

unimedialog

Das Mitarbeiterblatt der Universitätsmedizin Rostock, Ausgabe 4 | 2023

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,



seitens der Politik werden immer wieder neue Vorschläge gemacht, wie die Arbeit von Pflegekräften so umstrukturiert werden kann, dass der Beruf attraktiver wird. Mal ist es mehr Verantwortung, dann der

Verzicht auf Nachtschichten, eine höhere Entlohnung oder eine bessere Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Dabei wird häufig ausgeblendet, dass es vor allem die demografische Realität ist, die zu einem Mangel an Pflegekräften führt. Wir werden immer weniger und im Durchschnitt immer älter. Mit dem UniFlexTeam tragen wir schon seit Jahren dieser Situation Rechnung und konnten so auch Pflegekräfte an die UMR holen, die aus verschiedenen Gründen nicht im Schichtdienst arbeiten können oder wollen. Inzwischen sind unsere „Pools“ auf vielen Stationen unverzichtbar geworden. Wir arbeiten daran, dass dieser Personalpool weiter wächst, um den laufenden Betrieb auf unseren Stationen abzusichern. Trotzdem kommen wir nicht umhin, auch weiterhin Pflegekräfte aus dem Ausland zu rekrutieren, denn 2025 fängt die Phase der altersbedingten Ruhestände erst richtig an. Deshalb planen wir ein neues Rekrutierungsprogramm in Indien, um der absehbaren Personalnot zu begegnen. Ich bin überzeugt, dass die Pflege ein sinnstiftender und abwechslungsreicher Beruf mit vielen Entwicklungsmöglichkeiten und tariflichen Errungenschaften ist. Wenn Sie das auch so sehen, ist Mund-zu-Mund-Propaganda die beste Werbung für den Pflegeberuf.

Ihre Annett Laban
Pflegevorstand

- ▶ Dr. Christiane Stehle übernimmt Vorstandsvorsitz Seite 2
- ▶ Augen auf: Wir tun was für unser Image Seite 3
- ▶ Vormerken: Oktoberfest für unsere Mitarbeiter Seite 4
- ▶ Im Porträt: Unsere Sektionsassistentin Seite 6

Offene Sprechstunde: Kommen Sie mit unserem Vorstand ins Gespräch



Wohin entwickelt sich unsere Unimedizin? Wie kann ich mich einbringen? Wo stehen wir in fünf Jahren oder was beschäftigt mich gerade jetzt? Um solche und andere Fragen und Anliegen persönlich zu besprechen, bietet unser Vorstand am Mittwoch, dem 26. April, von 14 bis 15.30 Uhr eine offene Sprechstunde im Spielsaal (2. Etage UKJ) an. Nutzen Sie dieses zwanglose Format, um mit unserer Vorstandsvorsitzenden Dr. Christiane Stehle, unserem Pflegevorstand Annett Laban, unserem Kaufmännischen Vorstand Christi-

an Petersen und unserem Wissenschaftlichen Vorstand Prof. Dr. Emil Reisinger ins Gespräch zu kommen. Dabei ist es nicht wichtig, zu welcher Berufsgruppe Sie gehören oder wo genau an unserer Unimedizin Sie arbeiten. Nur Ihr Anliegen und Ihre Themen stehen im Mittelpunkt. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Für eine optimale Vorbereitung auf die offene Sprechstunde können Sie gern Ihre Fragen und Themen vorab per E-Mail unter vorstand.geschaeftsstelle@med.uni-rostock.de einreichen.

Medizinstrategie „UMR 2030“

Wir stellen uns neuen Herausforderungen

Unsere Universitätsmedizin Rostock entwickelt sich tagtäglich weiter und unser Vorstand möchte die Zukunft mit Ihnen gemeinsam aktiv gestalten. Damit dies koordiniert und strukturiert geschieht, hat unser Vorstand entschieden, eine Medizinstrategie „UMR 2030“ gemeinsam mit den Direktionen der Kliniken, patientennahen Instituten, der Pflege und Teilen der Administration zu erarbeiten. Diese Medizinstrategie wird uns in den kommenden Jahren als Maßstab und Leitfaden dienen.

Die Medizinstrategie wird die aktuellen Entwicklungen im Gesundheitswesen aufgreifen und deren Auswirkungen für die UMR und unser Einzugsgebiet einschätzen. Die Vorschläge der Expertenkommission der Bundesregierung zur Reform der Krankenhauslandschaft und -finanzierung werden ebenfalls mit einfließen. Es ist daher für uns ein sehr guter Zeitpunkt, sich strategisch mit der Entwicklung des ei-

genen Leistungsangebots zu befassen.

Die Entwicklung einer Medizinstrategie für ein Universitätsklinikum ist komplex: Verschiedene Interessen müssen berücksichtigt werden und unterschiedliche Fachbereiche sind an der Ausarbeitung der Strategie beteiligt. Daher werden unsere Experten und Führungskräfte in die Strategieentwicklung von Anfang an mit einbezogen.

Am Beginn des Projektes steht eine strategische Situationsanalyse. Dabei werden unsere Experten befragt und datengestützte Marktanalysen herangezogen. Bei einer ersten Tagung werden die Führungskräfte über die Ergebnisse dieser ersten Analyse informiert und gemeinsam die Eckpunkte für das neue Strategiekonzept festgelegt. In kleinen interdisziplinären Arbeitsgruppen werden die Eckpunkte dann ausgearbeitet. Die Ergebnisse dieser Ar-

beitsgruppen werden abschließend in einer zweiten Tagung vorgestellt, aufeinander abgestimmt und zu einem Gesamtkonzept zusammengefasst.

Das gesamte Projekt wird von der Krankenhausberatung ZEQ unterstützt. ZEQ verfügt über umfangreiche Erfahrung bei der Erarbeitung von Medizinstrategien und in der Beratung von Universitätskliniken. Die Krankenhausberatung führt die Interviews und Datenanalysen durch, moderiert die Führungskräfte tagungen und Arbeitsgruppen und sorgt dafür, dass sämtliche Ergebnisse zu einer schlüssigen Medizinstrategie zusammengefasst werden.

Die Ausarbeitung der Medizinstrategie „UMR 2030“ beginnt im April und das fertige Konzept soll im Dezember 2023 vorgestellt werden. Über weitere Fortschritte werden Sie in Kürze informiert.



Die Phasen der Entwicklung der Medizinstrategie 2030

Dr. Christiane Stehle übernimmt Vorstandsvorsitz

Dr. Christiane Stehle (60) hat zum 1. April die Verantwortung als Vorstandsvorsitzende übernommen. Die Fachärztin für Anästhesie und Intensivmedizin war zum 1. Oktober 2022 als neue Ärztliche Vorständin an unserer UMR angetreten und hat bereits Schwerpunkte gesetzt. So liegt ihr Hauptaugenmerk auf der medizinstrategischen Ausrichtung, um unsere UMR zukunftssicher zu machen. Dabei hat sie stets die hohe Qualität der Versorgung der Patienten im Blick. „Neben der hohen Qualifizierung unseres Teams tragen dazu die Ergebnisse unserer Forschung und die moderne Ausbildung der zukünftigen



Ärzte bei,“ sagt sie. Zudem will sie den Fachkräftemangel im Gesundheitswesen angehen. Dr. Tilmann Schweisfurth als Aufsichtsratsvorsitzender sieht die

UMR im Aufbruch: „Der Aufsichtsrat hat Dr. Christiane Stehle zur Vorstandsvorsitzenden bestellt, in der Erwartung, dass sie die UMR mit ihren Vorstandskollegen weiter stärkt und zukunftsfest ausrichtet. Dazu bedarf es auch einer Weiterentwicklung der medizinischen Strategie und Betriebsorganisation, die am besten aus dem ärztlichen Vorstandsressort gelingen kann. Mein Dank gilt ausdrücklich Prof. Dr. Emil Reisinger, der als Wissenschaftlicher Vorstand den Vorstandsvorsitz stellvertretend wahrgenommen hat und viel dazu beigetragen hat, dass die UMR wieder auf einem soliden Weg ist.“

Wir tun was für unser Image

In den nächsten Wochen und Monaten werden Sie unserer Unimedizin immer wieder im Stadtgebiet begegnen. Auf Plakaten, auf der Straßenbahn und im Radio werben wir mit einem Augenzwinkern für die Leistungen unseres Hauses. Vier Themen stehen in der Imagekampagne stellvertretend für alle Kompetenzen unserer Kliniken: Das Herz für Organe, die Radiologie

für Hochleistungstechnik, das Hörzentrum Nord-Ost für die Zentren und die Kinder für eine gute Kinderversorgung in der Stadt. Nicht alles werden Sie auf den ersten Blick erkennen, denn die Kampagne ist in drei Stufen aufgebaut. In den nächsten Wochen kommunizieren wir bestimmte medizinische Situationen, in den Sommermonaten die medizinische Lösung und im Herbst

den Dank aus Patientensicht. Natürlich werden wir die Kampagne auch auf unseren Social-Media-Kanälen begleiten. Die bewusst schlicht gehaltene Gestaltung stellt einen gewollten Kontrast zu den vielen Werbegesichtern in der Stadt dar. Ab Mitte April heißt es: Augen und Ohren auf (Ostseewelle Hit-Radio Mecklenburg-Vorpommern).



Vorbereitung für Patienten: Fit für die OP

Mit dem Übungsprogramm „Fit für die Operation“ werden Patienten bestmöglich auf einen Eingriff vorbereitet. Ein Team unserer UMR hat das Programm entwickelt. Physiotherapeutin Diana Just, Chirurgin Paulin Weißer und Anästhesistin Dr. Annika Haas haben gemeinsam eine Patientenbroschüre und Übungsvideos realisiert, die OP-Patienten der Allgemeinchirurgie nun einige Wochen vor einem großen Eingriff und einem stationären Aufenthalt erhalten. Für die Umsetzung der Videos war Grafikerin Jenny Burmeister verantwortlich. „Neben einer ausgewogenen Ernährung, dem Verzicht auf Alkohol und Zigaretten gehören vorbereitende Übungen zur Mobilisation und zum richtigen Atmen“, erläutert Paulin Weißer. „Wir motivieren die Patienten zum selbstständigen Training des richtigen Aufstehens und schulen sie in der Nutzung eines Atemtrainers.“ Das erleichtert besonders den Physiotherapeuten die Arbeit. Patienten sollen nach dem Eingriff schnell wieder selbstständig werden. „Das

setzt voraus, dass sie wissen, wie sie sich sicher und schmerzfrei bewegen können“, so Diana Just. Um nach einer Operation wieder zu Kräften zu kommen, sollen Patienten nach Flüssigkost am Tag der Operation schnell wieder normale Vollkost zu sich nehmen. Auch das ist leichter, wenn im Vorfeld der Operation die Ernährungs- und Bewegungsempfehlun-

gen berücksichtigt wurden. Der Wille, nach einer großen OP aufzustehen, hängt direkt von der Schmerzfreiheit ab. Für die Anästhesistin Dr. Annika Haas ein wichtiger Punkt: „Eine gute Schmerztherapie ist auch nach der Operation immens wichtig, damit der Patient schnell mobil wird.“

Die Videos finden Sie [hier](#).



Diana Just (v.l.), Paulin Weißer und Dr. Annika Haas haben die Anleitungsvideos gemeinsam mit Patient Ralf Schwemer realisiert.

Delegation von Landtag und Ministerien besucht unsere UMR

Fortschritte am Krebszentrum CCC-MV der Standorte Rostock und Greifswald

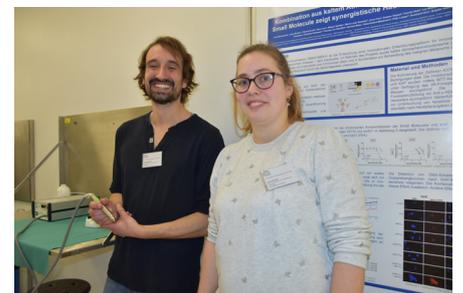
Der Fortschritt im Kampf gegen Krebs ist rasant. Neue Präventionsstrategien, innovative Diagnostik und moderne Therapieansätze führen dazu, dass Krebspatienten häufiger überleben und eine bessere Lebensqualität haben. Diese positive Entwicklung voranzutreiben, ist Aufgabe des Comprehensive Cancer Center Mecklenburg-Vorpommern (CCC-MV) an den beiden Standorten der Unimedizinen Rostock und Greifswald. Prof. Dr. Christian Junghanß, Sprecher des CCC-MV, erklärt: „Wir konzentrieren uns auf die Patientenversorgung und bringen Vorsorge, Behandlung und Nachsorge voran, auch mit Blick auf den ländlichen Raum. Durch die Zusammenarbeit beider Unimedizinen schaffen wir bessere Voraussetzungen für die onkologische Forschung.“

Vertreter des Finanzausschusses, des Wissenschafts- und Europausschusses und der Ministerien für Finanzen und Wissenschaft besichtigten die beiden Standorte und informierten sich über erste gemeinsame Projekte. An unserer UMR besuchte die Delegation das Biomedicum und ein Tumorboard im Universitären Notfallzentrum (UNZ). „Ein Tumorboard, eine interdisziplinäre Fallbe-



Links: Prof. Dr. Clemens Schafmayer (l.), Direktor der Allgemeinchirurgie, erläutert operative Möglichkeiten in der Krebstherapie.

Unten: Forscherteams im Institut für Experimentelle Chirurgie stellen ihre aktuelle onkologische Forschung vor.



sprechung, ist ein gutes Beispiel der standortübergreifenden Zusammenarbeit“, erläutert Junghanß. Einheitliche Software- und Datenschutzlösungen sowie die Beteiligung der niedergelassenen Mediziner sollen die zukünftigen Tumorboards verbessern. Besonders diejenigen mit seltenen Krebserkrankungen werden davon profitieren. Auch das Manage-

ment seltener Behandlungsnebenwirkungen, eine gemeinsame Biobank und die Bewerbung um Forschungsgelder und Projektmittel sind Aufgaben des CCC-MV. Die Deutsche Krebshilfe fordert für die CCCs eine zentrale räumliche Struktur, deswegen wird auch der Bau jeweils eines „Hauses der Onkologie“ an den beiden Standorten ein Thema sein.

Termin vormerken: Oktoberfest für unsere Mitarbeiter

„O'zapft ist“ heißt es am 26. Oktober beim Oktoberfest unserer UMR. Nach drei Jahren Zwangspause veranstaltet unsere UMR erstmals wieder ein Fest für Sie, liebe Mitarbeiter. Diesmal geht es ins Festzelt im Rostocker Stadthafen mit zünftiger Musik und bayerischen Spezialitäten. Tragen Sie sich den Termin jetzt schon in Ihren Kalender ein. Nähere Infos erhalten Sie in Kürze.

Übrigens: Die Teamabende wird es auch in diesem Jahr geben.



UMR bei der Langen Nacht der Wissenschaften

Unsere UMR ist wie gewohnt bei der Langen Nacht der Wissenschaften dabei. Unter anderem wird unser Institut für Anatomie seine Türen öffnen und am Campus Südstadt der Uni Rostock werden unsere Dermatologen, Forensiker, Psychosomatiker, Neurochirurgen und Biostatistiker mit spannenden Vorträgen aufwarten. Schauen Sie vorbei am Donnerstag, 4. Mai, von 16 bis 22 Uhr.

Weitere [Infos](#)

Schüleraktion mit Herz

Schüler der achten Klasse des Rostocker Christophorusgymnasiums erlebten im März einen besonderen Tag mit Forschern unserer Herzchirurgie. Sie erhielten im Forschungszentrum „Leben, Licht & Materie“ (Department Life, Light & Matter) der Uni Rostock spannende Einblicke in die Stammzellforschung und konnten sich an drei verschiedenen Stationen ausprobieren. Prof. Robert David, Forschungsleiter unserer Herzchirurgie, stimmte die Schüler mit einem kleinen Vortrag auf einen spannenden Vormittag ein.



An mehreren Laborstationen konnten die Schüler des Christophorusgymnasiums mehr über die Arbeit der Forscher erfahren.

In kleinen Gruppen konnten die Jugendlichen anschließend an drei Laborstationen Forschungsgeräte ansehen und ausprobieren. David betont, wie wichtig ihm das Schülerprojekt ist: „Es ist tatsächlich eine Herzensangelegenheit für uns. Wir bemühen

uns, den Schülern einen interessanten Einblick in unsere Arbeit zu geben. Wer weiß, vielleicht befindet sich ein zukünftiger Forscher unter ihnen.“

Viele Perspektiven für unsere Pflegeazubis

Die Coronapandemie hatte auch gute Seiten, denn sie hat Charly Hoffmann an unsere UMR geführt. Der damalige Schüler ist so auf den Fachkräftemangel in der Pflege aufmerksam geworden. „Mir war klar, da gibt es eine Menge zu tun und man kommt viel mit Menschen in Kontakt und kann helfen, das war und ist genau das Richtige für mich“, resümiert der 19-Jährige. Zusammen mit Carina Meinert (21) absolvierte er kürzlich das Projekt „Schüler leiten eine Station“. Die beiden gehörten zu einem zwölfköpfigen Azubi-Team, das die Zügel der Station 9 der Endokrinologie und Nephrologie in den Händen hielt. Sie pflegten die Patienten, die an den unterschiedlichsten Krankheiten rund um die Niere leiden, waren für die Dokumentation, die Begleitung und Ausarbeitung der ärztlichen Visite, die Medikamentengaben sowie die Aufnahme und Entlassung zuständig. Die erfahrenen Pflegekräfte der Station und die Kollegen der zentralen Praxisanleitung hatten natürlich immer ein wachsames Auge auf



Charly Hoffmann und Carina Meinert haben unterschiedliche Lebensräume, die sie an unserer UMR Wirklichkeit werden lassen.

den Nachwuchs. „Wir bieten unseren Pflegeazubis die Gelegenheit, sich unter realen Bedingungen auf ihre Abschlussprüfung und den Stationsalltag vorzubereiten“, sagt unser Pflegevorstand Annett Laban. Mittlerweile ist Hoffmann auf die Station G der Unfallchirurgie gewechselt. Carina Meinert will nach ihrer Abschlussprüfung ein Medizinstudium anhängen. „Dank der Ausbildung bringe ich eine Menge Vorwissen für das Studium mit und kann später die Patientenversorgung aus pflegerischer und aus medizinischer Sicht betrachten“, ist sich die Auszubildende sicher.

Machen Sie mit: Befragung zur Mobilität

Eine im letzten Jahr gegründete Arbeitsgruppe aus Vertretern des Geschäftsbereichs Technik, dem Personalrat und dem Pflegevorstand entwickelt aktuell ein Konzept zur Mobilität. Vor diesem Hintergrund lädt die AG alle Mitarbeiter unserer UMR und Tochtergesellschaften zu einer Onlinebefragung zum Arbeitsweg und zur Mobilität ein. Die Befragung startet Ende April. Weitere Infos folgen in Kürze über Aushänge, Flyer und alledem-E-Mails.

Abschied von Prof. Dr. Wolfgang Schareck

Wir verabschieden Uni-Rektor Prof. Dr. Wolfgang Schareck nach drei Amtszeiten in den Ruhestand. Mit unserer UMR ist er seit Langem eng verbunden. Hier war er ab 1994 als Professor für Gefäß- und Transplantationschirurgie tätig. Er hat den Arbeitsbereich Gefäßchirurgie in Rostock etabliert und das interdisziplinäre Gefäßzentrum URIG gegründet. Ab 2004 war er Mitglied im Fakultätsrat der Medizinischen Fakultät, ab 2006 Studiendekan, von 2004 bis 2008 Präsident des Konzeils, 2008 Prorektor für Forschung und Lehre bis er 2009 das Amt des Rektors der Universität Rostock übernahm. Seine Nachfolgerin wird Prof. Dr. Elisabeth Prommer.



Wussten Sie schon,...

... dass unsere Sektionsassistentin noch nie Albträume hatte?

Jeder Mensch hat eine Geschichte. Wie sie endet, ist manchmal unklar und muss durch unser Institut für Rechtsmedizin aufgeklärt werden. Ob unerkannte Krankheit, Unfall, Tötungsdelikt oder Suizid: Die Rechtsmediziner haben schon in viele menschliche Abgründe geblickt. Sektions- und Präparationsassistentin Stefanie Klawitter hat deswegen aber noch nie Albträume gehabt. „Natürlich bewegen mich die persönlichen Schicksale, aber ich habe gelernt, berufliche Distanz zu wahren“, sagt die 33-Jährige.

Ihre tägliche Arbeit ist nichts für schwache Nerven. Stefanie Klawitter ist für den reibungslosen Ablauf der Sektionen am Institut zuständig. Sie kümmert sich um die Vor- und Nachbereitung, die Reinhaltung des Sektionssaals und ist für die Gewebeproben sowie das Leichenmanagement mit jeweils akribischer Dokumentation zuständig. Während der Sektionen assistiert sie den Fachärzten. Im Umgang mit den Instrumenten ist sie routiniert: Jeder Griff und jeder Schnitt ist geübt, ihr ganzer körperlicher Einsatz ist gefragt. Berührungängste hat die junge Sektionsassistentin nicht, wenn sie einen Brustkorb oder Schädel öffnet und die Organe für die Untersuchung entnimmt.

Die Arbeit im Sektionssaal ist nicht nur Detektivarbeit, sondern bedeutet auch ein Stück Trauerbewältigung für die Angehörigen. „Wenn sie erfahren, woran ihr geliebter Mensch gestorben ist, fällt es ihnen leichter, sich zu verabschieden und die Trauer zu verarbeiten.“ Jeden Verstorbenen richtet Klawitter anschließend wieder pietätvoll her, damit sich die Angehörigen später beim Bestatter verabschieden können.



Der Beruf ist für die junge Frau zugleich Leidenschaft. Sie beschreibt ihn als eine handwerkliche Tätigkeit mit gewissem Feingefühl. „Die Arbeit ist abwechslungsreich, kein Tag ist wie der andere und man lernt immer wieder etwas dazu“, erzählt sie. Am Institut bekommt sie außerdem die Gelegenheit, sich weiterzubilden und darf auch mal bei Leichenschauen und bei Gericht dabei sein.

Den Beruf der Sektionsassistentin hat sie sich nicht bewusst ausgesucht. „Während meiner Ausbildung zur Arzthelferin habe ich hier eine Sektion besucht und erst da wusste ich, dass zukünftig ich an dem Sektionstisch stehen wollte“, erinnert sie sich, „es war Liebe auf den ersten Blick.“ Von da an war ihr Weg klar vorgezeichnet. Die einjährige Ausbildung zur Sektions- und Präparationsassistentin schloss sie in Berlin ab. Seit 2019 arbeitet sie an unserer UMR. Knapp 182 Sektionen hat sie in Rostock letztes Jahr begleitet. An der Außenstelle in Schwerin waren es weitere 60. Dort arbeitet Klawitter vertretungsweise.

Privat hat die 33-Jährige kein besonderes Faible für das Düstere, schaut sich keine Crime- oder Gerichtsserien an, wie man es annehmen könnte. Sie verbringt die Zeit fernab des Sektionssaals mit ihrem Lebenspartner, ihren zwei Katzen und ist viel mit Freunden unterwegs. In der Familie ist das Verständnis für ihre Tätigkeit erst mit der Zeit gewachsen. Hebamme sei doch auch ein schöner Beruf, habe die Mutter zu ihr gesagt, als Stefanie Klawitter von ihrer Berufswahl erzählte. „Heute ist sie froh. Ich habe meinen Traumberuf gefunden und wer kann das schon von sich behaupten.“



IHRE BLUTSPENDE HILFT UNSEREN PATIENTEN

Öffnungszeiten:

Mo & Mi von 10 bis 18 Uhr
Di, Do und Fr von 7.30 bis 15 Uhr

[Online-Terminbuchung](#)

Institut für Transfusionsmedizin
Waldemarstraße 21d
18057 Rostock
Tel. 0381 494 7670

Moderne Mediziner-Ausbildung an unserer UMR



Der Tag der Lehre hatte vieles zu bieten: von der klassischen Vorlesung bis zum digitalen Rundgang.

Digitale Transformation und praktische Fertigkeiten in der medizinischen Ausbildung waren die Schwerpunktthemen beim Tag der Lehre im März. Bei einem Rundgang durch das Lehr- und Lernzentrum im Biomedicum (BiLL) konnten die Gäste die verschiedenen modernen Konzepte, Methoden und Technologien erleben, die in der Lehre an unserer UMR zum Einsatz kommen. „Wir haben außerdem neue Möglichkeiten diskutiert, wie die Lehre in Zukunft noch interdisziplinärer gestaltet werden kann“, erklärt Studiendekan Prof. Dr. Steffen Emmert.

Teddydocs stehen in den Startlöchern

Das Orga-Team arbeitet auf Hochtouren, denn vom 8. bis 13. Mai laufen wieder die Sprechstunden für das Teddybärkrankenhaus. Dieses Mal wird es, wie vor der Corona-Pandemie, wieder in der Alten Chirurgie in den Räumen unserer Rostocker Simulationsanlage und des Notfallausbildungszentrums (RoSaNa) öffnen. Hunderte Kita-Kinder werden ihre kuscheligen Freunde mitbringen. Unsere Medizinstudenten behandeln die Plüschtiere und nehmen den Kindern so die Angst vor dem Arztbesuch.



Neues vom BGM: Gesunder Schlaf trotz Schichtdienst

Angestellte in Krankenhäusern leiden durch den Schichtbetrieb häufig unter mäßigen bis starken Schlafstörungen. Dies wurde auch in einer Befragung und durch stichprobenartige Feedbacks unserer Mitarbeiter deutlich. Ausreichender Schlaf ist ein wichtiger Baustein einer gesunden Lebensführung. Hier will das Projekt „Verhaltensprävention“ vom BGM-Team ansetzen. „Wir wollen unseren Kollegen mit dem Jahresthema ‚gesunder Schlaf‘ niederschwellige Impulse und Anregungen für das eigene Gesundheitsverhalten geben“, erklärt Marion Matthies-Baack, die das Projekt leitet. Die Verhaltensprävention dient dazu, Gesundheitsrisiken für Sie und Ihre Kollegen zu verringern und einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu erreichen. „Mit unseren Angeboten möchten wir alle Mitarbeiter ansprechen und nicht nur diejenigen, die ohnehin schon gesundheitsbewusst unterwegs sind“, ergänzt sie.

Das Projekt bietet demnächst Aufklärungs- und Informationsveranstaltungen an, die auf die Bedeutung



des Schlafes aufmerksam machen und unsere Kollegen für die eigenen Schlafgewohnheiten sensibilisieren.

Unsere Unimedizin kooperiert außerdem seit einigen Jahren mit verschiedenen [Fitness-Studios](#), in denen sich unsere Kollegen mit vergünstigten Konditionen fit halten können. Beispielsweise trainieren beim Fitnessstudio FitX mittlerweile 116 Kollegen. Mit an Bord ist das Projektteam auch beim 14. Rostocker Firmenlauf und bei der Organisation der Gesundheitstage.

Gesundheitstage für Azubis „iJump“

Die iJump-Tage haben an unserer UMR mittlerweile Tradition. Die Gesundheitstage für unsere Azubis aus dem zweiten Lehrjahr laufen vom 22. Mai bis 13. Juni. Sie erfahren Wissenswertes zu gesundem Arbeiten in der Pflege und richtiger Ernährung im Schichtdienst. Außerdem erhalten sie praktische Tipps zur Rückengesundheit und erlernen in einer Yoga-Einheit, wie sie mit Stress umgehen können. Die Veranstaltung wird von der Salus BKK unterstützt.

Impressum

Universitätsmedizin Rostock
Postfach 10 08 88, 18057 Rostock
Tel. 0381 494 0
www.med.uni-rostock.de

unimedialog
ist das Mitarbeiterblatt der
Universitätsmedizin Rostock
13. Jahrgang, Ausgabe 4 | 2023

V.i.S.d.P.
Dr. Christiane Stehle
Vorstandsvorsitzende
und Ärztliche Vorständin

Fotos: Universitätsmedizin Rostock,
Redaktion: Stabsstelle
Öffentlichkeitsarbeit/Marketing
Kontakt: presse@med.uni-rostock.de