. Freuen ist wohl etwas übertrieben. Ich bin aber positiv gespannt darauf, was alles kommt.

Melancholisch?
Melancholisch würde ich nicht sagen. Es ist ein neuer Lebensabschnitt, den man planen muss. Aktuell ist alles klar vorgegeben, wie es läuft. Nach der Pensionierung sieht es ein bisschen anders aus. Ich werde mich sicher weiterhin medizinisch und anders engagieren, aber nicht in dem Ausmass wie jetzt.

Was werden Sie am ersten Tag der Pensionierung machen? Ausschlafen?
Keine Ahnung. Ich werde gewiss mit einem mulmigen Gefühl erwachen. Ich bin kein Langschläfer und werde wie immer aufstehen und joggen gehen.

Sie sind, wie man hört, aus dem Bündnerland. Von wo?
Ich wuchs in Disentis und Domat Ems auf und besuchte dort die Grund- und später in Chur die Mittelschule. Nach dem Abschluss der Matura studierte ich Medizin in Zürich und bildete mich in diversen Spitälern aus.

Gingen Sie dann wieder zurück?
Ja, nach einem Abstecher in die Anästhesie in Frauenfeld arbeitete ich als Gebirgsarzt bei der Rettungsflugwacht auf der Basis in Untervaz. Das war eine sehr spannende Zeit. Während meiner Ausbildungszeit in der Inneren Medizin in Chur und auch später leistete ich regelmässig Wochenend-Dienste bei der Rega.

«Die Arbeit des Chefarztes ist nur im Team erfolgreich. Viele müssen zum Erfolg und damit zum guten Ruf des Limmi beitragen.»

Wann haben Sie das Bündnerland endgültig verlassen?
Ich habe es NIE endgültig verlassen, uuuu, nie endgültig!

Darum Ihr Bündner Autokennzeichen?
Das ist rein emotional. Ein bisschen Nostalgie muss sein, auch wenn es nur auf dem Schild ist.

Hatten Sie nicht ein schweres Herz, als Sie das Bündnerland verliessen?
Ein bisschen schon. Es war aber immer klar, dass dies der Weg ist. Ich dachte, dass ich eines Tages zurückkehren würde. Aber im Leben läuft es häufig anders, als man denkt. Nun bin ich seit 30 Jahren im Limmattal und bin sehr zufrieden.

Keine Sehnsucht oder Heimweh?
Ich bin sehr gerne in Graubünden. Es ist ein guter Ausgleich zum hektischen Alltag. Aber wir fühlen uns im Limmattal sehr wohl. Sicher werden wir bald vermehrt hinaufgehen. Aber der Lebensmittelpunkt ist hier unten.

Wie kamen Sie zur Medizin?
Es war mir schon früh klar, etwa mit 15, dass ich Medizin studieren wollte. Ich hatte Freude an den Naturwissenschaften, am Kontakt mit Menschen. Die Hotellerie war auch ein Thema. Mein Grossvater führte einen grossen Gasthof, und so erhielt ich schon früh Einblicke in diese Berufswelt. Aber ich entschied mich für die Medizin.

Was für Eigenschaften nützten Ihnen, als Sie in das temporeiche Zürich kamen?
Eine gewisse Gelassenheit, die mir meine Eltern mitgaben. Eine Bodenständigkeit, sich nicht zu schnell aus dem Konzept bringen zu lassen.

Steckbrief
Basil Caduff, 25.08.1954

Lieblingsort im Limmi
Terrasse des 15. Stocks

Lieblingsgericht
Capuns

Lieblingsgetränk
Rotwein aus der Toskana

Wunschberuf als Kind
Mediziner oder Hotelier

Nächstes Ferienziel
Kalabrien

Sie zogen danach ins Limmattal. Wie kam es dazu?
Das war reiner Zufall. Als ich im Universitätsspital Zürich meinen Abschluss zum Facharzttitel hatte, war keine Oberarztstelle frei. Mein Ordinarius sagte mir, ich solle für 1–2 Jahre ins Limmi. So begann ich hier 1988 als Oberarzt. Nach zwei Jahren wurde ich der erste Leitende Arzt im Haus. Ich entschied mich deshalb, vorderhand im Limmi zu bleiben. Bald erhielt ich Angebote von diversen Spitälern für eine Chefarztstelle. Meine Frau wollte allerdings nicht zu weit in die Peripherie. 1994 wurde ich dann zum Chefarzt gewählt.

Somit hatten Sie keine höheren Ziele mehr mit der Karriere.
Mit dieser Karriere nein. Da ich nicht mehr an die Uni zurückkehrte, konnte ich keine akademische Karriere machen. Ich bin aber sehr zufrieden, wie es gelaufen ist.

Als Chefarzt tragen Sie eine grosse Verantwortung. Bereitete Ihnen das schlaflose Nächte?
In aller Regel schlafe ich sehr gut. Aber vor zirka 15 Jahren, als wir im Spital Limmattal anders als heute mit hohen Fallkosten zu kämpfen hatten, mussten wir fast 30 Mitarbeiter entlassen. Als damaliger Ärztlicher Direktor konnte ich vor allem in der geheimen Vorbereitungsphase mit niemandem darüber reden. Das war schlimm und brachte viele schlaflose Nächte mit sich.

Wie gehen Sie damit um, wenn Sie sehen, dass es bei Patienten dem Ende zugeht?
Man muss lernen, zu akzeptieren, dass das Leben endlich ist und Patienten sterben. Ich hatte mit dieser Akzeptanz nie ein Problem. Die ärztliche Tätigkeit ist nicht ein Kampf, den man verliert, wenn ein Patient stirbt. Bei weitem nicht. Es ist nicht die Aufgabe eines Arztes, immer gegen den Tod zu kämpfen, sondern auch die Menschen bis zum Tod zu begleiten.

Was fasziniert Sie am Beruf Arzt?
Es ist ein sehr abwechslungsreicher Beruf, bei dem man viel mit Menschen in verschiedensten Situationen zu tun hat. Wenn ich sehe, dass ich Menschen helfen und unterstützen kann, ist das etwas sehr Schönes und Befriedigendes.

Was macht das Pflegefachpersonal im Limmi aus?
Aus meiner Sicht ist unser Pflegefachpersonal überdurchschnittlich gut. Ich erhalte häufig Komplimente von Patienten. Die Pflege im Limmi ist mit Herz dabei und weiter entwickelt als in vielen anderen Spitälern.

Und was geben Sie den jungen Ärzten mit auf den Weg?
Das Weitergeben von medizinischem Wissen und ärztlichem Handeln im Allgemeinen ist eine wichtige Aufgabe eines Chefarztes. Bedeutend sind Eigenschaften wie Engagement, das Interesse an den Menschen, Zuverlässigkeit, Sorgfältigkeit sowie die Liebe zum Detail.

Wo sehen Sie das Limmi in zehn Jahren?
Das Limmi ist sehr gut aufgestellt. Man hat immer wieder die richtigen Entscheide getroffen, zum Beispiel hinsichtlich der Grösse, des Ausbaus, der Innovationen, und es hat nie allzu viele Experimente gemacht. Das Limmattal wächst und der Bedarf an einem Spital ist ausgewiesen. Dieses besitzt eine optimale Grösse, hat ausgezeichnete Mitarbeiter und ist verkehrstechnisch sehr gut angebunden. Ich bin überzeugt, dass es auch medizinisch bestens positioniert ist.

«Wenn ich sehe, dass ich Menschen helfen kann, ist das etwas sehr Schönes. Das ist die grösste Zufriedenheit.»

Sobald Sie sich im Neubau eingelebt haben, ziehen Sie wieder aus. Ein komisches Gefühl, nicht?
Nein, das weiss ich schon lange, dass es so ist. Ich dachte vor Jahren, dass der Neubau nicht termingerecht übergeben und ich darum das Zügeln nicht erleben würde. Es ist bemerkenswert, dass der Übergabetermin so geblieben ist wie anfangs abgemacht. Ich bin glücklich, dass ich das erleben darf.

Für was finden Sie nun endlich Zeit? Was ist zu kurz gekommen?
Ganz klar die Familie. Sicher auch die Kultur, Konzerte und Theater. Ich bin Opern-Fan und liebe die klassische Musik. Die Kontaktpflege mit Freunden und Bekannten wird nun endlich ein grösseres Gewicht erhalten.

Herr Caduff, herzlichen Dank für das offene und interessante Gespräch. Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie viel Gesundheit und alles Gute für die Zukunft.

3 TIPPS
GEGEN RÜCKENSCHMERZEN

Rückenschmerzen entstehen oft durch zu wenig oder überlastende Bewegung sowie monotone Haltungen. Wir empfehlen eine angepasste Bewegungsintensität mit korrekter Ausführung. Nachfolgend drei Tipps zur Prävention.

1

Regelmässig und abwechslungsreich bewegen
So werden die Strukturen des Rückens in alle Richtungen be- und entlastet. Dies fordert der Rücken, um gesund zu bleiben.

2

Position wechseln
Der Rücken ist gemacht, um sich zu bewegen. Gehaltene Positionen mag der Rücken nicht. Wechseln Sie so oft wie möglich Ihre Position und achten Sie auf eine korrekte Haltung. Bei Arbeiten in gleichbleibenden Positionen diese kurz wechseln, einige Schritte gehen oder den Rücken in alle Richtungen durchbewegen. Sind Sie länger in der gleichen Position, nehmen Sie eine korrekte Haltung ein und passen Sie das Umfeld an.

3

Muskulatur stärken
Oft vergisst der Mensch, wie viel die Rumpfmuskulatur während des Tages arbeiten muss, um den Körper aufrecht zu halten. Es ist wichtig, die Muskulatur zu stärken und die Wahrnehmung des Rückens zu schulen. Gute Übungen sind spezifisches Rumpfstabilitäts- und Krafttraining sowie Pilates oder Yoga.

Zur Autorin
Alexandra Schedler
Dipl. Physiotherapeutin FH/
Fachverantwortliche MTT

Spital Limmattal
Physiotherapie
T 044 733 23 21
spital-limmattal.ch/physiotherapie

Dies sind allgemeine Tipps für beschwerdefreie Menschen. Bei starken und andauernden Beschwerden lassen Sie sich bitte von einer Fachperson untersuchen.

SCHMERZFREI AUCH NACH SCHWERER KNORPELVERLETZUNG

von Dr. med. Marcel Gloyer

Sportverletzungen machen über 20% aller Unfälle aus und treten nicht nur bei Berufs- und Leistungssportlern auf, sondern betreffen in überwiegender Anzahl Hobby- und Breitensportler. Sie haben für den privaten, sportlichen und beruflichen Alltag eine sehr hohe Relevanz.

Ein Zweikampf im Fussball oder die Bordsteinkante auf dem Weg zur Arbeit: Schnell ist es passiert, das Knie oder der Fuss ist verdreht und schmerzt. Von der harmlosen Zerrung bis zur Multiligament-Verletzung des Knies kann alles dabei sein. Immer häufiger sieht man in der Praxis leider die komplexen Fälle. Dabei sind oft nicht nur Knochen und Bänder betroffen, sondern auch der Gelenkknorpel. Die Behandlung dieser Knorpelschäden ist sehr komplex. Um diesen Patienten eine optimale Behandlung anzubieten, wurde zum Jahresbeginn unter meiner Leitung die neue Abteilung für Sportorthopädie in der Orthopädischen Klinik gegründet.

Alle Gelenke des Körpers sind mit Knorpel ausgekleidet. Dieser erlaubt schmerzfreies Bewegen, da er keine Nervenzellen besitzt. Zudem bedeckt er den darunter liegenden Knochen, in dem sich die Schmerzfasern befinden. Der Knorpel ist also eine Schutzhülle. Bei einem Unfall kann es sein, dass diese verletzt wird und Schmerzen auftreten.

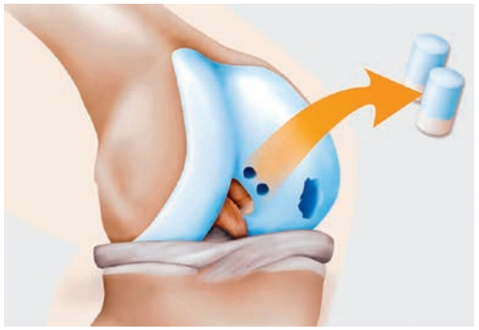
Leider hat der Knorpel nach der Pubertät nicht mehr die Möglichkeit, selber zu heilen.

Je nach Grösse und Tiefe des Knorpelschadens werden verschiedene Verfahren zur Reparation durchgeführt. Bei kleineren Schäden bis 1 cm^2 kommt die Mikro-Frakturierung zum Einsatz. Bei diesem Verfahren, das im Rahmen einer Gelenksspiegelung durchgeführt wird, werden nach Säuberung des verletzten Knorpelbereichs kleine Löcher in den darunter liegenden Knochen gebohrt. Im Blut, das dabei aus dem Knochenmark austritt, sind auch beim Erwachsenen in geringer Zahl Stammzellen vorhanden. Diese können sich zu anderem Gewebe,

Zum Autor
Dr. med. Marcel Gloyer
Leiter Sportorthopädie

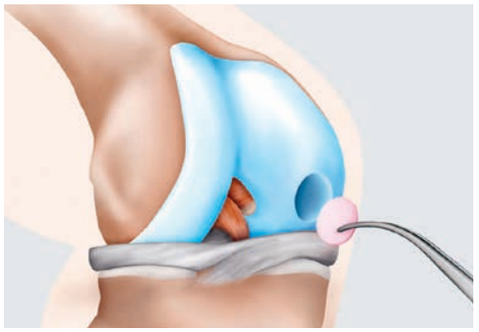
Spital Limmattal
Orthopädie
T 044 733 21 12
spital-limmattal.ch/orthopaedie

beispielsweise auch zu Knorpelzellen, entwickeln. Sie bilden ein ersetzendes Knorpelgewebe, welches den Defekt deckt und den Patienten in den meisten Fällen schmerzfrei macht.



Entnahme der Knorpelzellen zur Anzüchtung

Der Ersatzknorpel ist nicht gleich stabil wie der ursprüngliche Knorpel. So müssen bei grösseren Defekten andere Verfahren zur Anwendung kommen. Für mittelgrosse Schäden besteht die Möglichkeit, die oben beschriebenen Knorpelverletzungen zusätzlich mit einer Membran abzudecken (AMIC-Verfahren). Alternativ können auch Knochen-Knorpel-Zylinder aus einem wenig belasteten Teil des Gelenks entnommen und in den Defekt eingebracht werden (OATS-Verfahren oder Mosaik-Plastik).



Einbringen der angezüchteten Knorpelzellen in den Knorpelschaden

Bilder: B. Braun

Bei grösseren und tieferen Verletzungen von mehr als 2.5 cm^2 eignen sich die oben genannten Verfahren nicht mehr. Hier hilft nur noch die Knorpelzelltransplantation, ein schon länger bekanntes, aber aufwändiges Verfahren. Nach gegenwärtigem Stand der Wissenschaft weist dieses Verfahren die besten Langzeitergebnisse auf. In einer ersten Operation entnehmen wir im Rahmen einer Kniespiegelung Knorpelzellen aus einem wenig belasteten Teil des Gelenks. Diese Zellen werden in einem auswärtigen Labor innerhalb von vier Wochen auf mehrere Millionen vermehrt, anschliessend wieder ins Spital Limmattal geliefert und in einer zweiten Operation in den Defekt eingenäht. Der Vorteil dieses Verfahrens besteht darin, dass es sich bei den Zellen um voll funktionstüchtige, eigene Gelenkknorpelzellen handelt, die gleiche biomechanische Eigenschaften haben. Nach einer Ruhigstellung des Gelenks für sechs Wochen sind die Zellen meist fest eingeheilt und ein langsamer Belastungsaufbau kann erfolgen. Bei der richtigen Indikation sind die Ergebnisse hervorragend.

Trotz sehr guten Ergebnissen bei komplexen Verletzungen muss einschränkend gesagt werden, dass sich die Knorpelzelltransplantation nicht für alle Knorpelschäden anbietet. Bei einem «normalen» altersbedingten Verschleiss ist dieses Verfahren ebenso wenig geeignet wie bei schwer vorgeschädigten Gelenken.

Um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen, ist eine enge Zusammenarbeit zwischen Zuweisern und dem medizinischen Team notwendig.

Angelina Stanojevic, 28. Januar 2018
19:44 Uhr, 3600 g, 50 cm

Hier sind **6** unserer **134** Neugeborenen von Januar und Februar 2018.

Elif Ramani, 3. Februar 2018
12:44 Uhr, 3220 g, 51 cm

Jara Ejupi, 4. Februar 2018
22:04 Uhr, 3320 g, 49 cm

LIMMIchnöpf

Diese Kleinen sind bereit, die grosse Welt zu erobern.

Kenz Nor, 28. Januar 2018
4:19 Uhr, 3630 g, 52 cm

Leandra Topalli, 19. Januar 2018
13:43 Uhr, 2970 g, 47 cm

Ali Rida Zaiter, 14. Februar 2018
8:34 Uhr, 3750 g, 52 cm

GEHT NOCH MEHR «JÖH»?
Auf spital-limmattal.ch/babies
finden Sie alle unsere Schnügel.

ALLE PROFITIEREN VON EINER GUTEN ZUSAMMENARBEIT

von Luca Emmanuele, Leiter Einkaufsmanagement Leistungen, CSS Versicherung

Spitäler wollen ihren Patienten die bestmögliche medizinische Versorgung bieten. Auch der CSS ist es wichtig, dass ihre Versicherten qualitativ hochwertige Leistungen erhalten. Jedes Jahr handeln wir aufs Neue Tarifverträge mit verschiedenen Leistungserbringern aus. Diese Verhandlungen sind zentral, denn sie haben einen direkten Einfluss auf die Leistungskosten.

Wozu braucht es überhaupt solche Tarifverträge? Die Verträge bilden die Grundlage für das Erbringen von medizinischen Leistungen, die die Krankenkasse übernimmt. Im Kanton Zürich verhandelt unsere Krankenversicherung unter anderem mit dem Verband Zürcher Krankenhäuser (VZK), welcher auch das Spital Limmattal repräsentiert. Die Verträge regeln die Zusammenarbeit zwischen den Parteien und haben zum Ziel, den Patienten die beste Behandlung zu einem guten Preis zu ermöglichen.

Im bevölkerungsreichen Kanton Zürich ist das Spital Limmattal ein wichtiger medizinischer Ansprechpartner. Eine gute Zusammenarbeit ist wichtig, denn nur so kann eine nachhaltige Versorgung gewährleistet werden. Während uns allen das Wohl der Menschen am Herzen liegt, kann es während der Verhandlungen aber auch zu Spannungen kommen, wenn es um wirtschaftliche Aspekte geht. Nicht vergessen werden darf, dass diese Verhandlungen in einen politischen Kontext eingebettet sind. Obwohl Versicherer und Leistungserbringer die Tarife selber verhandeln, muss der Kanton eingreifen, wenn keine Einigung entsteht.

Die wachsenden Gesundheitskosten und weitere Faktoren stellen Versicherer, Spitäler und andere Dienstleister vor grosse Herausforderungen. Trotzdem begegnen wir uns in Verhandlungen mit Respekt und kommunizieren offen miteinander, damit wir im Interesse der Patienten und Versicherten handeln.

In dieser Rubrik publizieren wir Beiträge von Partnern. Sie schreiben über medizinische oder gesundheitliche Themen.

AUS DEN STATIONEN

Brustzentrum
Das zertifizierte Brustzentrum freut sich auf die künftige Kooperation mit Pink Ribbon Schweiz als Fachstelle und Supporter. Der jährliche «Pink Ribbon Charity Walk» findet im September mit Start und Ziel im Letzigrund Zürich statt.

Chirurgische Klinik
Der Aufbau des höheren Kaders in der Chirurgischen Klinik ist abgeschlossen. Für sämtliche Subspezialitäten besteht nun eine fachliche Redundanz der Schwerpunkt-Titelträger. Das Roboterprogramm der Chirurgie wird stetig ausgeweitet, damit das Spital Limmattal führend bleibt.

Institut für Radiologie
Der Service eines Erinnerungs-SMS für die ambulanten Patienten 24 Stunden vor der Untersuchung ist erfolgreich eingeführt worden.

Medizinische Klinik
Mitte Januar begann Dr. Stefan Tschopp als neuer Leiter Gastroenterologie/Hepatologie. Er hat langjährige Erfahrung in der interventionellen Endoskopie und im Bereich der Hepatologie sowie der chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen.

Pflege
Das Kader für den Neubau ist komplett. Bettina Gübeli führt neu das Team der Wochenbettabteilung im 5. Stock. Carole Horn ist seit Februar zusätzlich zum 6. Stock (Urologie, allg. Chirurgie, Gynäkologie) auch als Stationsleiterin im 7. Stock (allg. Chirurgie, Orthopädie) tätig.

Pflege Ausbildung
Wir wünschen unseren 14 neuen HF-Pflege-Studierenden einen guten Start im Limmi. Den zwölf FaGe-Lernenden drücken wir für den Lehrabschluss im März die Daumen.

Rettungsdienst
Stiafen Furger startete am 1. März als neuer Leiter Rettungsdienst. Sein Vorgänger Markus Sturzenegger bleibt dem Team als Dipl. Anästhesieexperte NDS HF/Dipl. Rettungssanitäter HF erhalten.

Therapien
Björn Ernst hat am 1. Februar seine Funktion als Gesamtleiter Therapien aufgenommen.

Urologische Klinik
Die neu von Chefarzt PD Dr. Müller geführte Urologische Klinik wurde als Ausbildungsstelle für den Erwerb des Facharztes für Urologie sowie als Weiterbildungsstelle für den operativen Schwerpunkt Urologie akkreditiert. Zunehmend komplexe Eingriffe an Niere und Prostata erfolgen weiterhin mit dem DaVinci®-Robotersystem. Das bisherige Leistungsspektrum wird somit auch künftig in vollem Umfang angeboten.

Dienstjubiläen

30
Sahin Inci

25
Asante-Hübscher Brigitte
Popaj Zylfi

20
Schönbächler Katja

15
Alves Luis Carla
Schrader Birgit

10
Kattupalam Babu
Pflugshaupt Doris

Pensionierung

Frei Ruth
28. Februar 2018

Schleuniger Monika
13. März 2018

Gözütok-Taylan Lütfiye
31. März 2018

Schär Ruth
31. März 2018

LIMMI**inside** #1
März 2018 – Erscheint viermal jährlich.

Redaktion:
- Reinhard Vogel, Kommunikationsverantwortlicher (Leitung)
- Arby Babians, Leitender Arzt, Chirurgie (Medizinischer Beirat)

Fotografie:
- Goran Potkonjak, Uster
- Jürg Waldmeier, Zürich

Konzept:
- Hotz Brand Consultants AG
- Calydo AG

Auflage:
- 5'000 Ex

Nächste Ausgabe:
- 1. Juni 2018

Redaktionsschluss:
- 10. Mai 2018

Adresse:
Spital Limmattal
LIMMIinside
Urdorferstrasse 100
CH-8952 Schlieren

T +41 44 733 11 11
limmiinside@spital-limmattal.ch

Aus dem medizinischen Fachidiotikon
der Gastroenterologie:

Oeso-pha-goga-stro-duode-nosko-pie

Heisst, umgangssprachlich ausgedrückt: Magenspiegelung.

Der Begriff beschreibt den Spiegelungsverlauf:
oseophago: Speiseröhre – gastro: Magen –
duodeno: Zwölffingerdarm – skopie: Spiegelung

spitallimmattal