



LEISTUNGSANGEBOT

STORY

**IN GUTEN
HÄNDEN**

BACKSTAGE

**OPS-
UMBAU**

PORTRAIT

**VON DER ALP
IN DEN OP**



6 STORY

In guten Händen

Das Spital Thusis erzielt mit persönlicher Begleitung und individueller Betreuung eine geschätzte Pflegequalität.

10 BACKSTAGE

OPS-Umbau

Das Spital Thusis verfügt zum Zeitpunkt der Eröffnung (im 2017) über den modernsten vollintegrierten Operationssaal der Schweiz.

16 PORTRAIT

Von der Alp in den OP

Hightech meets Heugabel – Ein spannendes Arbeitsmodell und zukunftsweisende Strategien gegen chronische Schmerzen.

3	GRUSSWORT
4	LEISTUNGSANGEBOT
5	EDITORIAL Neue Technologien zum Wohle des Patienten
8	RATGEBER Kopfschmerzen
14	WEITERE LEISTUNGEN Zusätzliche Fachgebiete
18	PATIENTENGESCHICHTE In Würde gebären
20	INTERVIEW «Die Gesundheit soll im Vordergrund stehen.»
21	VORSORGE Vorsorgeuntersuchung
22	KONTAKT

Im zweiten Teil des neu lancierten Magazins unseres Spitals stellen wir das Leistungsangebot vor. Die Bevölkerung der Spitalregion Heinzenberg/Domleschg/Hinterrhein/Albula schätzt das Spital Thusis vor allem dank der allseits bekannten persönlichen und familiären Atmosphäre. Bei vielen persönlichen Kontakten kommt die Aussage «... hätte nicht gedacht, dass Ihr das auch könnt...» viel zu häufig vor.

Wir haben eine klare Strategie. Wir machen nur das, was wir gut können. So konzentrieren wir uns auf das Grundleistungsangebot mit einigen Spezialitäten, das den Bedürfnissen der Bevölkerung entspricht. Dank verschiedener Kooperationen bieten Spezialisten zusätzlich regelmässig Sprechstunden bei uns an, sodass die betroffenen Patienten sich in der Region hervorragend behandeln lassen und sich lange Wege ersparen können.

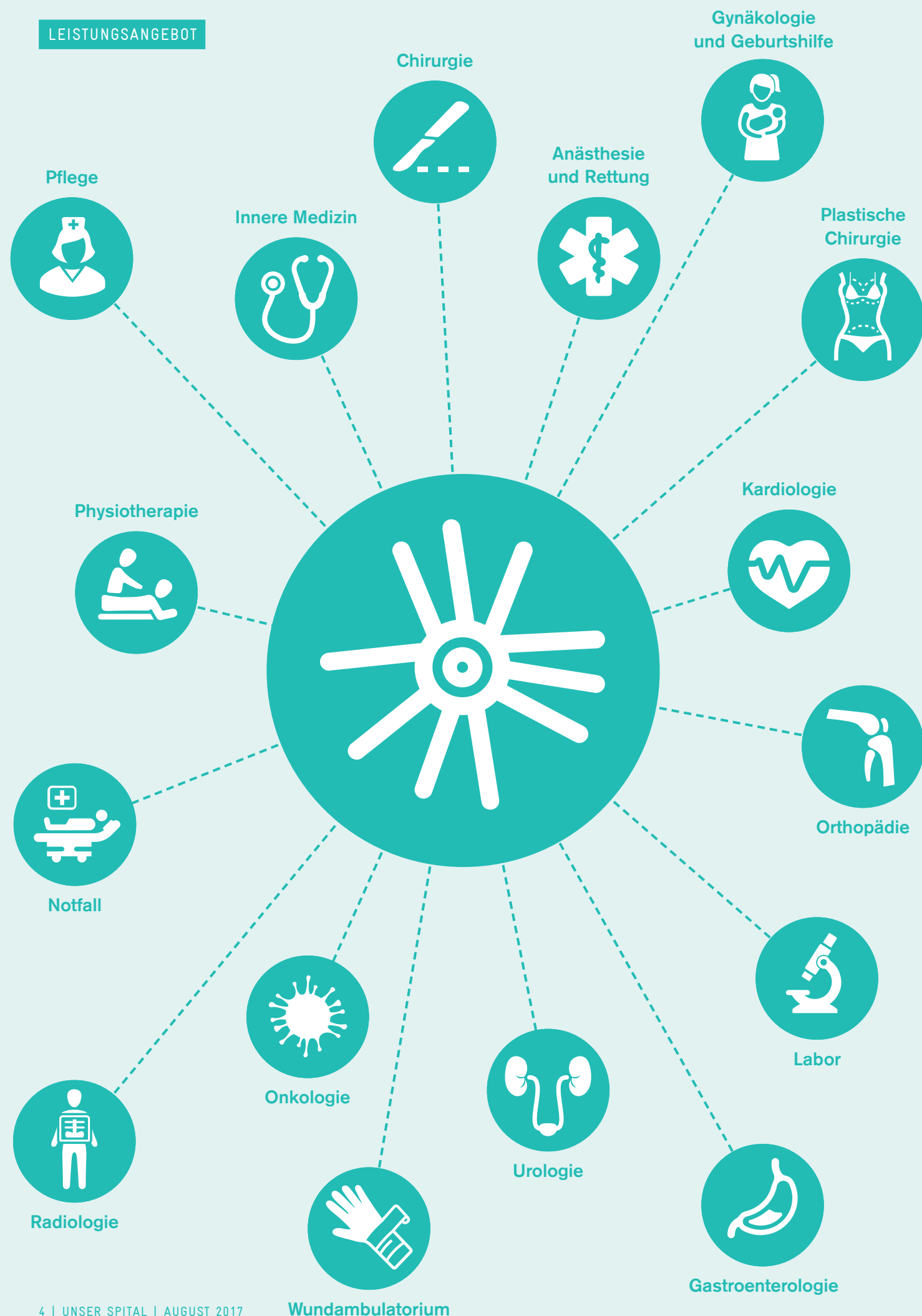
Nebst gut ausgebildeten Fachleuten braucht es eine hochstehende Infrastruktur. Mit einer weitsichtigen Investitionsplanung sorgen wir dafür, dass wir auch hier schweizweit auf einem überdurchschnittlichen Niveau sind. In diesem Sommer haben wir den Operationsbereich modernisiert und verfügen nun über zwei topmoderne vollintegrierte Operationssäle. Erfahren Sie im Magazin die Einzelheiten dazu. Gleichzeitig haben wir die letzte Etappe der Erneuerung der Patientenzimmer und des Ganges auf den Stationen realisiert. So können wir nun allen unseren Patienten neu gestaltete und helle Zimmer anbieten.

Um die Lektüre des Magazins spannend und abwechslungsreich zu gestalten, streuen wir immer wieder Geschichten von Mitarbeitenden und Patienten ein. Lesen Sie, wie sich eine Patientin nach einer grossen Darmoperation dank persönlicher und individueller Pflege in guten Händen fühlt. Als grösster Arbeitgeber in der Region ist kompetentes Personal von höchster Wichtigkeit. Von der Alp in den Operationssaal, diese spannende Kombination lebt unsere neue Anästhesieärztin, dank eines individuellen Arbeitszeitmodells.

Das Magazin wird abgerundet durch Interviews mit den Konsiliarärztinnen der Bereiche Urologie und plastische, rekonstruktive und ästhetische Chirurgie. Viel Spass beim Lesen. Dieses Magazin ist auf vielfachen Wunsch auch online auf unserer Homepage und der Facebook-Seite unseres Spitals zu lesen.



Reto Keller
Spitaldirektor



NEUE TECHNOLOGIEN ZUM WOHLF DES PATIENTEN

Die chirurgischen Disziplinen im Spital Thuis haben einen grossen Schritt in die Technologie der Zukunft getan.

Dr. med. Dirk Mewes,
Chefarzt Chirurgie

Mit dem Komplettumbau der Operationssäle konnten wir zum Nutzen der Patienten, aber auch der behandelnden Ärzte und der vielen helfenden Hände des Pflegepersonals sehr viele Wünsche umsetzen.

Der Patient steht bei uns immer im Mittelpunkt. Wir können alle zur Verfügung stehenden Informationen, Röntgenbilder, Befundfotos, MRIs und Ultraschallbilder direkt im OP für alle Beteiligten an jedem Ort sichtbar machen. Die interne Vernetzung bringt uns alle Informationen in Bruchteilen von Sekunden zur Darstellung. So können wir uns vollständig auf die Operation und den Patienten konzentrieren, ohne Zeit und Gedanken an umständliche Abläufe zu verschwenden. Diese neue Technologie ist einmalig in der Deutschschweiz und wurde von uns mit aller Sorgfalt nach internationaler Evaluation ausgewählt.

Gleichzeitig haben sich die Arbeitsbedingungen sowie das Klima in den Operationssälen für Patienten und Behandelnde erheblich verbessert. Die



Spital Thuis wird stetig erweitert und entspricht selbstverständlich den grossen Fortschritten der operativen Medizin auf höchstem Standard. Unterstützt werden wir – drei chirurgische Fachärzte – durch weitere erfahrene chirurgisch-tätige Kollegen, die die Fachbereiche der Orthopädie, Urologie, plastischen und ästhetischen sowie der endoskopischen Chirurgie ergänzen.

Raumluft kann nach den Wünschen des jeweiligen Patienten und der Operierenden genau eingestellt werden, d. h. weniger Zugluft und angenehme Temperaturen. Als Patient kann man sich auf Wunsch mit Videofilmen oder Musik von der Operation etwas ablenken lassen und entspannen. So wird die von fast jedem Patienten gefürchtete und angespannte Situation im Operationssaal erheblich angenehmer gestaltet.

Operative Medizin auf höchstem Niveau

Das grosse Spektrum der angebotenen operativen Behandlungen im



DER PATIENT STEHT BEI UNS
IMMER IM MITTELPUNKT.

Dr. med. Dirk Mewes

Zwar ist es niemandem zu wünschen, sich als Patient einer Operation unterziehen zu müssen. Wenn es aber nötig ist, dann können Sie sich im Spital Thuis voller Vertrauen mit einer grossen Portion Menschlichkeit und vernünftiger Beratung behandeln lassen.



IN GUTEN HÄNDEN

Das Spital Thusis erzielt mit persönlicher Begleitung und individueller Betreuung eine geschätzte Pflegequalität.

Matthias Schaffner,
Direktionsassistent

Als ich vorsichtig an die Tür des Patientenzimmers klopfte und eintrete, wird gerade die Sauerstoffsättigung bei Frau Barandun gemessen. Noch immer ist sie etwas kurzatmig und braucht einen «Nierengurt» nach ihrer Operation. Bei Frau Barandun wurde eine geplante Operation am Darm vorgenommen, sie ist nun auf dem Weg zur vollständigen Genesung.

Froh, das Spital Thusis gewählt zu haben

«Der Entscheid war für mich nicht einfach, aber nötig.» erklärt mir die Mutter von fünf erwachsenen Kindern. «Ich hatte zum ersten Mal vor einer Operation Angst, wusste aber, dass ich diese Operation machen muss. Es gab einige Komplikationen und die Operation dauerte länger als angenommen, weil Verwachsungen im Bauchraum aus früheren Eingriffen die Operation erschwert haben. Ich habe mich vorgängig ausführlich über die bevorstehende Operation informiert und bin nun sehr froh das Spital Thusis gewählt zu haben. Die

Pflegegrundsätze

- Wir betreuen Patienten in einer persönlichen und familiären Atmosphäre.
- Die Behandlung erfolgt umsichtig, individuell und transparent.
- Wir unterstützen somatisch und psychisch Erkrankte, alle Altersgruppen und Schweregrade sowie Menschen aus unterschiedlicher soziokultureller Herkunft fachgerecht und gleich.
- Wir sehen die «Pflege» als eine eigenständige Aufgabe und tragen alles dazu bei, dass unsere Patienten bei uns in guten Händen sind.
- Im Vordergrund steht immer das grundlegende Recht auf Selbstbestimmung und die menschliche Würde.
- Im Spital Thusis leben wir eine wertschätzende und konstruktive Zusammenarbeit in inter- und intradisziplinären Bereichen wie auch mit externen Stellen.
- Unsere Mitarbeitende setzen sich für die Entwicklung und Realisierung einer hervorragenden Pflegequalität ein.



Pflege

Auf zwei Stockwerke verteilt stehen insgesamt 43 Betten für die Pflege unserer Patienten bereit. Die neu renovierten 1er- und 2er-Zimmer sind freundlich und funktional eingerichtet.

Hier betreuen diplomierte Pflegefachpersonen, im Team mit Lernenden und Pflegehilfen, Patienten aus den Fachgebieten Medizin, Chirurgie, Orthopädie, Urologie, Onkologie und Gynäkologie. Bei den Wöchnerinnen unterstützen sie, wenn notwendig, die diensthabenden Hebammen.

Im Wachsaaal auf dem 2. OG stehen vier Behandlungsplätze für Patienten mit akuten Herz-, Kreislauf- und Stoffwechselproblemen bereit. Aber auch Patienten nach grossen chirurgischen und orthopädischen Operationen werden hier überwacht und gepflegt.



DIE GESUNDHEITSFACHLEUTE

MACHEN HIER EINEN GANZ TOLLEN JOB.

persönliche, individuelle pflegerische Betreuung im Spital Thusis ist hervorragend. Hier werde ich vielfach von mir bekannten Gesichtern 1:1 betreut und es wird versucht, auch immer auf meine Wünsche und Bedürfnisse einzugehen. Die Gesundheitsfachleute machen hier einen ganz tollen Job».

Gezielt auf Wünsche eingehen

Das Spital Thusis kann dank seiner überschaubaren Grösse noch individueller und gezielter auf die Wünsche seiner Patienten eingehen. Neben der medizinischen Versorgung versuchen die Pflegenden auch persönliche Wünsche

zu erfüllen, sei es wie bei Frau Barandun eine leichte, wohltuende Rückenmassage oder eine Fangopackung zur Muskelentspannung. Dies steigert das Wohlbefinden der Patientin; wir sind stolz, diese persönliche Betreuung mit unseren qualifizierten und einfühlsamen Pflegefachleuten anbieten zu können.

Sich in guten Händen wissen

Die Physiotherapeutin verabschiedet sich. Für Frau Barandun gibt es «Hausaufgaben». 3-mal täglich «Inspiflow», (Lippenbremse bei der Atmung) und sie muss beim Verlassen des Bettes zur Sicherheit immer den Nierengurt anlegen.

Für Frau Barandun ist nun eine Rehabilitation in Davos organisiert worden und schon bald wird sie sich wieder um ihre Kinder und Enkelkinder, ihre Isländpferde, ihren Lebenspartner, ihren Hund und ihr Haus kümmern können.

Frau Barandun lächelt und sagt: «Ich bin hier wirklich in guten Händen.»



KOPFSCHMERZEN

häufig harmlos – manchmal gefährlich

Dr. med. Renato Cantieni,
Chefarzt Innere Medizin

Kopfschmerzen kann man aus gutem Grund als Volkskrankheit bezeichnen, wobei Frauen häufiger darunter leiden (25% manchmal und 25% sehr oft). 80% der Männer dagegen werden von wiederkehrenden Kopfschmerzen verschont. Wenn man sich die Weltkarte der Kopfschmerzhäufigkeit anschaut, fällt auf, dass in Entwicklungsländern weniger Menschen davon betroffen sind, so dass der Stress und die Lebensgewohnheiten der Industriegesellschaft wahrscheinlich eine auslösende Rolle spielen.

Einteilung der Kopfschmerzen

Die verschiedenen Kopfwehformen kann man in primäre (ohne klare Ursache) und sekundäre (Symptom einer anderen Erkrankung) einteilen. Zu den primären Formen gehören die Migräne und der Spannungskopfschmerz. Sekundärer Kopfschmerz tritt infolge von Trauma, Hirninfarkt, Hirnblutung, Tumoren oder Infektionen auf. Über 90% der Kopfschmerzen sind entweder Spannungskopfschmerzen (54%) oder Migräne (38%).

Spannungskopfschmerz

Der Schmerzcharakter ist typischerweise dumpf drückend, den ganzen Kopf umfassend wie ein zu enger Hut und die Schmerzintensität ist leicht bis mittelstark. Auslösend oder auch begleitend ist eine erhöhte Spannung der Nackenmuskulatur. Es besteht zudem ein Zusammenhang mit Depressionen und Angststörungen.

Migräne

Der Schmerzcharakter ist pulsierend, halbseitig und mit Begleitsymptomen wie Übelkeit und Erbrechen, Seh- oder auch Gefühlsstörungen verbunden. In 20% aller Migränpatienten besteht vor dem Kopfschmerz eine sogenannte Aura mit Sehproblemen, Gesichtsfeldausfällen oder sensiblen Störungen der Extremitäten. Bei einigen Patienten treten noch vor der Aura Vorboten wie Stimmungsschwankungen oder Heisshunger auf. Bekannte Auslöser eines Migräneanfalles sind die Menstruation, Unregelmässigkeiten im Schlaf-Wach-Rhythmus, Arbeitsstress, Klimaeinflüsse (Föhn, Wetterwechsel, Bise) oder Nahrungsmittel wie Käse, Wein oder Schokolade.

Nicht-medikamentöse Prophylaxe des primären Kopfschmerzes

Eine dauernde medikamentöse Prophylaxe bei häufigen Kopfschmerzen wird nur bei schwersten Verlaufsformen empfohlen. In den meisten Fällen kann durch Anpassung des Lebensstils eine Verbesserung erzielt werden.

- Regelmässiger Lebensstil:
 - genügend Schlaf
 - körperliche Betätigung
 - regelmässiges, massvolles Essen und Trinken
 - wenn möglich Stressphasen vermeiden
 - Verzicht auf Zigarettenrauchen
- Akupunktur
- Entspannungstechniken
- Aerobes Ausdauertraining (u.a. Wandern, Joggen, Schwimmen)

Nicht-medikamentöse Therapie des primären Kopfschmerzes

- Hausmittel:
 - Tigerbalsam
 - Eisbeutel
 - Melissentee
 - Zitronensaft in Kaffee
 - Cola
 - Akupressur
- Ruhe und Schlaf



Innere Medizin

Das Spital Thuis erbringt umfassende medizinische Leistungen und Behandlungen. Das Leistungsangebot umfasst:

- Krankheiten der **Kreislauforgane** (Herz, Gefässe)
- Krankheiten der **Atmungsorgane** (Lunge)
- Krankheiten des **Magen-Darmtraktes**
- **Stoffwechsel-Erkrankungen** (Diabetes, Blutfette)
- **Tumorerkrankungen**
- Erkrankungen des **Bewegungsapparates**
- **Blutkrankheiten**
- Untersuchungen mit modernster **Radiologie-Diagnostik** (Computertomographie und digitales Röntgen)
- Bei schweren Erkrankungen können die lebenswichtigen Körperfunktionen in einem speziell eingerichteten Raum (**Wachsaal**) dauernd überwacht werden

Chefarzt Dr. med. Renato Cantieni
Leitender Arzt Dr. med. Marco Eugster

Ziel der Behandlung des primären Kopfschmerzes

Eine lebenslange Kopfschmerzfreiheit ist eher unrealistisch, es geht darum, die Beschwerden zu lindern, die Häufigkeit und Intensität der Attacken zu reduzieren und trotz Kopfschmerzen eine gute Lebensqualität zu erhalten.

Wann ist ein Kopfschmerz gefährlich und muss notfallmässig weiter abgeklärt werden?

- Explosionsartig einsetzender Kopfschmerz von vorher nie gekannter Intensität
- Fieber und Nackensteifheit
- Lähmungen
- Bewusstseinsveränderungen

OPS-UMBAU

Das Spital Thuis verfügt zum Zeitpunkt der Eröffnung (August 2017) über den modernsten vollintegrierten Operationsaal der Schweiz.



1

Die iSuite OP-Lösungen ist eine integrierte Technik für den Operationssaal, bestehend aus den Modulen Videomanagement, integrierte Gerätebedienung, Datenarchivierung, OP-Leuchten und Deckenversorgungseinheiten. Dies vereinfacht die Abläufe im Operationssaal und führt zu noch mehr Patientensicherheit.



3



4



2



5

1. Baustelle. Vom alten Operationssaal ist fast nichts mehr erkennbar
2. Nicht ganz einfach. Der Laminarflow wird von der Rückseite des Spitals in den OP gehievt
3. Elektrik und Lüftung werden angeschlossen
4. Auf dem modernsten Stand der Technik. Die OP-Saal-Steuerung wird eingebaut
5. Montage und Funktionstests der 4K-Monitore



8

Chirurgie

Das Spital Thuis erbringt umfassende diagnostische Behandlungen und medizinische Dienstleistungen rund um die Uhr. Das Leistungsangebot umfasst:

- **Bewegungsapparat** Stabilisierung von Knochenbrüchen, Einrenken von Gelenken, Rekonstruktion von Bändern, minimalinvasive Sehnennähte, Kreuzbandersatzplastiken, Spiegelungen und Schlüssellochchirurgie kleiner und grosser Gelenke, Kunstgelenk-Einbau
- **Bauchoperationen (Abdomen)** Grösstenteils in Bauchspiegelungstechnik ohne grosse Schnitte: Gallenblasen- und Blinddarmoperationen, Eingriffe am Magen, Dünn- und Dickdarm einschliesslich der Entfernung bösartiger Geschwulste und Polypen. Alle Arten von Bauchoperationen und Rekonstruktionen der Bauchwand
- Bestimmte Eingriffe an den Blutgefässen wie Krampfaden
- Verschiedenste Eingriffe an der Haut (Tumorentfernung), den Lymphknoten, der Unterhaut (Fettgewebsgeschwulste), Entfernung von Überbeinen, Samenstrang-Unterbindung, diverse handchirurgische Eingriffe und vieles mehr
- **Kinderchirurgie** (ab 3 Jahren) Alle Verletzungen am Bewegungsapparat, Operation bei Leistenbrüchen, Wasserbauch, Vorhautverengung

Scheuen Sie sich nicht uns zu fragen! Jederzeit und kostenlos kann unser fachkundiges Personal (Sekretariat Chirurgie) telefonisch gefragt werden, was wir operieren und ob auch Ihr «Problem» von uns gelöst werden kann!

Chefarzt Dr. med. Dirk Mewes
 Chefarzt-Stv. Dr. med. Christian Schrofer
 Facharzt Dr. med. Jonas Barandun



6

6. Der hochableitbare Bodenbelag ist verlegt. Das Zentrum im Granitton als Verbindung zu heimischen Mineralien

7. Machten viele Überstunden: v. I. Ralf Cadosch, Leiter technischer Dienst, Rino Item, Mitarbeiter technischer Dienst und Björn Tschenett, Leiter Operationssaal

8. Nach nur 30 Tagen Umbauzeit kann im neuen Saal wieder operiert werden

9. Die Decke verfügt über ein Laminarflow-System. Dieses System stösst gefilterte Luft oberhalb des Patienten in den OP ein und wird unten an den Wänden des OP's wieder abgesogen



9



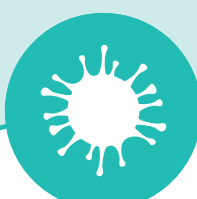
7

Zusätzliche Fachgebiete



Notfall

Unsere Notfallstation gewährleistet rund um die Uhr eine kompetente Erstversorgung von medizinischen und chirurgischen Notfällen aus allen Fachbereichen. Unser überschaubares Kleinspital erlaubt uns schnelle und unkomplizierte Abläufe. Dadurch werden lange Wartezeiten vermieden.



Onkologie

In enger Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Graubünden in Chur wird an unserem Spital Thusis eine individuelle und persönliche Betreuung onkologischer Patienten angeboten. Wir legen grossen Wert darauf, dem Patienten wohnortnah eine moderne und individuelle Behandlung anbieten zu können um so die zusätzliche Belastung klein und das Wohlbefinden so hoch wie möglich zu halten.

Prof. Dr. med. Roger von Moos,
Dr. med. Dirk Kienle
(Kantonsspital Graubünden)



Orthopädie

Konsiliararzt Dr. med. Martin Reese bietet mit einem gut eingespielten Team umfassende Beratungen und Behandlungen bei Beschwerden des Bewegungsapparates. Die häufigsten Beschwerden sind akute oder chronische Schmerzen oder Funktionseinschränkungen von Gelenken. Ursachen dafür können Unfälle oder Verletzungen sein. Überbelastungen, Abnützungen oder Entzündungen sind weitere teils altersbedingte Beschwerden, welche behandelt werden können. Hüft- und Knie-TP's sind reguläre Eingriffe mit routinierten Fachärzten.

Konsiliararzt Dr. med. Martin Reese
(Klinik Gut Fläsch/St. Moritz)



Labor

Das Labor ist in den Fachgebieten Hämatologie, klinische Chemie, Gerinnung, Immunhämatologie und einfacher Bakteriologie tätig. Ebenfalls bieten wir im ambulanten Bereich die diskrete, auf Wunsch auch anonymisierte HIV-Testung an und sind dafür Ihr Ansprechpartner.



Gastroenterologie

Betrachtung des Verdauungstraktes mittels kleiner, flexibler optischer Geräte (Endoskope) mit Schwerpunkt Darmspiegelungen (Kolonoskopien)

Konsiliararzt Dr. med. Zsolt Virányi
(Kantonsspital Graubünden)



Wundambulatorium

Im Wundambulatorium stehen Patienten/Innen mit chronischen und komplexen Wunden im Vordergrund. Unser speziell ausgebildetes Fachpersonal behandelt und betreut sie dabei in enger Zusammenarbeit mit den zuständigen Ärzten. Zu modernen Verbandstechniken und Material wird gezielt die manuelle Lymphdrainage als Alternative und wesentliche Ergänzung eingesetzt.



Kardiologie

Die Kardiologie umfasst die Untersuchung mittels Ultraschall (Echokardiographie), Behandlung und Rehabilitation von Herz- und Kreislauferkrankungen (Herzinfarkt, Bluthochdruck, usw.). Das Angebot umfasst auch körperliche Leistungstests (Ergometrie) und Langzeit-EKG-Untersuchungen.

Konsiliararzt Dr. med. Jan Signorell
(Medizinisches Zentrum
Gleis d, Chur)



Physiotherapie

Die Physiotherapie im Spital Thusis ist spezialisiert auf die Rehabilitation nach operativen Eingriffen und auf Behandlungen von körperlichen Funktionsstörungen und Krankheiten. Unsere Patienten werden behandelt und betreut um ihren Alltag schnellstmöglich selbständig und unabhängig bewältigen zu können. Präventive und sportphysiotherapeutische Betreuung, Beckenbodentherapie mittels Biofeedback gehören ebenfalls zu unserem umfassenden Behandlungsangebot.



Radiologie

Konventionelle Röntgen- und Computertomographie (CT)-Aufnahmen

Ausgewertet werden die CT-Aufnahmen vom Röntgeninstitut des Kantonsspitals unter der Leitung von Chefarzt Prof. Dr. med. Thomas Böhm. Dank einer ultraschnellen Glasfaserleitung kann von Chur aus die Befundung rund um die Uhr vorgenommen werden. So bleiben oft Krankentransporte von Thusis nach Chur erspart; gerade für instabile oder schmerzgeplagte Patienten ein grosser Vorteil.

Konsiliararzt
Prof. Dr. med. Thomas Böhm
(Kantonsspital Graubünden)

Von der Alp in den OP

Hightech meets Heugabel – Ein spannendes Arbeitsmodell und zukunftsweisende Strategien gegen chronische Schmerzen.



Frau Dr. Sabine Joerges ist Leitende Ärztin Anästhesie im Spital Thuis und bewirtschaftet mit Lebenspartner Stefan auch einen Bergbauernhof in Obermeind hoch oben auf dem Heinzenberg. Der Hof liegt auf 1800 m ü. M. und ist einer von wenigen Bauernhöfen, die in dieser Höhenlage ganzjährig bewirtschaftet werden. Dank eines zukunftsorientierten Arbeitsmodells lebt sie ihren Traum.

Die Mutter von vier erwachsenen Kindern absolvierte zunächst die Ausbildung als Landwirtin, anschliessend studierte sie Medizin in Deutschland. Sie sagt: «Die Natur verfügt über viele heilende Kräfte. Gut haben wir aber

auch die Schulmedizin. Wir haben heute dank moderner Technologie viele Möglichkeiten, gezielt und optimal chemische Anästhetika einzusetzen.»

Langjährige Erfahrung in der Schmerztherapie

Die Schmerztherapie ist vor allem für Patienten mit chronischen Schmerzen wichtig, die in ihrem täglichen Lebensalltag stark eingeschränkt sind und professionelle Behandlung durch einen Spezialisten für Schmerztherapie benötigen.

Frau Dr. Joerges hat langjährige Erfahrung und ist spezialisiert auf Schmerztherapien. Sie wird in Kürze auch im Spital Thuis mit einer

Spezialsprechstunde beginnen und so chronische Schmerzen unserer Patienten behandeln können. Frau Dr. Joerges hat aktiv und mit Erfolg mitgewirkt, Strategien zu entwickeln, die Therapien für Patienten mit chronischen Schmerzen verbessern.

Chronische Schmerzen überschatten das Wohlbefinden

«Schmerztherapie hat viele Facetten», sagt sie mir, währenddessen ihr Blick über das Feld schweift und kontrolliert, ob nun alles «sauber» ist. «Wenn das Heu nicht sauber zusammengekommen wird, führt es dazu, dass der Boden nicht richtig atmen kann und an diesen Stellen anfällig wird für



Anästhesie und Rettung

- **Anästhesie:** Vorbildlicher und den internationalen Sicherheitsstandards angepasster, optimaler patientengerechter Anästhesie-Service
- **Intensivmedizin:** Fachärztliche Betreuung von schwerkranken chirurgischen Patienten mit Hilfe des noninvasiven oder invasiven Monitorings sowie indikationsgerechtem Einsatz medikamentöser Therapien
- **Schmerztherapie:** Nervenblockaden an der Wirbelsäule, Gelenkinfiltrationen und Injektionen an verschiedenen Nerven, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Phantomschmerzen, Rheumaschmerzen, Schmerzen bei Durchblutungsstörungen und Erkrankungen des vegetativen Nervensystems
- **Rettungsdienst:** Professionell geführter IVR-zertifizierter Rettungsdienst (Interverband für Rettungswesen), Zusammenarbeit mit dem Ambulanzdienst Thuis

Leitende Ärztin Dr. med. Sabine Joerges
Leitender Arzt Dr. med. Gerson Conrad

Schädlinge und Fäulnis. Unbehandelt, können sich solche «wunden Stellen» ausbreiten und den ganzen Pflanzenbestand befallen. Folge davon ist das Verschwinden qualitativ hochwertiger



DANK MODERNER TECHNOLOGIE HABEN WIR VIELE MÖGLICHKEITEN GEZIELT UND OPTIMAL CHEMISCHE ANÄSTHETIKA EINZUSETZEN.

Frau Dr. Sabine Joerges

Futterpflanzen und somit ein Verlust fruchtbarer Erde, die den Wettern des Alpenraumes standhält. Ähnlich ist es bei chronischen Schmerzen. Diese überschatten das Wohlbefinden des Patienten; die Lebensqualität geht verloren. Schmerz ist eine komplexe und subjektive Empfindung und eigentlich ein Warnsignal. Als chronischer Schmerz hat er den Charakter des Warnsignals verloren und gilt als eigenes Krankheitsbild. «Dieses Bild muss man sich wie eine Bühne mit einigen Darstellern vorstellen», erklärt mir Frau Dr. Sabine Joerges. Wenn nicht der eine Darsteller etwas darbietet so ist es ein anderer, der im Vordergrund und Rampenlicht steht

und die ganze Aufmerksamkeit des Betrachters auf sich lenkt – kurz gesagt – ein «Theater».

Schmerztherapie im Spital Thuis

Wir werden in Zukunft ganzheitliche vielfältige Schmerztherapien anbieten können. Das schmerztherapeutische Behandlungskonzept orientiert sich am bio-psycho-sozialen Modell, womit allein schon deutlich wird, dass die einseitige Behandlung mit Analgetika alleine dem chronischen Schmerzpatienten nicht gerecht wird. ■

IN WÜRDE GEBÄREN

Auf der Basis von solidem Vertrauen – das nur entsteht, wenn wir dem Eltern-werden und Kind-sein mit Einfühlungsvermögen, grossem Respekt und noch grösserer Achtsamkeit begegnen.

Letizia Parpan, Leitende Hebamme
Corinna Collet, Mutter von zwei Kindern

Wir haben uns zum Ziel gesetzt, für die intensive Zeit rund um das Wunder Geburt eine vertrauensvolle Umgebung zu schaffen. Das erfordert ein hohes Mass an Kompetenz und intensiver Zusammenarbeit.

Es gelingt uns nicht immer, aber sehr oft, weil unser Team bewusst aufmerksam und enthusiastisch daran arbeitet – jeden Tag.

Eine Mutter erzählt

Ich hatte das Glück, auch mein zweites Kind Flurina im Spital Thusis zur Welt zu bringen. Die Entscheidung, wieder im Spital Thusis zu gebären, fiel mir leicht. Schon bei der Geburt von meinem ersten Kind Niculin fühlte ich mich in Thusis



Corinna Collet mit ihren beiden Kindern Flurina und Niculin

sehr gut aufgehoben. Der Zufall wollte es, dass ich bei beiden Geburten die gleiche Hebamme hatte.

Es war mir wichtig, ein ruhiges Umfeld zu haben, um mich auf meinen Körper und das ganze Geschehen zu konzentrieren. Die Hebamme strahlte für mich sehr viel Ruhe aus und hat mir meinen «Freiraum» gelassen, war aber immer zur Stelle, wenn ich Unterstützung brauchte.

Wichtig ist sicherlich auch das Vertrauen, welches man der Hebamme entgegen bringt und das war bei mir von Anfang an da. Ich fand es schön, dass ich während der Geburt ausschliesslich von der Hebamme betreut wurde und trotzdem – im Falle von Komplikationen – ein Arzt zur Stelle gewesen wäre.

Als ich meine Kinder das erste Mal im Arm halten konnte, wurde mir und meinem Mann sehr viel Zeit gegeben. Alle Eindrücke konnten so intensiv wahrgenommen werden – sei es der erste Körperkontakt mit dem Kind, das Durchschneiden der Nabelschnur, das Wägen und Messen. All diese Sachen sind mir bei beiden Kindern noch in sehr schöner Erinnerung.

Auch die Fussabdrücke von meinen Kindern, welche gleich nach der Geburt gemacht wurden, stehen heute eingerahmt in unserem Wohnzimmer. Die Kärtchen wurden von der Hebamme noch mit einer Widmung versehen. Es sind unter anderem solche Kleinigkeiten, welche dieses wunderschöne Ereignis noch einmaliger machen.

Die ersten Tage im Spital waren für mich äusserst hilfreich. Das Hebammenteam stand mir 24 Stunden am Tag mit wertvollen Tipps und Tricks rund um das kleine Wunder zur Seite. Aber auch auf das Wohl der Mutter wird sehr gut geachtet.

Ich habe die Betreuung sehr geschätzt. Sie gab mir die Möglichkeit, mich nach der Geburt etwas zu erholen und mich die ersten Tage vollkommen meinem Kind zu widmen.



Gynäkologie und Geburtshilfe

Gynäkologie

- Gynäkologische Vorsorge
- Familienplanung/Antikonzeptionsberatung
- Sterilitäts-Abklärung und -Behandlung
- Beratung und Behandlung von Beschwerden der Wechseljahre
- Diagnostik und Behandlung der Harninkontinenz
- Abklärung von Brusterkrankungen, speziell Brustkrebs
- Gynäkologische Operationen:
 - bei Blutungsstörungen, Polypen und Myomen
 - bei Eierstock-Cysten und Verwachsungen
 - Eileiterdurchgängigkeitsprüfungen
 - bei Gebärmutter- und Scheidenfehlbildungen
 - bei Senkungszuständen und Inkontinenz auch mit Netzen und Bändern

Geburtshilfe

- Betreuung der Schwangerschaft bis zur Geburt (Geburten ab der 36 + 0 Schwangerschaftswoche)
- Pränatale Diagnostik
- Ultraschall-Untersuchungen
- Geburtsnachkontrollen

- Hebammen, Ärzte und Pflegeteam betreuen ganzheitlich und individuell während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett
- Grosszügige Gebärzimmer mit integrierter Gebärbadewanne

Infrastruktur

- Grosszügige Gebärzimmer mit moderner Infrastruktur (Multitrack-Gebärstuhl, Gebärbett, Gebärwanne)
- Familienzimmer auf Wunsch (kostenpflichtig)
- Einzel-/Zweierzimmer für die Wöchnerin
- Zimmerservice

Informationsabende und Kurse

Wir führen regelmässig diverse Kurse und Infoabende rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und Familie durch. Diese Veranstaltungen richten sich an werdende Eltern, Mütter und Kinder. Aktuelle Daten und Informationen sind auf unserer Homepage spitalthusis.ch veröffentlicht.

Kurt Weber (Chefarzt Geburtshilfe und Gynäkologie),
Dr. med. Jonas Barandun, Dr. med. Dirk Mewes,
Dr. med. Christian Schrofer
Konsiliararzt Dr. med. Trifone Ingellis



«Die Gesundheit soll im Vordergrund stehen.»

Nach dem gutbesuchten öffentlichen Vortrag im Spital Thusis konnten wir mit Frau Dr. med. Simone Pintus-Stoss ein Interview zum Thema Schönheitschirurgie führen.

Frau Dr. Pintus-Stoss, in der plastischen Chirurgie ist der Arzt bzw. die Ärztin oft nicht mehr nur als Heiler tätig, der Leiden mindert, sondern als Dienstleister, der den Körper optimiert. In welcher Rolle sehen Sie sich selbst?

Ich denke, es ist nicht so einfach, diese Frage zu beantworten. Auf der einen Seite stehen die Wünsche der Patienten nach einem möglichst idealen Körperbild. Auf der anderen Seite steht aber auch die Frage nach dem technisch Machbaren und nicht zuletzt dem ethisch Sinnvollen. Sicher versuchen wir Plastischen Chirurgen, möglichst nahe an die Wünsche eines Patienten heranzukommen – allerdings sollte immer die Gesundheit im Vordergrund stehen. Es gehört zu den Aufgaben eines seriösen Arztes, den Patienten darauf hinzuweisen, wenn er oder sie völlig unrealistische Vorstellungen hat.

Ist der Schönheitschirurg weniger Wohltäter als sein Kollege aus der Herz-Kreislauf-Medizin?

Das kann man so nicht direkt vergleichen. Auch wenn die Ästhetische Chirurgie nur ein Teilbereich meines Faches ist, muss man ganz klar festhalten, dass ein Schönheitschirurgischer Eingriff nicht «lebensnotwendig» ist. Allerdings darf man auch nicht vergessen, dass zur Gesundheit auch das seelische Wohlbefinden dazugehört. Wenn sich ein Patient tagtäglich über ein Problem im Gesicht oder am Körper ernsthafte Gedanken macht und dies aufs Gemüt schlägt, könnte man sicher vorschlagen, ihn zu einem Psychologen in die Therapie zu schicken. Doch wenn es sich tatsächlich um ein isoliertes Problem handelt, welches durch einen Chirurgen relativ einfach innerhalb weniger Stunden behoben werden kann, muss man sich fragen, ob eine

Operation manchmal nicht sinnvoller ist als eine jahrelange Psychotherapie. Diese Ansicht wird sogar in manchen Fällen von den jeweiligen Psychologen geteilt, die mich dann zu einer Operation ermutigen.

Wo liegt denn für Sie die Grenze zwischen medizinischer Hilfe und merkantiler Lifestyle-Dienstleistung?

Die Grenze liegt dort, wo die Erwartungen unrealistisch werden. Wenn jemand mit 55 Jahren zu mir kommt, aussieht wie 60 und lieber so jung und frisch wie andere 50-Jährige daherkommen möchte, dann ist das legitim. Wenn aber jemand mit 55 Jahren, der schon fünf Operationen hinter sich hat, den Wunsch äußert, auszusehen wie ein 20-Jähriger – das geht nicht! Dieser Mensch hat oft ein ganz anderes, nicht-körperliches Problem. ■



Plastische Chirurgie

Konsiliarärztin Dr. med. Simone Pintus-Stoss
Fachärztin FMH für Plastische,
Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie

Dank dieser Kooperation ist es möglich, verschiedenste Eingriffe und Abklärungen der plastischen, rekonstruktiven und ästhetischen Chirurgie im Spital Thusis durchzuführen.

VORSORGE- UNTERSUCHUNG

Wann sollte Mann und Frau damit beginnen?

Vorsorge für Männer

Da der Prostatakrebs mit 6200 Neuerkrankungen pro Jahr in der Schweiz der häufigste Krebs bei Männern ist, ist eine regelmässige urologische Untersuchung empfehlenswert. Männer sollten ab dem 50. Lebensjahr jährlich zur urologischen Vorsorgeuntersuchung gehen. Ist in der engen Familie (Vater, Opa, Bruder, Onkel) ein Prostatakarzinom bekannt, sollte die Vorsorgeuntersuchung bereits ab dem 45. Lebensjahr durchgeführt werden. Ein frühzeitig erkanntes Prostatakarzinom, das nicht gestreut hat, ist in der Regel komplett heilbar.

Die urologische Vorsorgeuntersuchung ist vergleichbar mit dem 100000er Service beim Auto. Das Augenmerk liegt nicht nur auf der Prostata, sondern es können auch andere Organe wie die Niere und Blase und die männlichen Geschlechtsorgane untersucht werden. «Mängel» wie z. B.

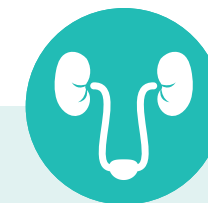


Beschwerden beim Wasserlösen, können oft mit Medikamenten behoben werden.

Des Weiteren wird bei der Vorsorge auf die Hormonumstellung geachtet. Bereits ab dem 40. Lebensjahr kann es zur langsamen Abnahme des Testosteronspiegels kommen. Diese kann sich durch Leistungsminderung, Depression, Burn-out und Libidomangel äussern. Es sind aber auch schwerwiegende Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen mit einem Testosteronmangel verbunden. Eine frühzeitige Diagnostik und Therapie kann auch hier schlimme Folgeerscheinungen verhindern.

Vorsorge für die Frau

Fälschlicherweise wird häufig angenommen, dass der Urologe ausschliesslich ein Arzt für den Mann ist, im Prinzip der Gegenpart zum Frauenarzt. Dabei finden sich auch viele urologische Erkrankungen bei der Frau. Es ist sinnvoll, bei häufig auftretenden Harnwegsentzündungen oder Harninkontinenz einen Urologen zur weiteren Abklärung aufzusuchen. ■



Urologie

- Urologische Sprechstunde
- Transurethrale Resektionen (Harnblase, Prostata)
- Weitere Urologische Operationen

Konsiliarärztin Dr. med. Iris Neumann, Scharans/Chur
Konsiliararzt Dr. med. Eugen Riedi, Chur
Konsiliararzt Dr. med. Mario Rampa, Chur

**Notfall**

081 632 11 11 (24 Stunden erreichbar)

**Sekretariat Medizin**

Sprechstundenvereinbarung und Information für Innere Medizin, Gastroenterologie, Kardiologie und Onkologie
Montag bis Freitag, 8–17 Uhr
081 632 12 26, medizin@spitalthusis.ch

**Sekretariat Chirurgie**

Sprechstundenvereinbarung und Information für Chirurgie, Orthopädie, Urologie sowie Plastischen Chirurgie
Montag bis Freitag, 8–17 Uhr
081 632 12 21, chirurgie@spitalthusis.ch

**Geburtshilfe / Gynäkologie**

Terminvereinbarung für Schwangerschafts- und gynäkologische Sprechstunden
081 632 12 23, hebammen@spitalthusis.ch

**Physiotherapie**

Individuelle Terminvereinbarungen und Informationen
081 632 12 45, physiotherapie@spitalthusis.ch

**Pflege**

Leitung Pflegedienst
081 632 11 05, pfllege@spitalthusis.ch

**Administration und weitere Dienste**

081 632 11 11
administration@spitalthusis.ch

**Haben Sie noch weitere Fragen oder möchten Sie uns ihre Meinung sagen?**

Schreiben Sie uns an mail@spitalthusis.ch
oder per Post:
Spital Thuis, Alte Strasse 31, 7430 Thuis

Herausgeber

Spital Thuis

Auflage

600 Exemplare

Redaktion

Matthias Schaffner,
Direktionsassistent

Konzept und Gestaltung

morgenluft, Thuis

Bilder

Spital Thuis
powerfoto.ch

Druck

Casanova Druck Werkstatt AG

Klimaneutral gedruckt
in Graubünden.



Einfachheitshalber wird im gesamten Text die männliche Form verwendet;
die weibliche Form ist selbstverständlich eingeschlossen.

Unser Spital liegt eingebettet in die wunderschöne Natur Graubündens.
Patienten profitieren von der Ruhe und fühlen sich bei uns fast wie in den Ferien.



ERFAHREN SIE MEHR RUND UM UNSER SPITAL AUF:

[SPITALTHUSIS.CH](https://spitalthusis.ch)

[FACEBOOK.COM/SPITALTHUSIS](https://facebook.com/spitalthusis)



Spital
Thusis

Spital Thusis
Alte Strasse 31
7430 Thusis
T +41 (0)81 632 11 11
F +41 (0)81 651 52 06
mail@spitalthusis.ch