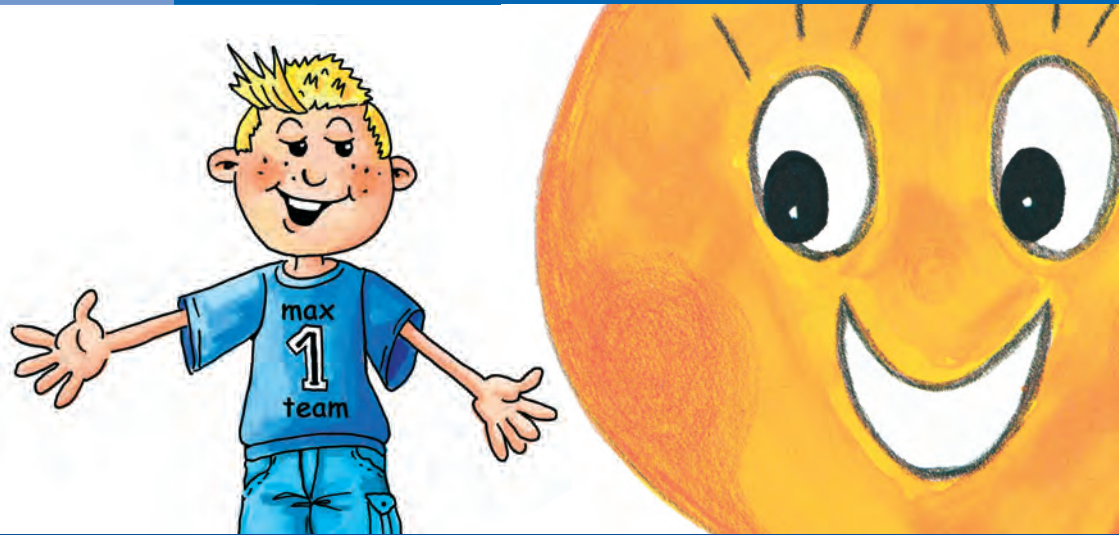




ST. JOSEF-STIFT SENDENHORST



Herzlich willkommen auf der

Polarstation

Informationen für
Patienten und Eltern

Menschen sind uns wichtig

Liebe Kinder und Jugendliche, liebe Eltern,

herzlich willkommen auf der Polarstation!

Das **St. Josef-Stift** ist eine Fachlinik, in der ganz spezielle Krankheiten behandelt werden.

Die medizinischen Fachbereiche heißen:

- Kinder- und Jugendrheumatologie
- Rheumatologie
- Rheumaorthopädie
- Orthopädie
- Wirbelsäulenchirurgie
- Ambulantes Operieren
- Schmerzklinik
- Anästhesie und Intensivmedizin

Auf der Polarstation der Kinder- und Jugendrheumatologie nehmen wir bis zu 33 Patienten auf, vom Kleinkind bis zum Jugendlichen von etwa 16 Jahren.

Um euch kümmern sich hier auf der Station **Kinderkrankenschwestern, Ärzte,**

Erzieherinnen, eine Sekretärin, ein Psychologe, eine Diplom-Sozialarbeiterin, Lehrer und Therapeuten, wie zum Beispiel Krankengymnasten und Ergotherapeuten.



PD Dr. Daniel Windschall, Chefarzt



Birgitta Klaes, Stationsleiterin



Arnold Illhardt, Psychologe

Eltern, Besuch und Freunde sind bei uns herzlich willkommen. Sie dürfen den **ganzen Tag bis 20.30 Uhr** auf der Polarstation bleiben.



Inhalt

Behandlungen und Anwendungen 4

Tagesablauf und Zeitplan 5

Essenszeiten 5

Visiten 5

Nachtruhe 5

Schulunterricht und Freizeitmöglichkeiten 6

Unterricht 6

Freizeitmöglichkeiten 6

Allgemeine Hinweise 7

Verlassen der Station 7

Verlassen des Krankenhauses 7

Weitere Hinweise 7

Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeiten für Eltern 8

Öffnungszeiten der Mitarbeiter-Cafeteria im Spithöver-Forum 8

Liebe Eltern! 9

Infektionskrankheiten 9

Informationen zu den Therapien und für Zuhause 10

Kryotherapie 10

Kaltluftbehandlung 10

Kältekammer 10

Gelenkentlastung 11

Verhalten vor und nach Gelenkpunktionen (Gelenkinjektionen) 11

Krankengymnastik, Entlastung und Sport 12

MTT (Medizinische Trainingstherapie) 12

Schlingentisch 13

Schienenversorgung 13

Elektrotherapie 13

- Iontophorese 13

- Phonophorese 14

Stangerbad 14

Ernährung 14

Sonnenschutz 14

Wichtige Adressen und Telefonnummern 15

St. Josef-Stift, Polarstation 15

Elternverein 15

Internetseiten 15



Behandlungen und Anwendungen

Hier im Krankenhaus gibt es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten. Von deinem Krankheitsbild hängt es ab, welche Anwendungen dir verordnet werden.

Es gibt hier zum Beispiel:

- Krankengymnastik
- Ergotherapie
- Kaltluft und Kältekammer
- Bewegungsbäder
- Elektrotherapie
- Eisanwendungen auf der Station

Deinen **Behandlungsstundenplan** bekommst du von deiner Bereichsschwester. Sie trägt an ihrer Kleidung das gleiche Symbol, das sich auch an deinem Bett befindet (ein Pinguin, der vor einem gelben, roten oder grünen Hintergrund steht).

Deine Bereichsschwester ist über dich und deine Anwendungen informiert. Deshalb solltest du dich an sie wenden, wenn du Fragen hast.

Es ist gut, wenn deine Eltern dich zu deinen Behandlungen begleiten, so bekommen sie von den Therapeuten viele Informationen und Anleitungen über die richtige Behandlung deiner Krankheit.



Einige Kinder bekommen **Therapiefahrräder oder -roller** zur Gelenkentlastung. Wenn du ein Fahrzeug benötigst, wird es dir persönlich zugeteilt, denn es muss erst auf deine Größe angepasst werden. Bedenke immer, dass diese Fahrzeuge keine Spielzeuge sind. So sind Fahrradrennen verboten, damit du dich und andere Patienten nicht gefährdest.

Die Benutzung von Sportgeräten, wie Skates und Kickboards, ist aus versicherungstechnischen Gründen nicht erlaubt.

Tagesablauf und Zeitplan

Du kannst dir sicherlich vorstellen, dass in einem großen Krankenhaus der Tagesablauf besonders geregelt werden muss.

Unser Tag im Krankenhaus beginnt schon sehr früh:

Bereits um **6.45 Uhr** bekommst du, falls erforderlich, Eis zum Kühlen deiner Gelenke. Danach musst du aufstehen, dich waschen, duschen oder baden. Na klar, auch Zähneputzen gehört selbstverständlich dazu.

Frühstück:

7.30 – 8.00 Uhr

Mittagessen:

11.30 – 12.00 Uhr

Abendessen:

17.30 – 18.30 Uhr

Visiten

Die Visitenzeiten der Kinderreumatologie sind im **Therapieplan** eingetragen.

Die Visiten der anderen Fachabteilungen finden zu unterschiedlichen Zeiten statt.

Zur Visite solltest du im Zimmer sein, damit die Ärzte dich untersuchen und die weitere Behandlung mit dir besprechen können.

Nachtruhe

Bei der Nachtruhe richten wir uns nach deinem Alter:

- Kindergartenkinder:
19.30 Uhr Nachtruhe
- Schulkinder:
21.00 Uhr Nachtruhe
- Jugendliche ab 14 Jahre:
22.00 Uhr Nachtruhe

Wir bitten euch darum, die Station nach 21.00 Uhr nicht mehr zu verlassen.



Schulunterricht und Freizeitmöglichkeiten

Unterricht

Jeder Schüler hat Anspruch auf Unterricht. Die Lehrerinnen und Lehrer der Schule im St. Josef-Stift unterrichten im Einzel- oder Gruppenunterricht vorrangig in den Hauptfächern.

Der Unterricht muss in deinen Therapieablauf eingeplant werden. Er findet montags bis freitags zwischen 8.00 und 13.00 Uhr statt. Die Termine werden individuell mit dir vereinbart.

Zum erfolgreichen Lernen benötigst du deine Schulbücher. Informationen der Lehrer der Heimatschule sind ebenfalls hilfreich.

Telefonnummer der
Schule im St. Josef-Stift:

02526 300-1170

Faxnummer der
Schule im St. Josef-Stift:

02526 300-1174

Mail-Adresse der
Schule im St. Josef-Stift:

**schule-st.josef-stift@
t-online.de**

Freizeitmöglichkeiten

Um dir den Krankenhausaufenthalt zu erleichtern, lassen sich die Erzieherinnen im Spielzimmer viel einfallen.

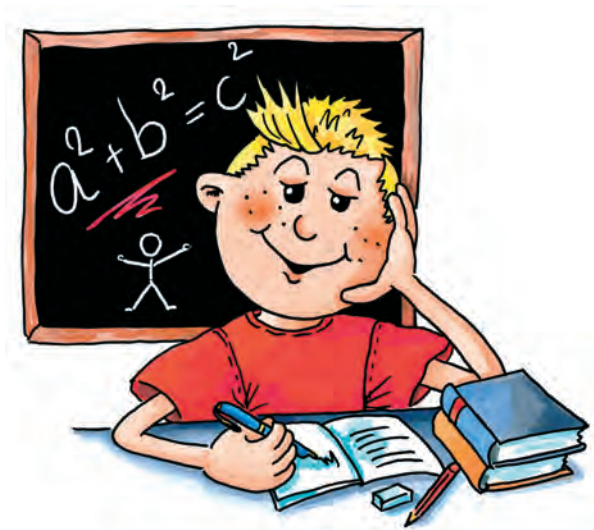
Zum Beispiel:

- Basteln
- Malen
- Gesellschaftsspiele
- Tischtennis
- Gruppenangebote
- und vieles mehr

Kickerzeiten sind

von 8.00 – 11.30 Uhr und

von 14.00 – 19.00 Uhr



Allgemeine Hinweise

Fernsehen und das Spielen mit der Playstation sind nach Absprache mit den Schwestern und Mitpatienten zu folgenden Zeiten möglich:

- Kindergartenkinder:
16.00 – 19.30 Uhr
- Schulkinder:
16.00 – 20.15 Uhr
- Jugendliche ab 14 Jahre:
16.00 – 22.00 Uhr

Während der Ferien und am Wochenende verlängern sich die Zeiten um jeweils eine Stunde.

Verlassen der Station

Wir auf der Polarstation sind für euch **verantwortlich**. Daher müsst ihr euch **immer** bei der zuständigen Schwester **abmelden**.

Verlassen des Krankenhauses

Nur ausnahmsweise dürft ihr, wenn ihr schon

14 Jahre alt seid, nach Behandlungsende **von**

16.00 – 17.00 Uhr

das Krankenhaus verlassen. Dazu braucht ihr neben unserer Erlaubnis

eine **schriftliche Einverständnisklärung** eurer Eltern.

Außerhalb des Krankenhauses haften wir nicht für euch.



Weitere Hinweise

Das **Rauchen** ist im gesamten Stationsbereich, auf der Terrasse und auf dem Spielplatz untersagt.

Wir bitten euch, **keine Aufkleber** anzubringen. Alle Einrichtungsgegenstände, die dem Krankenhaus gehören (z. B. Nachttischschränkchen), dürfen nicht beschädigt oder beschriftet werden.

Für eigene Bilder und Poster ist die Holzverkleidung hinter dem Bett vorgesehen.

Auf alle **privaten Gegenstände** (z. B. CD-Player, Game-Boy, ...) müsst ihr selber achten. Um diese sicher zu verwahren, könnt ihr den Schlüssel für das Schließfach an eurem Bett im Schwes-ternzimmer ausleihen.

Das Krankenhaus übernimmt keine Haftung für verloren gegangene oder beschädigte Sachen sowie den Inhalt des Wertfachs.

Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeiten für Eltern

Nach Absprache stehen einige Übernachtungsplätze für Sie in unserem Wohnheim zur Verfügung.

Mahlzeiten können in der Mitarbeiter-Cafeteria „Spithöver-Forum“ zum Mitarbeiterpreis eingekauft werden. Sie erhalten eine Speisewertkarte von 5,- oder 20,- EUR am Empfang unseres Hauses. Mit dieser Karte können Sie das Essen bezahlen.

Öffnungszeiten

des Spithöver-Forums:

- Frühstück:
täglich 8.00 – 9.30 Uhr
- Mittagessen:
Mo. bis Fr. 11.15 – 13.00 Uhr
Sa. und So. 11.15 – 12.30 Uhr
- Abendessen:
Zum Abendbrot ist das Spithöver-Forum nicht geöffnet. Möchten Sie ein Abendbrot einnehmen, bestellen Sie es bitte mittags in der Cafeteria und bezahlen es gleich mit der Speisewertkarte. Das Abendbrot wird dann abends zur Station gebracht.



Liebe Eltern!

Während Ihrer Anwesenheit können Sie sich gerne an der Pflege Ihres Kindes beteiligen. Für ein Kind ist es oft angenehmer, von einer vertrauten Person versorgt zu werden. Es muss sich dann nicht so sehr auf andere Personen einstellen. Aber helfen Sie Ihrem Kind auch, Vertrauen zu uns zu bekommen und sich an uns zu gewöhnen. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir Ihr Kind gut betreuen und pflegen. Wir freuen uns, wenn Sie sich mit Ihrem Kind beschäftigen, mit ihm spielen und ihm vorlesen. Auch die gewohnte Pflege wie Waschen, Anziehen, Nahrung reichen und ins Bett bringen, dürfen Sie gerne übernehmen. Wenn Sie Fragen haben oder Auffälligkeiten an Ihrem Kind beobachten, wenden Sie sich bitte an die Schwester, die Ihr Kind betreut. Bedenken Sie, dass Ihre Beobachtungen wertvolle Informationen liefern können, z. B. in welchem Umfang die rheumatischen Beschwerden auftreten oder inwieweit die Behandlungsmaßnahmen ansprechen und erste Erfolge sichtbar sind.

Bei Ihrem Aufenthalt auf der Station sollten Sie sich an den Tagesablauf, die Sicherheitsbestimmungen des Krankenhauses und an persönliche Abmachungen mit uns halten, damit wir Ihrem Kind helfen und seine Behandlung gut organisieren können.

Insbesondere sollten Sie darauf achten, dass Sie

- mit Ihrem Kind die Station nur mit Zustimmung einer Schwester oder einer verantwortlichen Person aus dem Team verlassen.
- bei Ihrem Kind das Bettgitter hochziehen. Das gilt immer, auch dann, wenn Sie sich nur kurz umdrehen.
- anderen Kindern, ohne vorherige Rücksprache mit dem Personal, keine Nahrung reichen oder fremde Kinder aus dem Bett nehmen.

Infektionskrankheiten

Besucher (insbesondere Kinder) mit Infektionskrankheiten oder mit Kontakt zu fliegenden Infektionen (z. B. Windpocken) dürfen auf keinen Fall auf die Station.

Informationen zu den Therapien und für Zuhause

Kryotherapie

Die Kälteanwendung hat eine schmerzlindernde, entzündungshemmende und abschwellende Wirkung.

Das Eis sollte, falls verordnet, zwei- bis dreimal täglich für 15 – 20 Minuten angelegt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass das Eis nicht mit nackter Haut in Kontakt kommt, sondern immer ein Tuch dazwischen gelegt wird.

- Ein Tipp für Zuhause:
Frieren Sie trockene Erbsen, die Sie vorher 1 Stunde eingeweicht haben, in einem Stoffbeutel oder einer Strumpfhose tief. Diese können gut und großflächig um ein Gelenk gelegt werden.
- Kryo-Gel-Packungen können aus der Apotheke (einmal im Jahr auch bei verschiedenen Supermärkten) bezogen werden. Sie können direkt aus dem Eisfach angewandt werden, halten aber nicht so lange kalt und sind teilweise auch sehr starr.

Kaltluftbehandlung

Die lokale Kaltluftbehandlung führt zu einer örtlichen Kälteanwendung von -180°C und kann täglich von 12.00 – 14.00 Uhr (außer am Wochenende) im Therapiezentrum im Bereich der entzündeten Gelenke angewandt werden. Bei der Kaltluftbehandlung bewegt die Therapeutin für kurze Zeit einen Gebläseschlauch über die betroffenen Gelenke.

Ein kleineres Kaltluftgerät zur Selbstbedienung befindet sich am Stützpunkt der Polarstation. Es wird vor der ersten Benutzung vom Pflegepersonal erklärt und kann tagsüber jederzeit zusätzlich zum Kühlen der Gelenke benutzt werden.

Kältekammer

Die Kältekammer ist in zwei Bereiche unterteilt. Im Vorraum der Kältekammer ist es -60°C und in der Hauptkammer -120°C kalt.

Die Patienten werden zunächst in Kleingruppen in den Vorraum geführt und nach Gewöhnung an die Kälte wird es ihnen freigestellt, die Hauptkammer zu betreten.

Der Besuch der Kältekammer darf höchstens drei Minuten betragen und man muss ständig in Bewegung sein. Während der Öffnungszeiten der Kältekammer sind immer ein Arzt und eine Aufsichtsperson anwesend. Die meisten Patienten können alleine oder in Begleitung eines Elternteils die Kältekammer besuchen.



Voraussetzung ist Infektfreiheit sowie eine entsprechende Ausrüstung mit Mundschutz, Ohrenschutz, Handschuhen (kann man in der Kältekammer ausleihen) sowie festem Schuh-

werk. Haut und Haare müssen trocken sein, damit keine Kälteschäden entstehen.

Gelenkentlastung

Je nach Anweisung durch den Arzt bekommt Ihr Kind ein Therapierad zugeeilt, das am Aufnahmetag nach dem

Bewegungsbad gegen 15.30 Uhr von den Erzieherinnen des Spielzimmers angepasst wird.

Die Patienten nutzen das Therapierad für weite Strecken im Krankenhaus und im Park, um sich ohne Belastung und Schmerzen fortbewegen zu können.

Verhalten vor und nach Gelenkpunktionen (Gelenkinjektionen)

Bei geschwollenen Gelenken können sehr häufig gute Behandlungserfolge durch Injektion eines speziellen Cortisonpräparates in das Gelenk erzielt werden.

Vor der Punktion sorgt ein Zauberpflaster (betäubendes Pflaster) dafür, dass man den Einstich kaum spürt. Zur Beruhigung gibt es vorab ein Medikament, das die Schmerzen vermindert und die Punktion für den Patienten weniger aufregend erscheinen lässt.

Bei einer Punktion ohne Narkose kann ein Elternteil das Kind begleiten, um es abzulenken und zu beruhigen.



Erfolgt die Punktion in Narkose, muss das Kind am Abend vorher duschen oder baden, Schmuck ablegen sowie Finger- und Zehennägel reinigen.

Der Anästhesist legt fest, ab welchem Zeitpunkt der Patient nüchtern bleiben muss.

Nähere Informationen bietet unser **Juppy-Film**, der den gesamten Ablauf einer Punktion in Narkose beschreibt.

Nach jeder Punktion (egal ob mit oder ohne Narkose) soll das Gelenk für 24 Stunden nicht belastet werden,

damit das Medikament in der Gelenkschleimhaut gut wirken kann. Je nach Gelenkbefall steht dem Patienten ein Rollstuhl zur Verfügung. Nach 24 Stunden darf sich der Patient wieder belasten, sollte sich aber möglichst viel mit dem Therapierad entlasten.

Krankengymnastik, Entlastung und Sport

Den Patienten und Eltern wird beim Abschlussgespräch am Entlassungstag ein krankengymnastischer Bericht für die Krankengymnasten am Heimatort zur Information über die Weiterbehandlung mitgegeben.

Fragen zur Entlastung und zu sportlichen Aktivitäten werden im Entlassungsgespräch vom Arzt individuell beantwortet.

MTT (Medizinische Trainingstherapie)

Die medizinische Trainingstherapie wird von den Ärzten verordnet und von den Physiotherapeuten gezeigt. Es wird zum Kraft- und Ausdauertraining eingesetzt und findet im „Kraftraum“ des Therapiezentrums statt. Einmal täglich sollte es selbstständig durchgeführt werden.

Schlingentisch

In der Schlingentischtherapie werden Körper oder Extremitäten in Schlingen aufgehängt. So werden Bewegungen ermöglicht, die unter Abnahme der Eigenschwere auszuführen sind.

Dabei wird der Stoffwechsel der Gelenke gefördert und die Beweglichkeit verbessert.

Diese Therapie wird vom Arzt verordnet, und die Patienten und ihre Eltern werden von den Krankengymnasten in der richtigen Handhabung geschult. Anschließend sollten diese Übungen einmal täglich im Laufe des Nachmittags für 10 – 20 Minuten für jedes betroffene Gelenk durchgeführt werden.

Schienenversorgung

Während des Aufenthaltes wird von den Ärzten entschieden, welche Hilfsmittel (Handfunktionsschienen, Einlagen...) für den Patienten notwendig sind, um die Funktion der Gelenke und Sehnen zu erhalten.

Da man eine Schmerz-Schonhaltung verhindern möchte, werden bei entsprechenden Anzeichen solche Hilfsmittel eingesetzt. Sie sollen die Gelenke und Sehnen entlasten, somit die Entzündungsreaktionen vermindern und den Patient schließlich dazu

bewegen, die für ihn ungünstige Schmerz-Schonhaltung aufzugeben. Ebenso sollen falsch angeeignete Bewegungsmuster wieder „verlernt“ werden. Das Tragen der sogenannten Hilfsmittel führt zur Verbesserung der Gelenkfunktion durch Entspannung der Muskelgruppen, die das Gelenk in die Fehlstellung ziehen. Die Hilfsmittel werden in der Ergotherapie individuell für den Patienten gefertigt. Dort erhält man auch einen Schienenpass, in dem die Dauer und Häufigkeit der Anwendung erklärt wird.

Elektrotherapie

Sie dient zur Schmerzlinderung, Lockerung der Muskulatur, Durchblutungsförderung und zur besseren Ernährung und Regeneration des Gewebes. Die Behandlung soll nach Anordnung des Arztes täglich im Therapiezentrum durchgeführt werden.

- Iontophorese

Die Iontophorese ist eine Elektrotherapie, bei der mit Hilfe von gleichmäßig fließendem Strom therapeutisch wirksame Bestandteile von Medikamenten, z. B. Voltaren-Emugel, durch die Haut in den Körper eingebracht werden.

- Phonophorese

Bei der Phonophorese werden Arzneistoffe mit Hilfe der Ultraschalltherapie in den Körper, z. B. das Gelenk, gebracht.

Stangerbad

Das Stangerbad verbindet die Heilwirkung des Wasser und des Stromes miteinander. Das Bad hat eine thermische Wirkung mit hydrostatischem Druck. Der Strom wirkt gefäßerweiternd, durchblutungsfördernd und dient der Stoffwechselverbesserung. Es wird nach Anordnung des Arztes im Therapiezentrum, maximal zweimal pro Woche, durchgeführt. Der Patient liegt in einer Wanne mit bis zu 500 Liter Wasserinhalt mit einer Temperatur von 35 – 37°C, in der minimaler Strom fließt. Die Elektroden in der Wanne können je nach Art und Ort der Erkrankung so gegeneinander geschaltet werden, dass einzelne Körperteile oder der gesamte Körper mit leichtem Strom durchflutet werden.

Ernährung

Es sollte insgesamt auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung geachtet werden, die von der gesamten

Familie mitgetragen wird (damit sich das rheumakranke Kind nicht zusätzlich benachteiligt fühlt).

Von speziellen, einseitigen Diäten wird abgeraten, da sie beim Kind zu Mangelerscheinungen führen und die Gesundheit zusätzlich gefährden können.

Sollten Sie noch weitere Fragen zur Ernährung haben, steht Ihnen gerne eine Ernährungsberaterin aus unserem Haus zur Verfügung.

Sonnenschutz

Patienten, die das Medikament Naproxen oder Azulfidine einnehmen oder unter den Erkrankungen Lupus erythematodes, Dermatomyositis oder Kollagenosen leiden, sind besonders empfindlich gegen direkte Sonneneinstrahlung. Es kann zu verschiedenen Hautreaktionen und sogar Verstärkungen der Erkrankung führen. Aus diesem Grunde sollten diese Patienten bei direkter Sonneneinstrahlung im Sommer wie im Winter eine Sonnenschutzcreme auftragen, die einen hohen Lichtschutzfaktor – möglichst über 30 – aufweist.

Wichtige Adressen und Telefonnummern

St. Josef-Stift Sendenhorst

Polarstation

Westtor 7, 48324 Sendenhorst

Telefon:

Polarstation: **02526 300-1760**

Ambulanz: **02526 300-1561**

E-Mail: **c0@st-josef-stift.de**

Fax-Nr. Station: **02526 300-1766**

Elternverein

Wenn Sie sich mit anderen betroffenen Familien austauschen möchten, können Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen des Familienbüros vom „Bundesverband Kinderrheuma e.V.“ im Sockelgeschoss Raum S 23 wenden. Ansprechpartnerin ist unter anderem eine Dipl.-Sozialarbeiterin, die sich um alle sozialrechtlichen Angelegenheiten, wie Beantragung eines Schwerbehindertenausweises, Pflegegeld und Kostenübernahmen durch die Krankenkassen kümmert.

Familienbüro:

Telefon: **02526 300-1175**

E-Mail: **info@kinderrheuma.com**

Internet

Vielfältige Informationen über Rheuma bei Kindern und Jugendlichen enthalten unsere Internetseiten

www.st-josef-stift.de

www.rheumax.de

sowie die Webseite des Elternvereins

www.kinderrheuma.com



Sollten Sie noch Fragen haben, sprechen Sie uns gerne jederzeit an. Wir freuen uns, wenn wir Ihnen weiterhelfen können.

Das Team der Polarstation wünscht allen einen möglichst angenehmen Aufenthalt und eine gute Zusammenarbeit!

St. Josef-Stift Sendenhorst

Orthopädisches Kompetenzzentrum
Rheumatologisches Kompetenzzentrum
Nordwestdeutschland
Endoprothesenzentrum Münsterland

Reha-Zentrum am St. Josef-Stift gGmbH

Westtor 7 · 48324 Sendenhorst
Tel.: 02526 300 - 0
Fax: 02526 300 - 1010
verwaltung@st-josef-stift.de
www.st-josef-stift.de
www.facebook.com/St.Josef.Stift

