

Film und Gespräch

■ **BAYREUTH** Der Mittwoch, 15. Mai, wird als bundesweiter Kinoabend zum Thema Inklusion gefeiert. Um 19.30 Uhr läuft auch im Cineplex Bayreuth in Kooperation mit dem Evangelischen Bildungswerk der Film „Die Kinder der Utopie“. In dem Kinofilm treffen sich sechs junge Erwachsene wieder, die vor zwölf Jahren schon einmal für den Film Klassenleben dokumentiert wurden. Sie besuchten damals eine Berliner Grundschule, an der eine zu der Zeit noch außergewöhnliche Form des inklusiven Schulunterrichts stattfand: 2019 wirft der Film und das anschließende Gespräch mit der kommunalen Behindertenbeauftragten der Stadt Bayreuth, Bettina Wurzel, einen Blick auf die Veränderungen, wie die Generation Y vollkommen selbstverständlich Inklusion lebt. Weitere Infos unter www.ebw-bayreuth.de.

■ **BAYREUTH** Der Krankenhausplanungsausschuss hat jetzt wichtige Entscheidungen für Bayreuth, wo die Kinder- und Jugendpsychiatrie erweitert werden soll, getroffen. Darauf hat Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml hingewiesen.

Die psychiatrische Versorgung von Kindern und Jugendlichen in Oberfranken soll weiter ausgebaut werden, das hat der Krankenhausplanungsausschuss beschlossen. Demnach wird die Bettenzahl am Bezirkskrankenhaus Bayreuth von derzeit 317 auf nun 339 Betten erhöht. Die zusätzlichen 22 Betten in der Fachrichtung Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie sollen der hohen Inanspruchnahme Rechnung tragen und die Versorgung in

Positive Kunde für Bayreuth

Psychiatrische Versorgung von Kindern und Jugendlichen wird ausgebaut – 22 Betten mehr



Die Kinder- und Jugendpsychiatrie in Bayreuth soll erweitert werden.

Foto: Archiv/Andreas Harbach

ganz Oberfranken nachhaltig verbessern“, wird die Gesundheitsministerin in einer aktuellen Mitteilung zitiert.

Darin fügte Huml hinzu: „Wenn Kinder und Jugendlichen, ist rasche Unterstützung

wichtig! Bayern hat in den vergangenen Jahren große Anstrengungen unternommen, um die Versorgungsstruktu-

ren für psychisch erkrankte Kinder und Jugendliche bestmöglich auszubauen. So verfügt heute jeder Regierungsbezirk über ein Angebot an voll- und teilstationären Einrichtungen in der Kinder- und Jugendpsychiatrie.“ Auch in Bamberg wird es einen Ausbau geben, wie Melanie Huml ausführte: „Ich freue mich sehr, dass die Betriebsstätte Bruderwald des Klinikums Bamberg jetzt auch über eine akutgeriatrische Hauptabteilung mit 30 Betten verfügt. Um eine hohe Versorgungsqualität in der stationären akutgeriatrischen Behandlung zu gewährleisten, stellt das „Fachprogramm Akutgeriatrie“ des bayerischen Gesundheitsministeriums spezielle Anforderungen an die Struktur- und Prozessqualität.“ Inzwischen verfügt Bayern über 96 Akutgeriatrien mit mehr als 2343 Betten, in Oberfranken gibt es neun Akutgeriatrien mit 216 Betten.

Sucht und Depression

■ **BAYREUTH** Depressionen und Suchterkrankungen zählen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen in Deutschland. Beides sind eigenständige Krankheiten, die sich durch ihre Kombination verschlechtern können. Depressive Störungen können durch Suchtmittelkonsum verursacht werden. Umgekehrt erleben wir immer wieder, dass Menschen Suchtmittel konsumieren, um auf ihre depressive Stimmungslage Einfluss zu nehmen. Dies kann kurzfristig hilfreich sein.

Selbstmedikation kann zu Abhängigkeit führen

Allerdings kann diese Art der Selbstmedikation in die Alkoholabhängigkeit führen. So entstehen negative Entwicklungen, aus denen ohne fachgerechte Hilfe nur sehr schwer

heraus zu finden ist. Auf Einladung der Initiative „Gemeinsam gegen Depression“ Bayreuth und des Evangelischen Bildungswerkes wird Dr. Margarete Männlein-Mandl, Leitende Oberärztin am Bezirkskrankenhaus Bayreuth, in ihrem Vortrag am Donnerstag, 16. Mai, um 19.30 Uhr im Seminarraum im Hof, Richard-Wagner-Straße 24, in Bayreuth über das fatale „Tandem“ Sucht und Depression informieren. Ausgehend von der Geschichte des Alkohols gibt sie einen Einblick über die beiden Erkrankungen: Alkoholabhängigkeit und Depression. Beide können sich durch ihre Kombination verschlechtern. Doch eine Hilfe ist möglich, wenn sich der Kranke darauf einlässt. Die Teilnahme ist offen für alle Interessierten, der Eintritt ist frei.

App für Krebskranke

Plattform zur Vernetzung und zum Informationsaustausch

■ **MÜNCHEN** Mobiltelefone und ihre Softwareanwendungen sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken, denn sie bieten viele praktische Hilfen. So auch die neue Yes!-App von yeswecan!cer. Die erste mobile Selbsthilfegruppe für Menschen mit Krebs hilft Betroffenen, sich im Alltag leichter zu vernetzen.

Gerade nach der Diagnose fühlen sich Erkrankte oft einsam, alleingelassen und verunsichert. In dieser Situation hilft es ihnen, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen, um die eigene Erkrankung besser zu verstehen und zu verarbeiten. Allerdings lässt der krankheitsbedingt veränderte Alltag mit unzähligen Arztterminen oft wenig Raum für ein persönliches Treffen.

Vor allem Patienten, die nicht draußen am normalen Leben teilhaben können, profitieren vom mobilen Austausch – egal, wo sie gerade sind.

Besserer Überblick über Hilfsangebote

Die Bayerische Krebsgesellschaft (BKG) begrüßt diese Initiative der gemeinwohlorientierten yeswecan!cer gGmbH und unterstützt als Kooperationspartner die Umsetzung der neuen Yes!-App. Ziel ist es, Betroffenen neben der digitalen Vernetzung einen schnellen Überblick über analoge Hilfsangebote in Bayern – die Psychosozialen Krebsberatungsstellen der Bayerischen Krebsgesellschaft und viele Selbsthilfegruppen in Bayern – zu geben. Yeswecan!cer hat die Yes!-App entwickelt, um Krebskranken und Angehörigen eine Plattform zur Vernetzung und zum Informationsaustausch zu bieten. Der Nutzen liegt darin, jedem eine auf seine individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Auswahl an möglichen Gesprächspartnern mit vergleichbarem Krankheitsbild zu geben und so den Erfahrungsaustausch untereinander und den Wissenstransfer zu fördern.

Interessierte können die Yes!-App seit November 2018 in einer ersten Ausbaustufe nutzen. Nach der Registrierung anhand eines Kurzprofils helfen bestimmte Filterkriterien,

Im geschützten Chat miteinander austauschen

wie Art der Krebserkrankung, Stadium, Alter und Geschlecht, Weggefährten zu finden. Nach bestätigter Kontaktanfrage können sich die Nutzer in einem geschützten Chat direkt miteinander austauschen. Langfristig sollen alle bundesweit existierenden Krebsberatungsstellen und Selbsthilfegruppen in die App aufgenommen werden, damit sich Nutzer auch über spezifische Angebote und Anlaufstellen in Wohnortnähe informieren und nach speziellen Themen suchen können. Mit der Kooperation zwischen der Bayerischen Krebsgesellschaft und yeswecan!cer ist hier ein erster Meilenstein gesetzt: „Wir freuen uns sehr, dass die Bayerische Krebsgesellschaft die Idee der Yes!

App unterstützt. Die Bündelung der Informationen zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen innerhalb der App ist ein wichtiger Schritt hin zur besseren Vernetzung der Betroffenen untereinander, insbesondere mit Blick auf spezifische Krankheitsbilder und individuelle Fragen“, betont Jochen Kröhne von yeswecan!cer. Gabriele Brückner, Geschäftsführerin der BKG: „Wir begrüßen die Initiative von yeswecan!cer, Menschen mit Krebs mit der YES! APP ein auf sie zugeschnittenes und zeitgemäßes Kommunikationsmedium anzubieten, das es ihnen ermöglicht an jedem Ort, zu jeder Zeit in einem geschützten Bereich Kontakt zu Gleichgesinnten aufzunehmen.“

Info

Veranstaltungen im Klinikum Bayreuth



■ **BAYREUTH** Am heutigen Mittwoch, 15. Mai, gibt es um 18 Uhr wieder das „Patientenseminar: Niewieder XXL“. Bringen konservative Behandlungen, wie ein verändertes Ernährungsverhalten und Sport, nicht den gewünschten Erfolg, ist eine chirurgische Therapie des

Übergewichts zu empfehlen. Die Adipositas-Chirurgie ist heute die weltweit erfolgreichste Langzeitbehandlung bei krankhaftem schweren Übergewicht. Dr. Jamal El Chafchak, Oberarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Klinikum Bayreuth, Preuschwitzer Straße 101, stellt chirurgische Behandlungsmethoden vor, wie den Magenbypass, Schlauchmagen, Magenballon oder das Magenband. Der Bunte Kreis im Klinikum Bayreuth lädt am Montag, 20. Mai, von 15 bis 17 Uhr zum Café Känguru in das Klinikum Bayreuth, Sitzungszimmer des Hospizvereins, ein. Das Elterncafé richtet sich an alle, die rund um die Geburt schwierige Zeiten erlebt haben, weil ihr Kind zu früh oder nicht ganz gesund zur Welt gekommen ist. Am Dienstag, 21. Mai, gibt es um 19 Uhr einen Informationsabend für werdenden Eltern. Sie haben die Möglichkeit, einen Blick in den Kreißaal am Klinikum Bayreuth zu werfen und das Team der Geburtshilfe kennenzulernen.

red/Foto: Dr. Chafchak

Laktoseintoleranz



Gesundheitstipp

Eine große Anzahl Erwachsener reagiert beim Verzehr von Milch, Milchprodukten und anderer laktosehaltiger Nahrungsmittel, wie zum Beispiel Getreideerzeugnissen, mit Blähungen, Bauchkrämpfen, Übelkeit und Durchfällen.

Milchzuckerunverträglichkeit

In diesem Fall sollte an eine Milchzuckerunverträglichkeit gedacht werden. Diese äußert sich darin, dass der mit der Nahrung aufgenommene Milchzucker (= Laktose) aufgrund einer fehlenden oder verminderten Produktion von Laktase im Dünndarm nicht enzymatisch in D-Galaktose und D-Glucose gespalten und damit aufnahmefähig gemacht wird, sondern bakteriell im Dickdarm in Wasserstoff, Methan und Milchsäure zer-

setzt wird. Die beiden Gase können Blähungen und Bauchdrücken, die entstandene Milchsäure durch verstärkten Wassereinstrom Durchfälle hervorrufen. Neugeborene bilden, während sie gestillt werden, (meistens) ausreichend aktives Enzym. Im Laufe der Umstellung auf milcharme Kost sinkt die Bildung und Aktivität der Laktase. Dies

führt in weiten Teilen der Weltbevölkerung zum Vorliegen einer Laktoseintole-



Foto: dpa

ranz, 90 Prozent der Afrikaner und Asiaten und 15 bis 20 Prozent der Deutschen sind betroffen. Ausnahmen sind in der Mongolei und in Sibirien vorzufinden, Länder mit sehr großer und langjähriger Milchwirtschaft, bei denen fast alle Erwachsenen noch ausreichend aktive Laktase produzieren. Man bezeichnet dieses Phänomen Laktasepersistenz. Eine Milchzuckerunverträglichkeit äußert sich in Abhängigkeit von der individuellen Laktaseaktivität und der Menge an konsumierter Laktose mit unterschiedlich ausgeprägter Symptomatik. Ein Laktasemangel ist derzeit nicht heilbar. Eine Linderung der Beschwerden kann allerdings durch Umstellung der Ernährung auf milchzuckerarme beziehungsweise milchzuckerfreie Kost erzielt werden. So stellen Soja-, Getreide- und

Mandelmilch laktosefreie Alternativen zur Kuhmilch dar, fermentierte Milch-erzeugnisse, wie beispielsweise Joghurt, Quark und Buttermilch, enthalten nur einen geringen Anteil an Laktose, da diese durch zugesetzte Milchsäurebakterien größtenteils umgewandelt wurde und weisen daher oft eine gute Verträglichkeit auf. Zufuhr des Enzyms Laktase in Form von Kapseln oder Tabletten, die in der Apotheke erhältlich sind, und direkt zu den Mahlzeiten eingenommen werden, stellt eine weitere Option dar. Die erforderliche Anzahl muss individuell und abhängig von der zugeführten Menge an Laktose ausgetestet werden.

Ihre Apothekerin Jennifer Tasche, Adler-Apotheke