

# Hellersen • Insight

Das Magazin der  
Sportklinik Hellersen

—  
01.2026



JAHRE · YEARS  
1946 – 2026

Kostenlos  
für Sie zum  
Mitnehmen!

## Von Lüdenscheid in die ganze Welt

Dirk Burghaus über seine Vision und  
die internationale Auszeichnung

MEDIZINISCHE EXPERTISE

# Made in Hellersen

Klinik mit  
internationaler  
Strahlkraft

80 Jahre. Spitzenmedizin, die bewegt.  
Damals wie heute.



**JAHRE · YEARS**  
1946 – 2026

# Editorial

Dirk Burghaus

Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen



Die Welt rückt enger zusammen. Wissen, Innovationen und fachlicher Austausch kennen längst keine Grenzen mehr – auch nicht in der Medizin. Während viele Versorgungssysteme noch

stark national geprägt sind, zeigt sich immer deutlicher: Die Zukunft der Medizin ist international. Für die Sportklinik Hellersen ist diese Entwicklung kein abstrakter Trend, sondern gelebte Realität – und ein zentraler Bestandteil unserer strategischen Ausrichtung.

Ein besonderer Meilenstein auf diesem Weg ist die Zertifizierung durch das Arab Board of Health Specializations. Als erste Klinik weltweit außerhalb der arabischen Staaten hat die Sportklinik Hellersen die Zulassung erhalten, Fachärztinnen und Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie nach arabischem Standard auszubilden. Diese Auszeichnung ist weit mehr als ein Qualitätssiegel. Sie steht für Vertrauen, für gewachsene internationale Partnerschaften und für die Anerkennung unserer medizinischen und strukturellen Exzellenz.

Für unsere Patientinnen und Patienten bedeutet dies eine Versorgung auf höchstem internationalen Niveau. Für die Sportklinik Hellersen eröffnet sich die Möglichkeit, medizinisches Wissen über Ländergrenzen hinweg zu teilen und weiterzuentwickeln. Gleichzeitig schaffen wir neue Perspektiven in der Fachkräftegewinnung und stärken nachhaltig den Gesundheitsstandort Südwestfalen. Die Sportklinik Hellersen wird damit zu einem Ort, an dem internationale Medizin konkret gelebt wird. In dieser Ausgabe von „Hellersen Insight“ erfahren Sie, liebe

Leserinnen und Leser, nicht nur, was die Zertifizierung durch das Arab Board bedeutet, sondern auch, welche positiven Effekte diese für ganz Nordrhein-Westfalen hat.

Doch bei aller Internationalität bleibt eines unverändert im Mittelpunkt unseres Handelns: die bestmögliche Behandlung unserer Patientinnen und Patienten. Diese zeigt sich auch in den medizinischen Themen dieser Ausgabe. So widmen wir uns unter anderem der Halswirbelsäule – einem der sensibelsten Bereiche des menschlichen Körpers, dessen Behandlung ein Höchstmaß an Erfahrung und Präzision erfordert.

Darüber hinaus erfahren Sie, warum Sport gerade mit einer Endoprothese wichtig ist und in unserer Rubrik „Insight“ erhalten Sie einen exklusiven Einblick in unseren OP-Saal und die Arbeit des #TeamOP. Eine besonders bewegende Geschichte ist die von Max Kruse. Nach einer schweren Handgelenksverletzung stand seine Karriere als Profisportler kurz vor dem Aus. In der Sportklinik Hellersen konnte ihm jedoch geholfen und seine Laufbahn als Freier der gerettet werden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre.

Ihr Dirk Burghaus

# Inhalt

01  
26

Hellersen Insight

## Editorial

- 3** Dirk Burghaus  
Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen

## Kurz notiert

- 6** Dreifache FOCUS-Auszeichnung für Spitzenmedizin  
Ambulante Orthopädie in Siegen langfristig gesichert
- 7** Doppelte Arbeitgebersauszeichnung für die Sportklinik Hellersen  
TOP-100-Siegel 2026 für besondere Innovationskraft
- 8** Gold-Status im Patient Blood Management  
Sportklinik-Ärzte in Stern-Ärzteliste
- 9** #TeamHellersen für Olympia

## Fakten

- 10** Die Sportklinik in Zahlen

## Patientenfeedback

- 11** Ihre Meinung ist uns wichtig!

## Insight

- 17** Von Lüdenscheid in die ganze Welt  
Internationale Premiere: Sportklinik Hellersen ist erste Klinik, die den arabischen Facharzt ausbilden darf
- 37** Dreimal Leben geschenkt  
Sportklinik-Mitarbeiter spendet mehrfach Knochenmark
- 44** #TeamOP: Wenn Vertrauen Routine wird  
Ein exklusiver Einblick in den OP-Saal

## Gastbeitrag

- 22** Landessportbund NRW  
Olympia an Rhein und Ruhr: Schon der Weg ist das Ziel
- 24** Kreissportbund Märkischer Kreis e.V.  
Ge(h)meinsam – Allzweckwaffe Spaziergang
- 40** Praxisalltag neu gedacht  
Wenn die KI ans Telefon geht und wieder Zeit für den Menschen bleibt

## Im Interview mit

- 12** Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen  
Veränderung aktiv gestalten statt nur verwalten

## Aus dem Fachbereich

### Wirbelsäulenchirurgie

- 26** Wenn jeder Millimeter zählt  
Warum Eingriffe an der Halswirbelsäule höchste Erfahrung erfordern und wie interdisziplinäre Zusammenarbeit die Patientensicherheit maximiert

### Handchirurgie

- 30** Ein paar Sekunden schwerelos – und alles ist anders  
Freerider Max Kruse kehrt nach komplexer Bandrekonstruktion zu seiner Leidenschaft zurück

### Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie

- 34** Wenn der Ellenbogen streikt  
Wie eine arthroskopische Operation Beweglichkeit zurückbringen kann

## Spezielle Schmerzmedizin

### 42 Schmerzfrei durch Epiduroskopie

Ein bewährtes Verfahren bei chronischen Schmerzen

## Ästhetik

### 48 Wenn die Brust zur Belastung wird

Wie Brustverkleinerung und Bruststraffung Beschwerden lindern und zu mehr Lebensqualität beitragen können

## Sportmedizin

### 50 KI im Sport: Der Schlüssel liegt in der Verbindung von digitaler Innovation und menschlicher Expertise

Sportwissenschaftler Andreas Kramer über Potenziale und Grenzen der künstlichen Intelligenz

## Endoprothetik

### 52 Schwung in der Hüfte verlängert die Haltbarkeit

Dr. Stefan Schmidl, Chefarzt im Zentrum für Künstlichen Gelenkersatz, erklärt, warum Bewegung auch mit einer Endoprothese wichtig ist

## Wendeteil

### 3 Zwischen Spitzensport und Klinikalltag

Wie Dr. Tobias Schmenn zwei Vollzeitberufe zu seiner Leidenschaft macht

### 6 Kurzporträt und 3 Fragen an

#### Dr. Tobias Schmenn

Ärztlicher Direktor, Medical Operations Coordinator, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie



## Impressum

### Herausgeber

Sportklinik Hellersen  
Paulmannshöher Straße 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-0  
Fax 02351 945-2364  
info@hellersen.de  
www.sportklinik-hellersen.de

### Vorstandsvorsitzender

Dirk Burghaus

### Krankenhausträger

Sporthilfe NRW e. V.

### Marketing & PR

Sarah Burghaus (Leitung)

### Projektleitung

Sarah Burghaus

### Redaktion & Text

Marie Schulz, Viola Schütz

Nachdruck von Berichten und Fotos, auch auszugsweise, nur mit vorheriger Genehmigung der Sportklinik Hellersen.  
©Sportklinik Hellersen

### Bildnachweise

©Sportklinik Hellersen - ©Valéry Kloubert (Seite 3/12/13/15)  
- ©LSB NRW / Andrea Bowinkelmann (Seite 9/22/23) -  
©Monika Hermanns (Seite 24/25), ©Michael May (Seite 25)  
- ©Max Kruse (Seite 30) - ©Shutterstock (Seite 38/52) -  
©gettyimages (Seite 40/41) - ©freepik.com (Seite 6/33/50/51)  
| Wendeteil: ©Sportklinik Hellersen - ©freepik.com (Seite 2)  
- ©Yuliia Perekopaiko/DFB (Seite 5)

## Kurz notiert

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

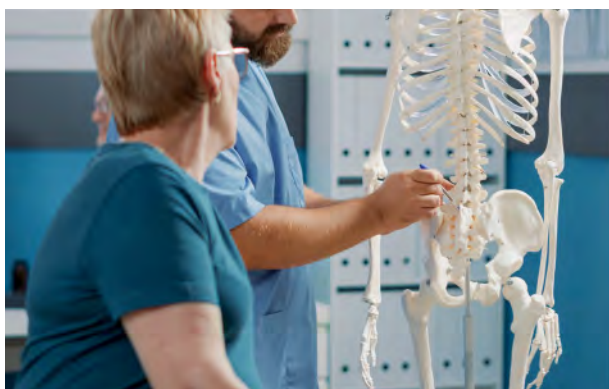
## Dreifache FOCUS-Auszeichnung für Spitzenmedizin



Drei Mediziner der Sportklinik Hellersen zählen auch 2026 zu Deutschlands führenden Fachärzten. Das Magazin FOCUS Gesundheit hat Dr. Petra Scheffer, Dr. Wolfgang Welke und Dr. Ulrich Schneider erneut mit dem Siegel „TOP Mediziner“ ausgezeichnet. Erstmals wird Dr. Petra Scheffer dabei in der Kategorie Handchirurgie empfohlen. Die Auszeichnung würdigt ihre besondere Expertise in der rekonstruktiven und funktionellen Handchirurgie, in der sie seit vielen Jahren Maßstäbe setzt. Dr. Wolfgang Welke erhält die Auszeichnung erneut für seine Arbeit im Bereich Chronische Schmerzen und Dr. Ulrich Schneider wird wiederholt für seine sportmedizinische Expertise geehrt. ■

### MVZ HELLERSEN

## Ambulante Orthopädie in Siegen langfristig gesichert



Das Medizinische Versorgungszentrum der Sportklinik Hellersen wächst weiter und sichert damit langfristig die ambulante orthopädische Versorgung in Siegen. Das MVZ Hellersen übernimmt die orthopädische Praxis von Dr. Michael Brock und Thomas Trögele. Mit der Integration in das MVZ werden frühzeitig stabile und verlässliche Strukturen für die Zukunft geschaffen. Die Übernahme stärkt die ambulante orthopädische Versorgung in Siegen und Umgebung und trägt dazu bei, die medizinische Kompetenz dauerhaft in der Region zu erhalten. Gleichzeitig eröffnet die Anbindung an das MVZ der Sportklinik Hellersen zusätzliche fachliche und organisatorische Perspektiven, die eine nachhaltige Weiterentwicklung der Praxis ermöglichen. ■

## Kurz notiert

---

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

## Doppelte Arbeitgeberauszeichnung für die Sportklinik Hellersen

---



Die Sportklinik Hellersen zählt auch 2026 zu den attraktivsten Arbeitgebern im Gesundheitswesen. Gleich zwei Auszeichnungen bestätigen die hohe Arbeitgeberqualität: das kununu Top Company Siegel 2026 sowie das exklusive Top Rated Siegel Gehaltszufriedenheit 2025. Beide Ehrungen basieren ausschließlich auf unabhängigen Bewertungen der Mitarbeiter und spiegeln eine wertschätzende Arbeitskultur sowie eine als fair empfundene Vergütung wider. „Wir freuen uns sehr über diese Anerkennung. Sie zeigt, dass sich unsere Mitarbeiter gut unterstützt fühlen, sich aufeinander verlassen können und ihre Arbeit geschätzt wird“, sagt Leonie Schaulandt, Personalleitung der Sportklinik Hellersen. Die doppelte Auszeichnung unterstreicht die Bedeutung von Teamgeist, moderner Unternehmenskultur und attraktiven Arbeitsbedingungen. ■

### INNOVATION

## TOP-100-Siegel 2026 für besondere Innovationskraft

---



Die Sportklinik Hellersen zählt 2026 zu den innovativsten mittelständischen Einrichtungen Deutschlands und ist mit dem TOP-100-Siegel ausgezeichnet worden. Der Wettbewerb würdigt Unternehmen, die Innovation systematisch entwickeln und nachhaltig verankern. Grundlage ist ein wissenschaftliches Auswahlverfahren mit mehr als 100 Prüfkriterien zu Innovationsklima, Prozessen, Organisation und Erfolg. Ein zentraler Treiber ist die konsequente Internationalisierung unter dem Markendach Hellersen Hospital. Durch globale Kooperationen und strukturierten Wissenstransfer werden medizinische Innovationen frühzeitig erkannt und nachhaltig in die klinische Praxis integriert. „Spezialisierung, moderne Organisationsstrukturen und internationale Vernetzung gehören für uns untrennbar zusammen“, betont Dirk Burghaus und ergänzt: „Die TOP-100-Auszeichnung bestätigt unseren Weg und ist zugleich Ansporn, medizinische Innovation verantwortungsvoll weiterzuentwickeln.“ ■

## Kurz notiert

Aus unserer Klinikwelt

### AUSZEICHNUNG

## Gold-Status im Patient Blood Management

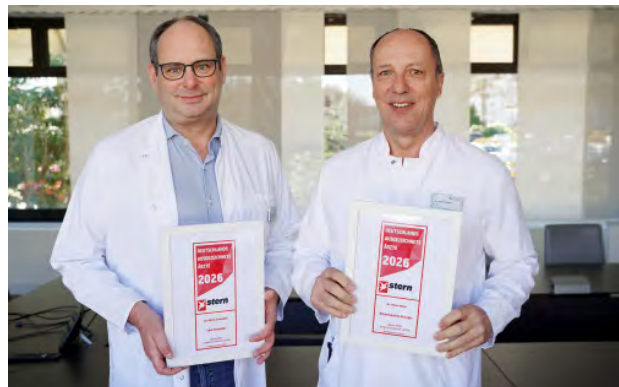


Die Sportklinik Hellersen wurde erneut für ihr besonderes Engagement in der Patientensicherheit ausgezeichnet und hat den Gold-Status im Patient Blood Management erreicht. Damit ist die Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik für den Zeitraum 2026 bis 2028 zertifiziert. Bereits 2024 wurde sie erstmals mit dem Silber-Zertifikat ausgezeichnet.

Seitdem wurden die Prozesse konsequent weiterentwickelt und fest im klinischen Alltag verankert. Das patientenzentrierte, evidenzbasierte Konzept stärkt die Blutgesundheit, reduziert Blutverluste und beschränkt den Einsatz von Fremdblut auf das medizinisch Notwendige. Maßnahmen beginnen bereits vor einer geplanten Operation mit der frühzeitigen Erkennung und Behandlung von Blutarmut und setzen sich während des gesamten Behandlungsprozesses fort. ■

### AUSZEICHNUNG

## Sportklinik-Ärzte in Stern-Ärzteliste



Gleich zwei Mediziner der Sportklinik Hellersen wurden in die aktuelle Stern-Ärzteliste 2026 aufgenommen. Dr. Oliver Meier, Chefarzt der Speziellen Wirbelsäulenchirurgie, wird im Bereich Wirbelsäulenchirurgie ausgezeichnet und Dr. Ulrich Schneider, Leitender Arzt Sportmedizin, gehört im Bereich Sportmedizin erneut zu den empfohlenen Spezialisten.

Die Auswahl erfolgt durch das unabhängige Rechercheinstitut MINQ in München. Ein Expertenteam aus Ärzten, Journalisten und Datenbank-spezialisten wertet Fachpublikationen aus, führt Interviews mit Fachkollegen und berücksichtigt zudem Erfahrungen von Patienten, Selbsthilfegruppen und Patientenverbänden. Insgesamt umfasst die Stern-Ärzteliste 2026 Empfehlungen aus 101 medizinischen Fachrichtungen und dient Patientinnen und Patienten als Orientierung bei der Suche nach spezialisierten Ärzten. ■

## Kurz notiert

Aus unserer Klinikwelt

### OLYMPIA

## #TeamHellersen für Olympia

Deutschland befindet sich im Bewerbungsverfahren für die Olympischen und Paralympischen Spiele 2036, 2040 oder 2044. Vier Städte und Regionen gelten als potenzielle Austragungsorte – darunter auch die Rhein-Ruhr-Region. Das Land NRW hat ein überzeugendes, nachhaltiges und zukunftsweisendes Konzept entwickelt, um die Spiele nach Nordrhein-Westfalen zu holen (mehr zur Bewerbung lesen Sie auf Seite 22 im Gastbeitrag des LSB NRW).

Die Geschichte der Sportklinik Hellersen begann vor 80 Jahren mit der Behandlung der ersten Sportler. Dieser enge Bezug zum Sport ist bis heute geblieben und so unterstützt die Sportklinik Hellersen die Olympia-Bewerbung für NRW und war Teil der LSB-Kampagne „Gemeinsam für den größten Moment“.

„Als Sportklinik gehören Olympia und Wettkampf zu unserer DNA. Wir leben jeden Tag mit Athleten, die ihre Leistung verbessern wollen und zur Leistungsdiagnostik kommen – aber auch mit den Athleten, die Sportverletzungen haben und die wir schnell wieder zurück in den Wettkampf bringen. Deshalb ist Olympia für uns eine Herzensangelegenheit und wir unterstützen die Bewerbung für Nordrhein-Westfalen und für Deutschland“, sagt Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen. „Es gibt keine zweite Veranstaltung



weltweit, die unterschiedliche Kulturen zusammenbringen kann und ein gegenseitiges Verständnis in der Welt schärfen kann wie Olympia“, führt er weiter aus.

### NRW stimmt für Olympia

Die Bürger in Nordrhein-Westfalen haben beim Bürgerentscheid zur Bewerbung um die Olympischen und Paralympischen Spiele mehrheitlich mit Ja gestimmt. Wir freuen uns über die hohe Wahlbeteiligung und das starke Signal für den Sport.

Wir danken unserem Präsidenten Stefan Klett, der gleichzeitig auch Präsident des Landessportbundes NRW ist, für das Engagement, die Olympischen und Paralympischen Spiele nach NRW zu holen.

# Fakten

## Die Sportklinik in Zahlen

01  
26  
Hellersen Insight



**260**  
Planbetten

**13**

medizinische  
Fachbereiche unter  
einem Dach

Die Sportklinik Hellersen steht für eine umfangreiche Versorgung, wenn es um Verletzungen an Knie, Hand, Schulter, Ellenbogen, Hüfte, Wirbelsäule oder Fuß- und Sprunggelenk geht. Abgerundet wird das Leistungsspektrum durch die Plastische und Ästhetische Chirurgie, die Sportmedizin und die Spezielle Schmerzmedizin.

**8.000**

stationäre  
Behandlungen  
pro Jahr

**40.000**

ambulante  
Patienten  
pro Jahr



**1.400**  
Schmerz-  
patienten  
pro Jahr



**2.400**  
Rückenschmerz-  
patienten  
pro Jahr



**4.500**  
Gelenk-  
operationen  
pro Jahr



**583**

Mitarbeiterinnen  
und Mitarbeiter

\*inklusive Tochtergesellschaften

Stand März 2026



**1.030**

Meniskus-  
operationen  
pro Jahr



**2.000**  
Knie-  
operationen  
pro Jahr



**850**  
Knie- und  
Hüftprothesen  
pro Jahr



**1.000**  
Schulter-  
operationen  
pro Jahr

# Patientenfeedback

Ihre Meinung ist uns wichtig!

„Vom Empfang bis zum Chefarzt waren alle sehr freundlich. Empathisch und sehr professionell! Die Klinik hat in einer kurzen Zeit das geschafft, was vorher 9 Monate nicht geschafft wurde. Ich bin so dankbar dorthin gefahren zu sein! Es ging bei der Behandlung um das Knie meines Sohnes und damit auch um seine Zukunft!“

Google, März 2026

„Ich fand den Aufenthalt einfach sehr gut. Von der Anmeldung bis zur Entlassung hat alles super geklappt. Ob Pflegepersonal auf der Station 2.5, Therapie-Mitarbeiter, Ärzte und vor allem das Team, welches für den Ablauf der Spritzenbehandlung zuständig war. Alle waren sehr freundlich und auch hilfsbereit, wenn Fragen gestellt wurden. Also einfach ein großes Dankeschön und weiter so. Kann ich nur weiterempfehlen.“

Google, Februar 2026

„Von A bis Z alles super. Wenn Krankenhaus, dann Sportklinik.“

Google, Februar 2026

„Haus 2, Station 6: Vielen Dank an alle für Ihre super Unterstützung der Ärzte und Ärztinnen und die tollen Mitarbeiter auf Station 6. Vielen Dank an Dr. Welke und sein Team.“

Google, Februar 2026

„(...) Man fühlt sich vom ersten Moment an willkommen und gut aufgehoben. Vielen Dank an das gesamte Team für die kompetente und zugleich sehr menschliche Betreuung.“

Google, Februar 2026

„(...) Wir sind sehr dankbar für diese großartige Betreuung und können diese Klinik uneingeschränkt weiterempfehlen. (...)“

Google, Januar 2026

„Sehr nettes Personal und die Ärzte sind in allen Belangen professionell und überaus kompetent! Bekommen selbst komplexeste Verletzungen behandelt und haben damit ein vollkommen zerstört geglaubtes Knie wiederhergestellt (unfallbedingt alle Bänder, Menisken usw. auf einmal zerstört).“

Klinikbewertungen, Januar 2026

„Ich kann die Sportklinik Hellersen nur wärmstens empfehlen. Mit starken Schmerzen wurde ich als Notfall aufgenommen und direkt bestens behandelt. (...)“

Google, November 2025

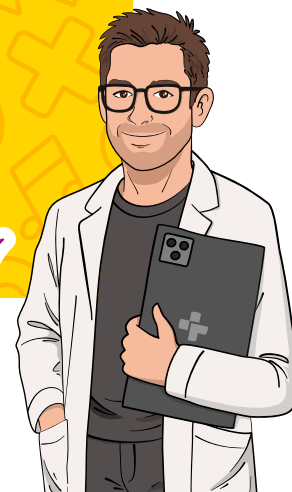
„Ich bin von der Klinik sehr begeistert. Es ist alles gut strukturiert. Das Personal ist freundlich und mein operierender Arzt war freundlich und sehr kompetent. Ich bin sehr zufrieden.“

Klinikbewertungen, Dezember 2025

„Durchweg positive Erfahrung! Ab der Begrüßung am Empfang, über den Empfang im Vorzimmer des Arztes, die Vorgespräche, Behandlung und auf Station. Freundliches Personal, geringe Wartezeiten, kurze Wege innerhalb der Klinik und das Wichtigste: ein mehr als zufriedenstellendes Ergebnis!“

Klinikbewertungen, November 2025

Möchten Sie uns auch Ihr Feedback geben? Wir freuen uns über Ihre Bewertungen auf Facebook, Google, Klinikbewertungen oder Jameda.



## Im Interview mit

Dirk Burghaus  
Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen



# Veränderung aktiv gestalten statt nur verwalten

Dirk Burghaus blickt anlässlich seines zehnjährigen Jubiläums auf den Wandel der Sportklinik Hellersen zurück

**V**or gut zehn Jahren kam Dirk Burghaus an die Sportklinik Hellersen. Damals befand sich das Haus in einer wirtschaftlichen und strukturellen Schieflage. Fehlende strategische Orientierung, Defizite in Organisation und Abläufen sowie hoher Handlungsdruck prägten die Situation. Der Weg aus der Krise führte über konsequente Stabilisierung und klare Entscheidungen hin zu einer langfristigen Neuausrichtung.

Heute steht die Sportklinik Hellersen für eine klare medizinische Spezialisierung, exzellente Medizin, internationale Vernetzung und eine patientennahe Versorgung. Im Interview spricht Dirk Burghaus über

Entscheidungen unter hohem Druck – und über eine Führungskultur, die auf Klarheit, Vertrauen und Verantwortung basiert.

**Herr Burghaus, welche Erfahrungen und Fähigkeiten waren aus Ihrer Sicht entscheidend, um die Aufgabe in der Sportklinik Hellersen anzugehen – und was hat Sie an dieser Herausforderung besonders angesprochen?**

*Dirk Burghaus:* Ein zentraler Erfolgsfaktor war, dass ich nicht aus dem klassischen Krankenhausbereich komme, sondern aus der Turnaround- und Restrukturierungsberatung. Die Sportklinik Hellersen hat zudem eine sehr individuelle Struktur, die es in Deutschland so kein zweites Mal gibt. Sie ist als eingetragener Verein organisiert und wird von 130 Mitgliedsorganisationen getragen. Dahinter stehen rund 5,6 Millionen Sportler in Nordrhein-Westfalen. Eine solche Konstruktion ist bundesweit einzigartig.

Als ich damals in die Sportklinik Hellersen kam, fand ich eine Situation vor, die ich aus anderen Branchen gut kannte: medizinisch eine hervorragende Qualität mit international anerkannten Top-Spezialisten – organisatorisch und strukturell jedoch mit deutlichem Nachholbedarf. Abläufe, Planung, IT und strategische Steuerung waren nicht auf dem Niveau, das für einen stabilen Klinikbetrieb notwendig ist.

Hier war meine Erfahrung aus über 20 Jahren Sanierungsberatung und Turnaround-Management entscheidend, um den Weg konsequent und erfolgreich zu gestalten.

**In der öffentlichen Wahrnehmung hatte die Sportklinik Hellersen zeitweise an Strahlkraft verloren. Heute wird wieder von einer Rückkehr zu alter Stärke gesprochen. Wie erklären Sie sich diese Entwicklung?**

*Dirk Burghaus:* Die Sportklinik Hellersen war über viele Jahre hinweg ein prägender Akteur in der orthopädischen und sportmedizinischen Versorgung – weit über die Region hinaus. Diese Position ist im Laufe der Zeit weniger sichtbar geworden, obwohl die medizinische Qualität durchgehend hoch geblieben ist. Der entscheidende Punkt war: Es fehlte eine strategische Ausrichtung und die konsequente Weiterentwicklung von Strukturen, Prozessen und Profil. Gute Medizin allein reicht nicht, wenn sie nicht klar positioniert und aktiv weiterentwickelt wird.

Unser Anspruch war von Anfang an eindeutig: Wir wollten nicht nur auf hohem Niveau arbeiten, sondern wieder eine führende Rolle einnehmen – medizinisch, organisatorisch und in der Wahrnehmung nach außen. Das haben wir umgesetzt – durch klare Fokussierung, stärkere Spezialisierung, bessere Abläufe und eine deutlich aktivere Positionierung am Markt. Heute werden wir wieder als das wahrgenommen, was wir sein wollen: eine der führenden Adressen in unserem Bereich.

**Wann war für Sie der Punkt erreicht, an dem es nicht mehr um reines Überleben, sondern um strategische Entwicklung ging?**

*Dirk Burghaus:* Der Wendepunkt kam nach rund anderthalb Jahren. In der Anfangsphase ging es vor allem darum, die Klinik überhaupt wieder handlungsfähig zu machen – in einer existenziellen Situation. Durch die nicht funktionierende Systemumstellung konnten über Monate keine Rechnungen gestellt werden – bei gleichzeitig hohen laufenden Kosten. Das war für die Klinik eine enorme Belastung.



Wir haben das Problem konsequent gelöst: Rückkehr auf ein stabiles System und parallel die Umstellung auf eine moderne Struktur. In dieser Geschwindigkeit ist das alles andere als selbstverständlich. Der entscheidende Moment war erreicht, als die Abrechnung wieder stabil lief und die Liquidität gesichert war. Ab diesem Punkt ging es nicht mehr ums Reagieren, sondern darum, die Zukunft aktiv zu gestalten.

Seitdem ist unser Anspruch klar definiert: Wir haben die Sportklinik Hellersen wieder in eine führende Position gebracht – medizinisch, organisatorisch und strategisch. Unser Fokus liegt darauf, diese Position weiter auszubauen und dauerhaft zu behaupten.

### **Welche Rolle spielt medizinische Spezialisierung für die Zukunftsfähigkeit der Sportklinik Hellersen?**

*Dirk Burghaus:* Medizinische Spezialisierung ist der Kern unseres Erfolgsmodells. Wir sind bewusst keine breite Versorgungsstruktur, sondern eine hochfokussierte Spezialklinik. Genau deshalb kommen Patienten zu uns. Unser Anspruch ist eindeutig: In den Bereichen, auf die wir uns konzentrieren, gehören wir zur Spitze – medizinisch und strukturell. Das erreichen wir, indem wir konsequent auf ausgewiesene Experten setzen und unsere Schwerpunkte gezielt weiterentwickeln. Die eigentliche Herausforderung liegt nicht im Aufbau neuer Bereiche, sondern in der kontinuierlichen Weiterentwicklung des Bestehenden. Exzellenz entsteht nicht einmalig, sondern durch permanente Verbesserung – in den medizinischen Abläufen, in der Organisation und in der Zusammenarbeit. Genau daran arbeiten wir: Wir schärfen unser Profil weiter und stellen sicher, dass wir in unseren Kernbereichen dauerhaft eine führende Rolle einnehmen und behaupten.

### **Sie haben früh auf Internationalisierung gesetzt. Wie kam es zu diesem Schritt?**

*Dirk Burghaus:* Internationalisierung war für uns kein theoretisches Konzept, sondern eine logische Konsequenz aus der Praxis. Über internationale Ärzte in unserem Haus sind früh Kontakte entstanden

– insbesondere in den arabischen und asiatischen Raum. Daraus haben wir gezielt Kooperationen entwickelt und Schritt für Schritt ein belastbares internationales Netzwerk aufgebaut.

Unser Anspruch war von Anfang an klar: Wenn wir in unseren Kernbereichen führend sein wollen, müssen wir uns auch international positionieren. Dass wir heute als erstes Krankenhaus weltweit im Rahmen des Arab Boards Fachärzte für alle 22 arabischen Nationen außerhalb der arabischen Welt ausbilden dürfen, zeigt, dass dieser Weg richtig war. Das ist ein echtes Alleinstellungsmerkmal und hebt uns deutlich vom Wettbewerb ab. Internationalisierung ist für uns kein Zusatz, sondern ein fester Bestandteil unserer strategischen Ausrichtung.

### **Wie wirkt sich diese Internationalisierung auf die Attraktivität der Spezialklinik aus?**

*Dirk Burghaus:* Sehr konkret: Wir haben keinen Fachkräftemangel – im Gegenteil. Wir erhalten heute mehr Bewerbungen, als wir Stellen anbieten können. Das hängt direkt mit unserer internationalen Ausrichtung zusammen. Exzellente Mediziner denken längst nicht mehr national. Sie suchen ein Umfeld, das fachlichen Austausch auf höchstem Niveau ermöglicht und international sichtbar ist. Genau das bieten wir. Durch unsere internationale Vernetzung, unsere Präsenz auf großen Kongressen und Formate wie Live-Operationen vor internationalem Fachpublikum sind wir Teil dieses globalen Austauschs.

Für viele Top-Mediziner ist das entscheidend. Sie wollen nicht nur in einer Klinik arbeiten, sondern in einem Umfeld, das fachlich führt und international anerkannt ist. Diese Kombination macht die Sportklinik Hellersen heute als Arbeitgeber deutlich attraktiver als viele vergleichbare Einrichtungen.

### **Hat sich Ihr Führungsverständnis in den vergangenen zehn Jahren verändert?**

*Dirk Burghaus:* In der Grundhaltung nicht. Führung bedeutet für mich, klare Ziele zu setzen, transparent zu kommunizieren und Verantwortung zu übernehmen. Gerade in einem Umfeld mit hochqualifizierten Ärzten ist es entscheidend, die Rollen



sauber zu trennen: Die medizinische Exzellenz liegt in den Fachbereichen. Meine Aufgabe ist es, die Richtung vorzugeben und die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass diese Exzellenz dauerhaft möglich ist. Das funktioniert nur auf Augenhöhe. Wer auf diesem Niveau arbeitet, erwartet zu Recht Respekt und Verlässlichkeit – und bekommt sie auch. Gleichzeitig bedeutet Führung für mich, Klarheit zu schaffen und Entscheidungen zu treffen. Am Ende geht es darum, alle Kräfte auf ein gemeinsames Ziel auszurichten. So entsteht Vertrauen – und das ist die Grundlage für nachhaltigen Erfolg.

**Wenn Sie dem Dirk Burghaus von vor zehn Jahren einen Rat geben könnten – welcher wäre das?**

*Dirk Burghaus:* Treffe weiter schnelle Entscheidungen – aber nimm dir bewusst die Zeit, sie zu reflektieren.

Tempo ist eine meiner Stärken und gerade in schwierigen Situationen entscheidend. Gleichzeitig habe ich gelernt, dass nicht jede Entscheidung unter maximalem Zeitdruck getroffen werden muss. In einem komplexen Umfeld wie einem Krankenhaus haben Entscheidungen fast immer Auswirkungen auf mehrere Bereiche. Ein zusätzlicher Schritt der Reflexion hilft, diese Zusammenhänge besser zu erkennen und die Qualität der Entscheidung weiter zu erhöhen. Die Balance aus Geschwindigkeit und Klarheit ist am Ende der entscheidende Faktor.

**Abschließend: Welches Ereignis steht für Sie persönlich sinnbildlich für die Entwicklung der Sportklinik Hellersen?**

*Dirk Burghaus:* Die Integration der Schmerzmedizin war für mich ein entscheidender Wendepunkt. Es war der erste Moment, in dem wir bewusst ein größeres Risiko eingegangen sind – nicht mit einer Einzelperson, sondern mit einem kompletten Team und einem neuen medizinischen Bereich. Damit haben wir klar gezeigt, dass wir bereit sind, uns weiterzuentwickeln und neue Wege zu gehen. Die Gespräche waren intensiv, aber am Ende hat die gemeinsame Vorstellung überzeugt, wohin sich die Sportklinik Hellersen entwickeln soll. Dass wir uns am Telefon auf diesen Schritt verständigt haben, zeigt auch das gegenseitige Vertrauen.

Rückblickend war das der Startpunkt für vieles, was danach gekommen ist. Die Schmerzmedizin hat sich sehr erfolgreich entwickelt und gleichzeitig bewiesen, dass Veränderung bei uns nicht nur möglich ist, sondern aktiv gestaltet wird. Dieser Schritt steht für mich bis heute sinnbildlich für die Entwicklung der Sportklinik Hellersen: klar entscheiden, Verantwortung übernehmen und Dinge konsequent umsetzen. ▀

## Vom Turnaround zur internationalen Positionierung

### Dirk Burghaus

Vorstandsvorsitzender | CEO | Experte für Transformation und strategische Unternehmensentwicklung | Senat der Wirtschaft

#### Turnaround & Stabilisierung (2016–2018)

##### März 2016

Einstieg als Restrukturierungs- und Turnaroundberater an der Sportklinik Hellersen

- Stabilisierung der wirtschaftlichen Situation
- Wiederherstellung der operativen Handlungsfähigkeit
- Aufbau tragfähiger Strukturen und Prozesse

#### Strategischer Aufbau & Neuausrichtung

##### ab Mai 2017

Übernahme zentraler Führungsfunktionen an der Sportklinik Hellersen

- Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen
- Geschäftsführer des MVZ an der Sportklinik Hellersen
- Vorstand Gesundheitszentrum Hellersen e. V.
- Vorstandsvorsitzender Sporthilfe NRW e. V.

#### Strategische Entwicklung der Klinik:

- Klare Fokussierung auf medizinische Spezialisierung
- Weiterentwicklung von Organisation und Abläufen
- Stärkung der Marktposition im orthopädischen Bereich

##### Januar 2020

Integration der Schmerztherapieabteilung des Marienhospitals Letmathe

##### Oktober 2020

Etablierung des Fachbereichs „Spezielle Wirbelsäulenchirurgie“

#### Internationalisierung & Wachstum (ab 2022)

##### ab Januar 2022

Unternehmer im internationalen Krankenhausmanagement

##### ab August 2022

Berufung zum Senator im Senat der Wirtschaft, Berlin

##### März 2024

Etablierung des Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrums

##### ab Januar 2025

Übernahme von Management und Betrieb einer orthopädisch-chirurgischen Abteilung in Abu Dhabi (Hellersen Hospital)

##### März 2025

Einführung des Robotik-Zentrums

##### November 2025

Aktive Mitgestaltung des 77. Jahreskongresses der Egyptian Orthopaedic Association (EOA) in Kairo – inklusive Live-Operationen aus den OP-Sälen der Sportklinik Hellersen

#### Heute

Dirk Burghaus führt die Sportklinik Hellersen als spezialisierte, international vernetzte Einrichtung mit klarem Fokus auf medizinische Exzellenz, strukturiertes Wachstum und nachhaltige Weiterentwicklung.

# Von Lüdenscheid in die ganze Welt

Internationale Premiere: Sportklinik Hellersen ist erste Klinik, die den arabischen Facharzt ausbilden darf



**D**ie Sportklinik Hellersen wurde durch das Arab Board of Health Specializations zertifiziert. Damit ist sie weltweit das erste Krankenhaus außerhalb der arabischen Staaten, das die Ausbildung zum arabischen Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie anbieten darf. Bislang war diese Facharztausbildung ausschließlich an Kliniken in den 22 Mitgliedsstaaten des Arab Board möglich. Das Gremium koordiniert die Ausbildung an zahlreichen Einrichtungen der Mitgliedsstaaten. Mit der Zertifizierung etabliert sich die Sportklinik Hellersen als internationales Kompetenzzentrum für orthopädische Spitzenmedizin mit globaler Strahlkraft.

Für die Sportklinik Hellersen bedeutet diese Auszeichnung zugleich ein deutliches Alleinstellungsmerkmal: Sie bietet eine kombinierte Ausbildung, durch die die Ärzte sowohl den deutschen als auch den arabischen Facharztstitel innerhalb ihrer Ausbildung erlangen können. Bisher war für die Anerkennung in einem weiteren Land ein zusätzlicher Ausbildungsweg erforderlich.

## Internationale Premiere

„Diese Entwicklung eröffnet uns eine bedeutende Chance, da Fachärzte aus den arabischen Staaten gerne zu uns kommen. Sie sind hochmotiviert und verfügen über eine vielversprechende medizinische Zukunft. Wir sehen uns nicht als regionales Krankenhaus, sondern als spezialisiertes Kompetenzzentrum für moderne Orthopädie mit internationaler Strahlkraft. Die Zertifizierung bestätigt die Qualität unserer klinischen Strukturen, unserer operativen Expertise und unserer Weiterbildungskultur“, sagt Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen. „Die Zertifizierung lenkt die weltweite Aufmerksamkeit auf eine kleine ländliche Region wie Lüdenscheid. Davon profitiert die gesamte Region Südwestfalen und ganz Nordrhein-Westfalen“, ergänzt Dirk Burghaus.



## Ausbildung mit doppeltem Abschluss

Im Rahmen des zweijährigen Zertifizierungsprozesses fanden mehrere Begutachtungen durch eine Delegation des Arab Board statt. Diese machte sich ein umfassendes Bild von den Strukturen, Prozessen und der Qualität der Versorgung an der Sportklinik Hellersen. Im Fokus der Evaluation standen insbesondere die chirurgischen Fallzahlen, die fachärztliche Supervision, die wissenschaftliche Einbindung der Klinik sowie die Einhaltung international vergleichbarer Ausbildungsstandards. Auch die Teilnahme der Sportklinik Hellersen am internationalen Kongress in Kairo im November 2025 war ein weiterer Meilenstein, bei dem sich das Arab Board von der hohen fachlichen Expertise der Sportklinik Hellersen überzeugte.

„Die Zulassung eines deutschen Krankenhauses als Ausbildungszentrum für Orthopädie bedeutet einen qualitativ hochwertigen Wissenstransfer in der klinischen Ausbildung von orthopädischen Chirurgen. Wir freuen uns über den erfolgreichen Abschluss der Zertifizierung und den Ausbildungsstart in der Sportklinik Hellersen“, sagt Prof. Mohamed Elashhab als Vertreter des Arab Board.

### Der Weg zum Arab Board

Das waren die wichtigsten Meilensteine im Zertifizierungsprozess:

- Erste Kontaktaufnahme mit dem Arab Board und Austausch
- Mehrere Zertifizierungsschritte folgen: Dokumentenanalyse, Interviews und Besichtigungstermine in Lüdenscheid, Abgleich mit der arabischen Ausbildungsordnung
- Teilnahme am internationalen Orthopädie-Kongress in Kairo im November 2025
- Abschlussbesuch und Übergabe der Zertifizierungsurkunde
- Start des Bewerbungsverfahrens und Sichtung erster Bewerbungen

## Impuls für die Fachkräftesicherung

„Unser Hauptziel ist die bestmögliche Versorgung unserer Patientinnen und Patienten. Deshalb setzen wir auf internationale Partnerschaften. Besonders die Vereinigten Arabischen Emirate spielen eine Vorreiterrolle im Bereich innovativer Medizin. Dieses Wissen möchten wir nach Deutschland bringen und gleichzeitig den internationalen Ruf der Sportklinik Hellersen stärken“, sagt Dirk Burghaus.

Neben der internationalen Strahlkraft stärkt die kombinierte Facharztausbildung auch nachhaltig die Fachkräftesicherung in Deutschland, da hochqualifizierte Ärztinnen und Ärzte langfristig an den Standort gebunden werden können. Derzeit befindet sich die Klinik in der Kandidatenfindung, sodass zeitnah die praktische Umsetzung beginnt.

### So sieht die Ausbildung konkret aus:

Nach einer intensiven Auswahl der Bewerber, kommen diese nach Deutschland zur Sportklinik Hellersen. Hier werden sie in den Arbeitsalltag der Klinik integriert, um den praktischen Teil der Ausbildung zu absolvieren. Die Zeit in der Sportklinik Hellersen wird dem Assistenzarzt sowohl für den deutschen als auch den arabischen Facharzt voll anerkannt. Lediglich die Prüfung am Ende des Studiums muss jeweils in Deutschland und in dem jeweiligen arabischen Land separat absolviert werden.



Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen (rechts), und Ahmed Almousa, Repräsentant der Sportklinik Hellersen im Mittleren Osten, Afrika und Asien, empfangen die Delegation und nahmen die Zertifizierung durch das Arab Board of Health Specializations feierlich entgegen.

# Fünf Fragen zum Arab Board

Was bedeutet die Zertifizierung für die Region und Nordrhein-Westfalen? Welche Vorteile bietet die Teilnahme am Arab Board und wieso ausgerechnet Lüdenscheid? Dirk Burghaus, Vorstandsvorsitzender der Sportklinik Hellersen, steht Rede und Antwort.

01  
26

Hellersen Insight

**Welche Möglichkeiten bietet die Zertifizierung der Sportklinik Hellersen und der gesamten Region?**

Die Zertifizierung hebt die Sportklinik Hellersen und die Region auf ein neues internationales Niveau. Wir sind das erste Krankenhaus weltweit, das im Rahmen des Arab Boards außerhalb der arabischen Welt Fachärzte für 22 Nationen ausbilden darf. Das ist kein theoretischer Titel, sondern ein klarer Standortvorteil – für die Klinik, aber auch für Nordrhein-Westfalen insgesamt. Konkret bedeutet das: Wir ziehen hochqualifizierte internationale Ärzte an, stärken den medizinischen Austausch und erhöhen die Sichtbarkeit der gesamten Region im internationalen Gesundheitsmarkt.

Gleichzeitig schaffen wir Strukturen, von denen auch andere Einrichtungen profitieren können. Wenn weitere Kliniken diesen Weg mitgehen, kann daraus ein echter internationaler Ausbildungs- und Gesundheitsstandort entstehen – mit klaren Vorteilen für Qualität, Personalgewinnung und medizinische Entwicklung. Entscheidend ist, dass man diese Chancen aktiv nutzt. Internationalisierung ist kein Selbstzweck, sondern ein klarer Wettbewerbsvorteil.

**Warum ist es dem Arab Board erstmals gelungen, eine solche Ausbildung außerhalb der Mitgliedsstaaten zuzulassen – und warum gerade in Lüdenscheid?**

Weil zwei Dinge zusammengekommen sind: nachweisbare medizinische Qualität und über Jahre aufgebaute internationale Beziehungen.

Die Sportklinik Hellersen gehört fachlich zur Spitze in Deutschland. Diese Qualität haben wir nicht nur dargestellt, sondern im Rahmen internationaler Kongresse und mehrerer Vor-Ort-Prüfungen konkret nachgewiesen.

Parallel haben wir gezielt ein belastbares Netzwerk in den arabischen Raum aufgebaut – insbesondere in die Vereinigten Arabischen Emirate, aber auch zu den relevanten Entscheidungsträgern in Ländern wie Ägypten und Jordanien. Dadurch bestand von Anfang an ein direkter und vertrauensvoller Austausch.

Am Ende war es kein einzelner Moment, sondern das Ergebnis eines konsequenten Prozesses: klare Positionierung, internationale Präsenz und ein über Jahre aufgebautes Vertrauen. Dass diese Zertifizierung erstmals außerhalb der arabischen Welt nach Lüdenscheid vergeben wurde, ist kein Zufall, sondern das Ergebnis dieser konsequenten Entwicklung.

## Wieso ist der Nahe Osten ein wichtiger Gesundheitspartner?

Der Nahe Osten ist für uns ein strategisch relevanter Partner, weil dort Gesundheitssysteme entstehen, die sehr konsequent auf Innovation, Internationalität und Qualität ausgerichtet sind.

In vielen Bereichen – insbesondere bei der Digitalisierung und dem Einsatz von KI – ist man dort deutlich schneller und pragmatischer als in Europa. Das führt zu effizienteren Prozessen und neuen Versorgungsansätzen, von denen wir im Austausch direkt profitieren.

Gleichzeitig besteht ein hoher Bedarf an exzellenter medizinischer Ausbildung und Spezialisierung. Genau hier ergänzen wir uns: Wir bringen unsere medizinische Expertise ein und profitieren im Gegenzug von Geschwindigkeit, Investitionsbereitschaft und technologischer Offenheit.

Diese Partnerschaft ist deshalb keine Einbahnstraße, sondern ein klarer Mehrwert auf beiden Seiten – medizinisch, technologisch und strategisch.

## Welche Auswirkungen hat die Entwicklung in der Sportklinik Hellersen auf den Fachkräftemangel?

Ganz konkret: Wir begegnen dem Fachkräftemangel aktiv und nicht nur reaktiv.

Mit dem Arab Board schaffen wir einen zusätzlichen, international anerkannten Ausbildungsweg parallel zum deutschen Facharzt. Dieses Modell ist in dieser Form einzigartig und hat eine klare Leuchtturmfunktion – weit über die Region hinaus.

Solche Programme führen dazu, dass sich qualifizierte Mediziner gezielt für uns entscheiden. Wir ziehen damit genau die Menschen an, die ein internationales, leistungsorientiertes Umfeld suchen.

Der Effekt ist klar: Wir sind nicht mehr nur Teil des Wettbewerbs um Fachkräfte, sondern verschieben ihn zu unseren Gunsten.

Für uns ist das ein strategischer Vorteil – und für unsere Patienten die Garantie, dass sie auch künftig auf höchstem Niveau versorgt werden.

## Welche weiteren Kooperationen bestehen zwischen der Sportklinik Hellersen und anderen Nationen?

Wir bauen unsere internationalen Kooperationen gezielt in mehreren Regionen aus.

In Asien sind wir bereits aktiv, insbesondere in China und Vietnam. Dort geht es vor allem um den fachlichen Austausch und den Zugang zu technologischen Entwicklungen. Gleichzeitig bringen wir unsere medizinische Ausbildungsqualität ein, die in Europa auf einem sehr hohen Niveau liegt.

Darüber hinaus gibt es erste konkrete Gespräche in Nordamerika, insbesondere in Kanada. Ziel ist es, perspektivisch auch dort ein strukturiertes Ausbildungsmodell aufzubauen – vergleichbar mit dem Arab Board. Das steht noch am Anfang, zeigt aber klar die Richtung.

Unser Ansatz ist dabei eindeutig: Wir wählen Kooperationen gezielt aus und bauen sie so auf, dass sie sowohl medizinisch als auch strategisch einen echten Mehrwert bringen.

# Olympia an Rhein und Ruhr: Schon der Weg ist das Ziel

01  
26

Hellersen Insight

© LSB NRW/ Andrea Bowinkelmann



**K**ompakt, spektakulär und nachhaltig sollen sie werden, die Olympischen und Paralympischen Sommerspiele in NRW. Mehr als 50 Jahre nachdem die letzte olympische Flamme auf deutschem Boden erloschen ist, haben sich gleich vier Bewerberregionen aufgemacht, das wichtigste Sportevent der Welt wieder nach Deutschland zu holen. Darunter auch NRW mit der Region Rhein-Ruhr und Köln als Leading City. Der Sport, in der Breite wie in der Spitze, profitiert jetzt schon davon.

Und dass, obwohl der Prozess noch am Anfang steht. Erst im Herbst legt der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung fest, wer der vier Bewerber international für Deutschland ins Rennen geht. Neben KölnRheinRuhr sind auch Berlin, Hamburg und München mit von der Partie. Nach dieser nationalen Entscheidung gilt es, sich gegen mögliche internationale Konkurrenten wie Istanbul, Budapest oder auch Santiago de Chile durchzusetzen. Ob es

um die Spiele 2036, 40 oder 44 geht, selbst das wird erst viel später beim IOC festgelegt.

## Eine Milliarde Euro für den Sport in NRW

Doch wie so oft ist auch hier schon der Weg das Ziel. Oder zumindest ein Teil davon. Denn die Impulse, die man sich von Olympia verspricht, entfalten sich zum Teil schon mit der Bewerbung. Und der Sport in NRW merkt das. Das Land hat zum Beispiel eine

Übungsleitungs-Offensive aufgelegt, ausdrücklich im Kontext mit KölnRheinRuhr, mit der die Ausbildung tausender neuer Übungsleitungen und Trainer\*innen an der Basis finanziert werden soll. Schließlich entdecken und fördern diese die zukünftigen Talente.

„Kein anderes Land investiert in den nächsten Jahren mehr, breiter und nachhaltiger in den Sport“, sagt Ministerpräsident Hendrik Wüst. 600 Millionen Euro sind zum Beispiel im aktuellen Haushalt für die Sanierung von Sportstätten vorgesehen. Und auch die Beschäftigungsbedingungen von Trainer\*innen im Nachwuchsleistungsbereich wurden deutlich verbessert, dazu die Prämien für Olympia-Teilnehmer\*innen und -Gewinner\*innen deutlich erhöht.

### Olympia wirkt positiv – schon immer

Dass Olympia positiv wirkt, ist nicht neu. Die Spiele von 1972 waren ein wahrer Booster für sportwissenschaftliche Fakultäten an deutschen Hochschulen. Im Vorfeld der Spiele von Paris wurde an französischen Schulen die tägliche Bewegungseinheit „30 minutes d'activité physique quotidienne“ eingeführt. Hinzu kommen wirtschaftliche Impulse und internationale Aufmerksamkeit. In Barcelona, Austragungsort der Spiele 1992, haben sich seither die Übernachtungszahlen vervielfacht. Und das, abgesehen von einer Corona-Delle, dauerhaft.

Überzeugen will NRW mit einem umfassenden Konzept. Neben der absolut gleichberechtigten Einbindung des Para-Sports setzt das vor allem auf

- die zentrale Lage der Region
- ihre Erfahrung mit großen Sport-Events
- die einmalige Ausstattung mit Sportstätten

In NRW wurden in den vergangenen Jahren Dutzende Welt- und Europameisterschaften veranstaltet, das Land verfügt über einige der größten Hallen Europas, zahlreiche Fußballstadien und international anerkannte Sportstätten wie die Aachener Soers und die Regattabahn Duisburg. All das liegt mitten in Europa und kompakt beisammen. Das sorgt für kurze Wege und prall gefüllte Zuschauerränge. Für die Wettkämpfe sollen zu 100 Prozent bestehende und temporär zu errichtende Sportstätten genutzt werden.



© LSB NRW/ Andrea Bowinkelmann

**Die Paralympics, hier Valentin Baus, Goldmedaillen-Gewinner im Para Tischtennis-Einzel von 2024, werden bei Köln-RheinRuhr von Anfang an gleichberechtigt mitgedacht.**

Das Olympische und Paralympische Dorf soll zum Beispiel mit dem Leichtathletikstadion in seinem Zentrum im Norden Kölns entstehen, auf einem Gebiet, auf dem schon länger ein neuer Stadtteil geplant wird. Nach den Spielen werden die Unterkünfte der Athlet\*innen zu dringend benötigtem Wohnraum. Das Stadion ist von Anfang an so geplant, dass es mit modularen Anbauten zu einem Wohn- und Geschäftszentrum weiterentwickelt werden kann. Mit Wohnungen, Büros, Einzelhandelsgeschäften und Kitas. Und einem Park statt der Wettkampffläche in der Mitte.

Auch für das bisher noch fehlende Schwimmstadion mit ausreichender Kapazität gibt es eine nachhaltige Lösung: Die Schalcker Fußball-Arena könnte mit einem temporären Pool zum Aquatics Dome werden. Geschwommen würde dann vor bis zu 60.000 Fans. 18.000 könnten beim Turnen in der Kölner Lanxess-Arena dabei sein, 50.000 bei den Handball-, Volleyball- und Basketball-Partien in der Düsseldorfer Arena, 40.000 beim Reiten in Aachen.

Zusammen mit den Paralympics, die in den gleichen Wettkampfstätten stattfinden, können rund 14 Millionen Tickets verkauft werden. Damit hätten die Spiele an Rhein und Ruhr ihren ersten Rekord sicher, noch bevor der erste Startschuss fällt. ▀



Alle wichtigen und aktuellen Informationen zur Olympia-Bewerbung finden Sie hier.

## Gastbeitrag

---

Kreissportbund Märkischer Kreis e.V.  
Kirsten Nölle

# Ge(h)meinsam – Allzweckwaffe Spaziergang

---

01  
26

Hellersen Insight



© Monika Hermanns

**W**ie heißt es so schön? Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung. Diesem Sprichwort folgen spazierbegeisterte Menschen im Iserlohner Stadtgebiet an nunmehr sechs unterschiedlichen Standorten und treffen sich einmal wöchentlich zum gemeinsamen Spaziergang - unabhängig von Witterungsverhältnissen.

Vorausgegangen ist die Initiative von Monika Hermanns, die als Referentin für Gesundheitssport beim Kreissportbund Märkischer Kreis e.V. tätig ist und im Herbst des vergangenen Jahres das Projekt „Ge(h)meinsam – Beweg dich im Quartier“ ins Leben gerufen hat. In Zusammenarbeit mit der Ehrenamtsstelle der Stadt Iserlohn und CONTINUE, dem ehrenamtlichen Dienst in Iserlohn, sind in einem ersten Schritt sogenannte Gehpat\*innen gesucht und gefunden worden, die sich ein ehrenamtliches Engagement als Spaziergangsbegleitung vorstellen



können. Es folgten zahlreiche Planungsgespräche, eine intensive Bewerbungsphase, eine erfolgreiche Sponsorsuche und schlussendlich der Startschuss mit einer offiziellen Pressekonferenz und zunächst vier Ge(h)meinsam-Standorten.

Die Idee ist so simpel wie genial: Bewegung verbindet - und das gleich in mehrfacher Hinsicht. Der regelmäßige Spaziergang an der frischen Luft ist eine einfache Möglichkeit, die eigene Gesundheit zu fördern und in Gemeinschaft wird durch das Gruppenerlebnis gleichzeitig das soziale Miteinander im Quartier gestärkt. Der etwa einstündig angelegte Spaziergang findet über das gesamte Jahr einmal wöchentlich zur selben Uhrzeit statt. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig und jede\*r ist willkommen unabhängig von Alter, Herkunft oder Geschlecht. Das Angebot ist demnach niederschwellig angelegt und erfreut sich wachsender Beliebtheit. Die Gehpat\*innen sorgen dafür, dass eine geeignete Route und ein passendes Tempo für die Gruppe gefunden wird und eine freundliche Atmosphäre herrscht. Damit die fortlaufende Begleitung gewährleistet ist, werden die einzelnen Standorte jeweils durch ein mehrköpfiges Gehpat\*innen-Team betreut, sodass sowohl geplante Absenzen als auch kurzfristige Ausfälle abgefangen werden können.

Projektbegleitend haben bereits mehrere Austauschtreffen mit den Gehpat\*innen stattgefunden, die außerdem im Rahmen einer Erste-Hilfe-Schulung weitere Sicherheit in ihrer Funktion als Begleitung gewonnen haben. Mittlerweile gibt es zwei neue Treffpunkte und schon bald steht außerdem eine Fortbildung für die Gehpat\*innen an, damit der Spa-

ziergang als gesundheitsfördernde Form der Bewegung in seiner Wirkungsweise sogar noch erweitert werden kann durch z.B. zusätzliche gymnastische Übungen oder hilfreiches Begleitwissen.

Das Konzept an sich ist nicht neu. Begleitete Spaziergänge gibt es bundesweit. Der erste Schritt kann schwer sein und ist zugleich der wichtigste. Das bezieht sich allgemein betrachtet auf die grundsätzliche Implementation eines solchen Projektes, aber im Speziellen auch auf die Motivation eines jeden Einzelnen, den entscheidenden Schritt vor die Tür zu setzen. Es kann dabei regnen, stürmen oder schneien, die Gemeinschaft sorgt am Ende für ein herzerwärmendes Gefühl - und vielleicht scheint ja sogar die Sonne.



© Michael May

Aktuelle Informationen zu den Ge(h)meinsam-Standorten in Iserlohn gibt es auf der Homepage des Kreis-sportbundes Märkischer Kreis e.V. und für weitere Rückfragen steht Monika Hermanns zur Verfügung. ▀

Hier gibt es weiterführende Informationen:  
[www.ksb-mk.de](http://www.ksb-mk.de)

E-Mail:  
[Monika.hermanns@ksb-mk.de](mailto:Monika.hermanns@ksb-mk.de)  
Telefon: 02374 7568 128



Aus dem Fachbereich

Wirbelsäulenchirurgie

## Wenn jeder Millimeter zählt

Warum Eingriffe an der Halswirbelsäule höchste Erfahrung erfordern und wie interdisziplinäre Zusammenarbeit die Patientensicherheit maximiert



**D**ie Halswirbelsäule ist ein Meisterwerk der Anatomie – und zugleich ein Hochrisikobereich. Auf engstem Raum verlaufen hier lebenswichtige Gefäße, Nervenbahnen und Verbindungen zum Gehirn. Eingriffe in diesem Bereich erfordern daher höchste Präzision, Erfahrung und modernste Technik. An der Sportklinik Hellersen wird diese Expertise durch eine enge Zusammenarbeit von Neurochirurgie, spezialisierter Wirbelsäulenchirurgie und konservativer Orthopädie ergänzt und bietet Patienten damit eine einzigartige Versorgung. Dieter Henigin, Chefarzt für Wirbelsäulenchirurgie, und Dr. Oliver Meier, Chefarzt für Spezielle Wirbelsäulenchirurgie, geben einen Einblick in die Diagnostik, Behandlung und die besondere Expertise des Deutschen Wirbelsäulen- und Skoliosezentrams.

## **Herr Henigin und Herr Dr. Meier, Sie sind Experten auf dem Gebiet der Wirbelsäule. Warum ist die Halswirbelsäule ein besonders sensibles und komplexes Segment?**

*Dr. Oliver Meier:* Die Wirbelsäule hat drei Abschnitte: die Halswirbelsäule, die Brustwirbelsäule und die Lendenwirbelsäule. Dabei ist die Halswirbelsäule der beweglichste Bereich. Diese hohe Beweglichkeit macht sie funktionell jedoch gleichzeitig auch anfälliger für Verletzungen und Verschleiß.

*Dieter Henigin:* Darüber hinaus durchlaufen viele wichtige Gefäße den vergleichsweise dünnen Hals. Die wichtigste ist die Halsschlagader. Aber auch Nerven, etwa für die Stimme, sowie weitere Gefäße und Verbindungen zum Gehirn verlaufen hier. Je nachdem, was passiert, können die Folgen schwerwiegend sein: Rückenmarksverletzungen, Querschnitt, Halbseitenlähmung oder Hirnblutungen. Deshalb fragen wir zum Beispiel vor einem Eingriff, ob jemand Rechts- oder Linkshänder ist, und wählen den Operationszugang entsprechend. So kann im seltensten Fall einer Durchblutungsstörung nur die weniger belastete Gehirnhälfte betroffen sein. Allein die Vorstellung, dass durch dieses empfindliche Organ operiert werden muss, sorgt bei vielen Patienten für Sorge – einige ertragen lieber die Schmerzen, als sich einem Eingriff zu unterziehen.

## **Mit welchen Beschwerden oder Symptomen stellen sich Patienten mit Erkrankungen an der Halswirbelsäule am häufigsten vor?**

*Dieter Henigin:* Häufige Beschwerden sind Nacken- und Schulterschmerzen. Typisch sind zudem Wurzelaustrahlungen: Wird eine Nervenwurzel eingengt, strahlen die Schmerzen oft bis in die Hände oder Finger aus. In manchen Fällen kommt es auch zu Einschränkungen der Handmotorik – Betroffene haben Schwierigkeiten beim Schreiben oder beim Zuknöpfen der Bluse beziehungsweise des Hemdes. Übt eine langanhaltende Enge Druck auf das Rückenmark aus, kann dies zu Schäden führen. Betroffene zeigen häufig ein kleinschrittiges Gangbild.

## **Wie kommt es zu einer solchen Verengung?**

*Dieter Henigin:* Die Ursachen sind sehr verschieden. Häufig führen Bandscheibenvorfälle, aber auch Verletzungen wie Brüche oder Frakturen sowie

Instabilitäten der Wirbelsäule zu Verengungen. Am häufigsten ist jedoch der Bandscheibenvorfall der Auslöser.

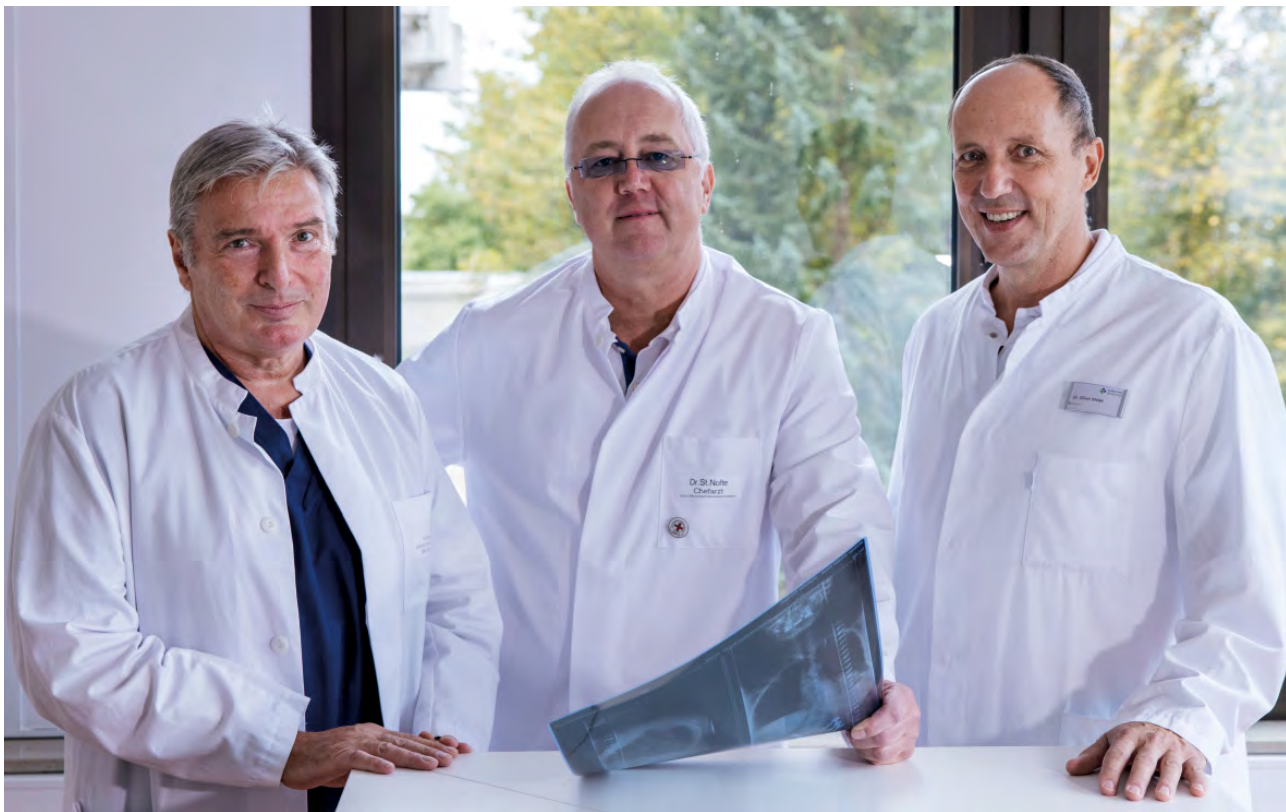
Je nach Verlauf kann der Bandscheibenvorfall zentral auf das Rückenmark oder seitlich auf die Nervenwurzel drücken, die den Arm versorgt. Trifft er genau diese Nervenwurzel, treten meist Symptome wie Kribbeln oder ein nächtliches Einschlafgefühl des Arms auf.

## **Und wann ist die Wirbelsäulenchirurgie zuständig und in welchen Fällen übernimmt die Spezielle Wirbelsäulenchirurgie die operative Behandlung an der Halswirbelsäule?**

*Dieter Henigin:* Bei frischen, kleineren Verletzungen, bei akuten Bandscheibenvorfällen oder Verengungen ohne Fehlstellung der Wirbelsäule übernehmen die Neurochirurgen der Wirbelsäulenchirurgie die Behandlung.

Liegt jedoch eine Fehlstellung, eine Verschiebung oder eine Instabilität eines Wirbelsegments vor, wird die Statik der Wirbelsäule zum Problem. In diesen Fällen übernimmt die Spezielle Wirbelsäulenchirurgie die operative Versorgung.





**Inwiefern profitieren Patienten davon, dass die Fachbereiche eng zusammenarbeiten?**

*Dieter Henigin:* Die Patienten profitieren von der engen Zusammenarbeit vor allem durch kurze Wege und ein breites, gleichzeitig sehr spezialisiertes Behandlungsspektrum. In dieser Form gibt es ein solches Angebot in kaum einer anderen Klinik.

*Dr. Oliver Meier:* An den meisten Kliniken gibt es in der Regel nur einen Wirbelsäulenchirurgen oder nur Neurochirurgen, aber nicht beides. Unser Ansatz ist hingegen bundesweit nahezu einzigartig: Wir decken die gesamte Behandlung an der Wirbelsäule ab – von konservativer Behandlung über neurochirurgische Eingriffe bis hin zur spezialisierten Wirbelsäulenchirurgie bei Instabilitäten und Fehlstellungen und das alles zusammengefasst in einem Zentrum.

**Welche diagnostischen Schritte sind notwendig, um eine Erkrankung der Halswirbelsäule sicher zu beurteilen?**

*Dr. Oliver Meier:* Um eine Erkrankung der Halswirbelsäule sicher zu beurteilen, ist zunächst eine sorgfältige körperliche Untersuchung entscheidend. Dabei werden Beweglichkeit, Reflexe, Sensibilität

und die Muskelkraft überprüft. Ergänzend dazu ist die Kernspintomographie (MRT) das führende diagnostische Verfahren, da sie Nerven, Bandscheiben und das Rückenmark besonders gut darstellt. Bei speziellen Fragestellungen, zum Beispiel zur Beurteilung knöcherner Veränderungen, kann zusätzlich eine Computertomographie (CT) durchgeführt werden.

**Welche operativen Verfahren kommen an der Halswirbelsäule am häufigsten zum Einsatz?**

*Dieter Henigin:* In der Wirbelsäulenchirurgie operieren wir Neurochirurgen überwiegend mikrochirurgisch. Das heißt, es werden möglichst kleine Schnitte gemacht. An der Halswirbelsäule werden häufig Bandscheibenprothesen eingesetzt oder sogenannte PEEK-Cages. Ein PEEK-Cage ist ein spezieller Abstandhalter, der den geschädigten Bandscheibenraum ausfüllt, sodass die betroffenen Nervenwurzeln nicht länger eingeeengt werden.

Welches Verfahren zum Einsatz kommt, hängt von der Lokalisation des Bandscheibenvorfalles, seiner Größe und Art sowie von den individuellen anatomischen Gegebenheiten ab. Der Cage sorgt

dafür, dass das betroffene Segment ruhiggestellt und stabilisiert wird. Bei jüngeren Patienten wird hingegen häufiger eine Bandscheibenprothese eingesetzt, um die Nervenwurzel zu entlasten und die benachbarten Segmente vor einer möglichen Überlastung zu schützen.

*Dr. Oliver Meier:* Mit zunehmendem Alter kann es zu Instabilitäten der Wirbelsäule kommen. An der Halswirbelsäule geht zum Beispiel die physiologische Vorwärtsskrümmung („Schwingung“) verloren und knickt nach vorne. In solchen Fällen stellen wir in der Speziellen Wirbelsäulen Chirurgie die natürliche Schwingung wieder her und sorgen gleichzeitig für Stabilität. Dazu setzen wir teilweise Cages ein, verschrauben diese oder ergänzen die Stabilisierung durch eine Platte, um das Segment dauerhaft zu sichern.

#### **Welche Faktoren spielen bei der Wahl der optimalen Behandlung eine entscheidende Rolle?**

*Dr. Oliver Meier:* Entscheidend für die Wahl der optimalen Behandlung ist in erster Linie die Art der Beschwerden. Darüber hinaus spielen das Alter des Patienten sowie seine individuellen Lebensumstände eine wichtige Rolle. Besonders relevant ist, ob die Beweglichkeit des betroffenen Segments unbedingt erhalten bleiben soll.

#### **Welche Ängste oder Sorgen äußern Patienten vor einer Halswirbelsäulenbehandlung am häufigsten?**

*Dieter Henigin:* Viele Patienten haben vor einer Halswirbelsäulenbehandlung Angst vor den bereits erwähnten Komplikationen. Nach einem erfolgreichen Eingriff sind sie jedoch oft sehr erleichtert, und ihnen fällt sprichwörtlich eine Last von den Schultern. Mit der Schmerzlinderung geht häufig auch eine spürbare Wesensveränderung einher.

#### **Wie nehmen Sie den Patienten diese Sorge und welche Bedeutung hat die Erfahrung des Operateurs?**

*Dr. Oliver Meier:* Die Erfahrung des Operateurs spielt bei Eingriffen an der Halswirbelsäule eine entscheidende Rolle, da dieser Bereich äußerst sensibel und nur sehr begrenzt zugänglich ist. Nur Spezialisten mit umfassender Routine und sorgfältigem Vorgehen können sicherstellen, dass Komplikationen vermieden und mögliche Risiken so gering wie möglich gehalten werden.

*Dieter Henigin:* Um Patienten im Vorfeld die Sorgen zu nehmen, betonen wir diese Erfahrung des operierenden Teams. Dass bereits viele Eingriffe erfolgreich durchgeführt wurden, minimiert das Risiko deutlich. Persönlich habe ich vor jeder Operation am Hals großen Respekt. Angst darf man dabei nicht haben, aber Respekt ist unbedingt notwendig, um verantwortungsvoll und sorgfältig zu arbeiten. ▮



Mehr Informationen zum Deutschen  
Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum sowie  
den Behandlungsschwerpunkten finden Sie  
auf unserer Website!

## Aus dem Fachbereich

Handchirurgie



# Ein paar Sekunden schwerelos – und alles ist anders

Freerider Max Kruse kehrt nach komplexer  
Bandrekonstruktion zu seiner Leidenschaft zurück

„Ich hatte eine Mission“, berichtet Max Kruse. Er ist Freerider und der Sport auf dem Rad ist sein Leben. „Ich wollte einen Stunt in 20 Metern Höhe machen, den ich vorher noch nie gemacht hatte.“ Doch diese Mission endete in einer schweren Handgelenksverletzung, die um ein Haar das Aus für seine Karriere bedeutet hätte. Aber der Reihe nach.

Während des Sprungs verschränkte er das Rad unter sich, das Handgelenk wurde extrem überstreckt. Das Band riss, die Hand luxierte. „Ich war oben in der Luft und musste entscheiden, was ich jetzt mache.“ Trotz der Verletzung landete Max Kruse den Sprung, fuhr weiter – und wiederholte ihn sogar mehrfach. Erst am nächsten Tag zeigten sich die Folgen: starke Schwellung, Schmerzen, eingeschränkte Beweglichkeit.

### Die Diagnose, die alles infrage stellte

In einer ersten Klinik erhielt Max Kruse die Diagnose, dass sein Handgelenk nur noch versteift werden könne – ein unvorstellbarer Gedanke für einen Profisportler. „Das hätte das Aus für meine Karriere bedeutet“, sagt er rückblickend. Heute würdigt er die Professionalität des behandelnden Chefarztes, der offen erklärte, an dieser Stelle nicht weiterhelfen zu können – und ihn an einen Spezialisten verwies.

Der Weg führte Max Kruse schließlich in die Sportklinik Hellersen zu Dr. Petra Scheffer, Chefarztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie / Handchirurgie. Dort änderte sich die Perspektive grundlegend. „Frau Dr. Scheffer war so überzeugt davon, dass sie mein Handgelenk wieder hinkommt. Das hat mir unglaublich viel Ruhe gegeben – im Alltag und im Kopf. Ich fühlte mich sofort in guten Händen“, erinnert sich Max Kruse.

### Eine seltene und komplexe Bandrekonstruktion

Die Diagnose bestätigte einen kompletten Riss des Bandes zwischen Kahnbein und Mondbein – eine Verletzung, die zu einer massiven Instabilität im Handgelenk führte. „Bandrekonstruktionen sind in der Handchirurgie grundsätzlich seltenere Eingriffe. Die Bandruptur ist im MRT leider oft nicht erkennbar. Erst in einer Arthroskopie – einer Gelenkspiegelung – wird diese sichtbar. Infolgedessen wird ein Bänderriss an dieser Stelle häufig zu spät erkannt, manchmal erst Jahre später. Zudem denken viele Betroffene zunächst, dass ihr Handgelenk lediglich verstaucht sei, weil zum Beispiel die Schmerzen weniger gravierend sind oder sie diese keinem konkreten Unfall zuordnen können.“

**„Die Beweglichkeit war nach zwei Wochen Gipsabnahme bereits bei etwa 45 Grad in Beugung und Streckung – das ist wirklich bemerkenswert.“**

**Dr. Petra Scheffer**

Chefarztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie / Handchirurgie





Das Problem: Je mehr Zeit vergangen ist, desto geringer ist die Möglichkeit, das Band zu rekonstruieren, da im Verlauf Knorpelschäden auftreten. Bei einer bestehenden Arthrose wird kein Band rekonstruiert. Das Band selbst kann nur innerhalb der ersten sechs Wochen nach der Verletzung genäht werden, da es schrumpft. Aber dieses Zeitfenster ist in der Realität oft schon vergangen“, erklärt Dr. Petra Scheffer. Im Fall von Max Kruse wurde die Verletzung rechtzeitig erkannt. Das Besondere war hier jedoch auch der extreme Unfallmechanismus. „Die Knochen waren nicht nur auseinandergewichen, sondern auch verdreht“, ergänzt die Chefärztin.

Bei der Operation wurden mithilfe sogenannter „Joystick-Drähte“ die Knochen zunächst anatomisch korrekt repositioniert. Anschließend erfolgte die Rekonstruktion des gerissenen Bandes mit einer körpereigenen Sehne, die im Knochen verankert wurde. Das Ziel: Stabilität erhalten, Beweglichkeit ermöglichen – und eine Versteifung vermeiden. „Wenn eine Rekonstruktion nicht gelingt, bleibt eine Versteifung immer noch eine Option. Deshalb entscheiden wir uns – wenn es möglich ist – zuerst für den gelenkerhaltenden Weg“, erklärt Dr. Petra Scheffer.

**„Hört auf euren Körper, übernehmt Verantwortung für euch selbst – und sprecht darüber, wenn es euch nicht gut geht.“**

**Max Kruse**  
Freerider

Max Kruse hat eine bewegende Zeit erlebt.  
In einem Interview mit uns erfahren Sie  
seine ganze Geschichte hautnah.





### Schneller Heilungsverlauf – dank Medizin und Eigeninitiative

Bereits kurze Zeit nach der Operation zeigte sich ein außergewöhnlich guter Heilungsverlauf. „Die Beweglichkeit war nach zwei Wochen Gipsabnahme bereits bei etwa 45 Grad in Beugung und Streckung – das ist wirklich bemerkenswert, trotz acht Wochen Gips“, sagt Dr. Petra Scheffer. Entscheidend dafür sei auch die hohe Eigeninitiative des Patienten gewesen. „Physiotherapie kann nur anleiten. Den größten Teil der Arbeit muss der Patient selbst leisten – gerade in der Handchirurgie.“

Max Kruse bestätigt das: „Ich wusste, dass es lange dauern würde. Aber ich hatte keinen Zweifel mehr daran, dass ich zurückkommen kann. Das gab mir Kraft!“ Heute trainiert er wieder – zunächst mit Fokus auf Beweglichkeit und Kraftaufbau. Seine Motivation: „Wieder große Sprünge springen zu können. Das ist für mich das Schönste!“

### Offenheit über Risiken und mentale Gesundheit

Max Kruse wendete sich mit seiner Geschichte bewusst an die Öffentlichkeit. Er teilte seine Erlebnisse auf seinem Social-Media-Profil. Damit stieß er auch auf Kritik.

„Es gab teilweise sehr negative Reaktionen darauf. Dennoch – oder gerade deswegen ist es mir wichtig zu zeigen, dass auch diese schwierigen Themen zum Sport dazu gehören. Man sieht immer nur die perfekten Sprünge. Keiner sieht die Arbeit, die hinter so einem Sport steckt oder welchen Preis man in Wirklichkeit dafür zahlt, um ganz oben mitzuspielen. Ich habe viele Freunde in diesem Sport verloren – durch Unfälle oder durch die Folgen schwerer Verletzungen. Darüber muss man offen reden. Und man sollte auch offen und ehrlich sagen und zeigen, wenn es einem emotional nicht gut geht. Ich möchte authentisch sein und zugeben, dass mich die Handverletzung auch stark psychisch belastet hat. Körperliche und mentale Gesundheit gehören zusammen. Deshalb möchte ich anderen den Rat geben: Hört auf euren Körper, übernehmt Verantwortung für euch selbst – und sprecht darüber, wenn es euch nicht gut geht.“

Heute ist Max Kruse vor allem eines: dankbar. „Für das Leben. Das ist wunderschön.“



## Aus dem Fachbereich

---

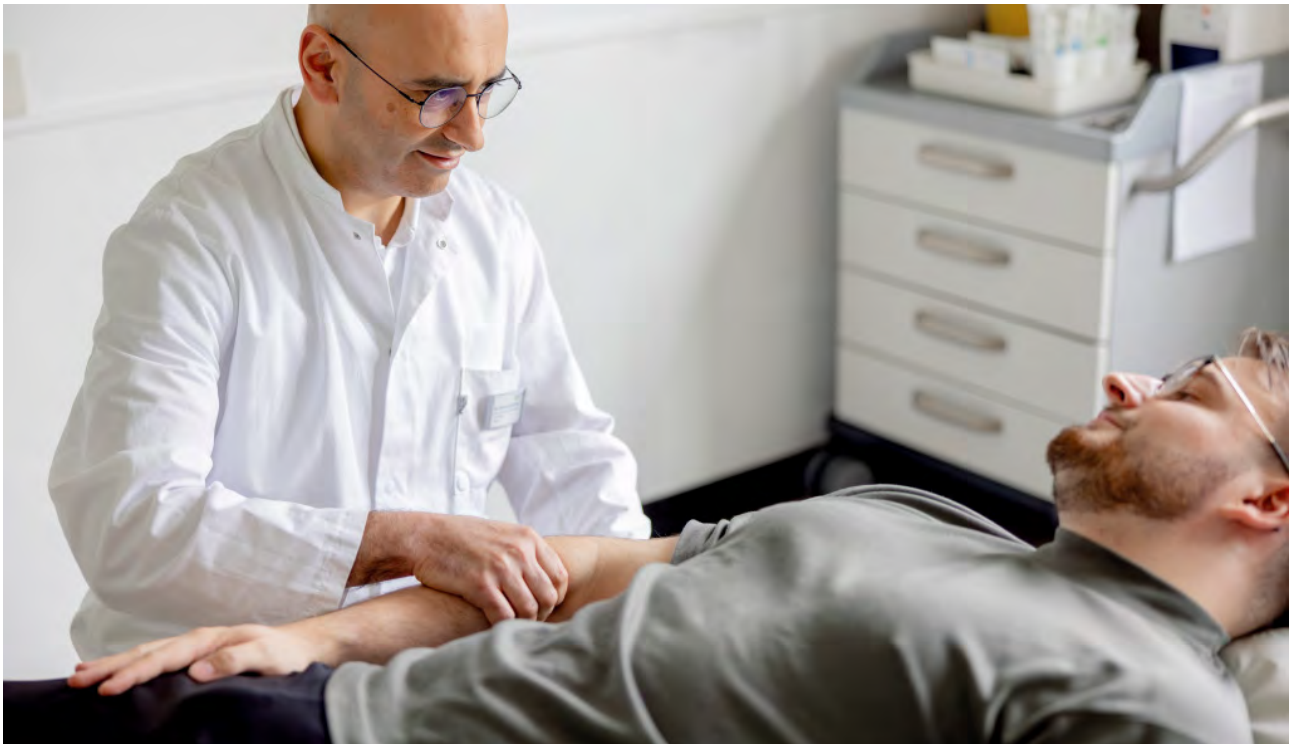
Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie

# Wenn der Ellenbogen streikt

---

Wie eine arthroskopische Operation  
Beweglichkeit zurückbringen kann

01  
26  
Hellersen Insight



**S**chmerzen, Blockaden und zunehmende Bewegungseinschränkungen im Ellenbogen können erste Hinweise auf eine Arthrose sein und den Alltag erheblich beeinträchtigen. Eine Ellenbogenarthrose ist zwar seltener als Verschleiß an Hüfte oder Knie, anders als bei lasttragenden Gelenken ist der Verlauf jedoch lange asymptomatisch. Deshalb wird eine Arthrose im Ellenbogen häufig erst später erkannt. Moderne arthroskopische Verfahren ermöglichen heute oft eine schonende Behandlung. Im Interview erklärt Elie Hassoun, Oberarzt in der Schulter-, Ellenbogen-, Kniechirurgie und Traumatologie sowie Sektionsleiter der Ellenbogenchirurgie und rekonstruktiven Band- und Knorpelchirurgie, woran Betroffene die Erkrankung erkennen und wie sich die Beweglichkeit des Gelenks erhalten lässt.



## Herr Hassoun, was versteht man unter einer Ellenbogenarthrose?

*Elie Hassoun:* Bei einer Arthrose kommt es zu einem Verschleiß des Gelenkknorpels. Dieser Knorpel überzieht normalerweise die Gelenkflächen und sorgt dafür, dass wir unser Gelenk reibungsarm bewegen können. Beim Ellenbogen entsteht dieser Verschleiß häufig nicht nur altersbedingt, sondern auch als Folge früherer Verletzungen. Dazu gehören zum Beispiel Brüche oder Auskugelungen des Gelenks. Wenn der Knorpel geschädigt ist oder teilweise verloren geht, reiben die Knochenflächen stärker aufeinander. In diesem Fall bilden sich knöcherne Anbauten, es bilden sich Zysten und freie Gelenkkörper. Dadurch kommt es zu Schmerzen, Entzündungsreaktionen im Gelenk und häufig auch zu Bewegungseinschränkungen.

## Woran merken Patienten, dass etwas mit dem Ellenbogen nicht stimmt?

*Elie Hassoun:* Die Beschwerden beginnen häufig mit Schmerzen im Ellenbogen, vor allem bei Belastung oder bestimmten Bewegungen. Öfter berichten Betroffene von Blockaden im Gelenk. Dabei entsteht das Gefühl, dass der Ellenbogen bei einer Bewegung plötzlich „hängen bleibt“. Mit der Zeit nimmt häufig auch die Beweglichkeit ab. Besonders das vollständige Strecken oder Beugen fällt schwer. Viele Patienten bemerken dies zunächst bei alltäglichen Dingen, zum Beispiel wenn sie den Arm nicht mehr vollständig ausstrecken können oder bestimmte Bewegungen im Alltag schwieriger werden. In fortgeschrittenen Fällen kann das Gelenk sogar teilweise versteifen.



## Typische Symptome einer Ellenbogenarthrose

Zu den häufigsten Beschwerden gehören Schmerzen im Ellenbogen sowie Blockaden bei bestimmten Bewegungen. Häufig kommt es außerdem zu einer eingeschränkten Streck- oder Beugefähigkeit. Im weiteren Verlauf kann das Gelenk zunehmend steifer werden.

## Welche Ursachen sehen Sie in der Praxis am häufigsten?

*Elie Hassoun:* Sehr häufig ist eine Ellenbogenarthrose die Spätfolge eines Unfalls. Viele Patienten hatten Jahre zuvor eine Verletzung, manchmal bereits in der Kindheit. Die Verschleißerscheinungen treten jedoch oft deutlich später auf. Dauerhafte Belastungen oder negative Mikrotraumen im Rahmen einer kontinuierlichen Überbeanspruchung können ebenfalls eine Rolle spielen. Hierzu zählen auch Sportarten, bei denen der Ellenbogen stark gefordert wird, oder körperlich schwere Tätigkeiten.

## Warum ist eine frühe Diagnose so wichtig?

*Elie Hassoun:* Je früher wir eine Ellenbogenarthrose erkennen, desto besser lässt sich das Gelenk erhalten. In frühen Stadien können zunächst konservative Maßnahmen wie Physiotherapie helfen, die Beweglichkeit zu verbessern und das Gelenk zu entlasten. Wenn sich bereits störende knöcherne mechanische Hindernisse im Gelenk gebildet haben, können wir diese häufig minimalinvasiv entfernen.

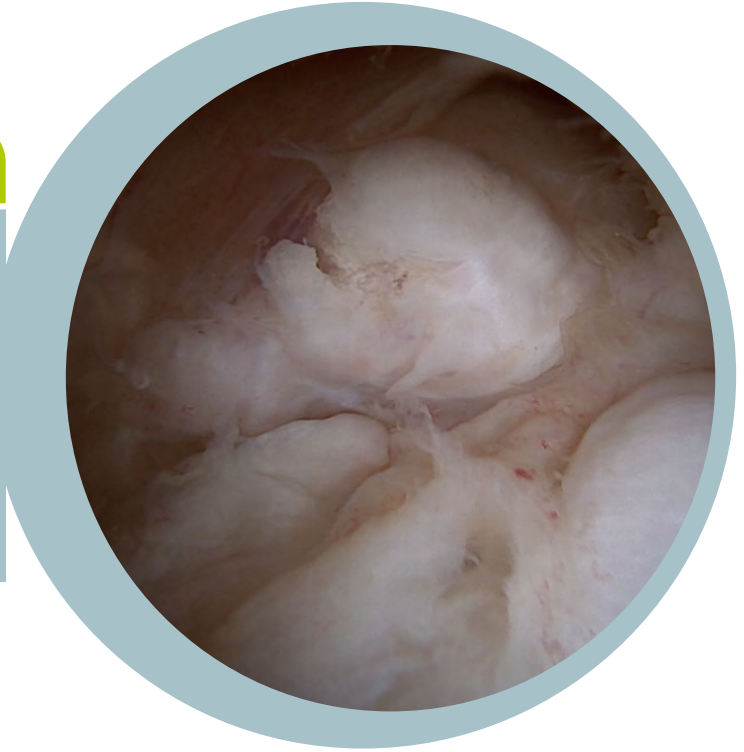
## Wann kommt eine arthroskopische Operation infrage?

*Elie Hassoun:* Eine Operation ist sinnvoll, wenn konservative Maßnahmen nicht mehr ausreichen und die Beschwerden weiter zunehmen. Bei der Arthroskopie führen wir eine kleine Kamera über wenige Millimeter große Zugänge in das Gelenk ein.

Während des Eingriffs entfernen wir Strukturen, die Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen verursachen. Dazu gehören freie Gelenkkörper, knöcherne Anbauten oder vernarbtetes Gewebe. In

## Arthroskopie kurz erklärt

Bei einer Arthroskopie, auch Gelenkspiegelung genannt, wird das Gelenk minimalinvasiv operiert. Über kleine Hautschnitte werden eine Kamera und feine Instrumente eingeführt. Dadurch lassen sich Veränderungen im Gelenk gezielt behandeln, ohne große Schnitte vornehmen zu müssen.



manchen Fällen wird auch die Gelenkkapsel teilweise gelöst, damit sich das Gelenk wieder besser bewegen lässt.

### Die Ellenbogenarthroskopie gilt als anspruchsvoller Eingriff. Warum?

*Elie Hassoun:* Das Ellenbogengelenk ist sehr klein und gleichzeitig verlaufen wichtige Nerven und Blutgefäße in unmittelbarer Nähe zum Operationsgebiet. Dadurch erfordert der Eingriff viel Erfahrung und eine präzise Operationstechnik. Gerade bei Arthrose ist das Gelenk oft zusätzlich durch Narbengewebe verändert und dadurch noch enger. Deshalb spielt die Routine des Operateurs eine entscheidende Rolle für ein gutes Ergebnis.

### Wie wichtig ist die Nachbehandlung nach der Operation?

*Elie Hassoun:* Die Nachbehandlung ist ein ganz entscheidender Teil der Therapie. Bereits kurz nach dem Eingriff beginnen die Physiotherapeuten mit ersten Bewegungsübungen. Auch danach müssen die Patienten regelmäßig üben. Nur durch konsequente Bewegung und Physiotherapie lässt sich die neu gewonnene Beweglichkeit erhalten und weiter verbessern.

### Welche Ergebnisse können Betroffene erwarten?

*Elie Hassoun:* Eine Arthrose lässt sich nicht vollständig rückgängig machen, da geschädigter Knorpel nicht wieder nachwächst. Dennoch kann eine arthroskopische Behandlung die Beschwerden deutlich reduzieren. Viele Patienten profitieren von weniger Schmerzen und einer deutlich verbesserten Beweglichkeit im Alltag. In vielen Fällen lässt sich zudem das Fortschreiten der Arthrose verlangsamen und der Gelenksatz kann damit hinausgezögert werden. ▣

# Dreimal Leben geschenkt

Sportklinik-Mitarbeiter spendet mehrfach Knochenmark



**D**aniel Marcinkowski, Pfleger an der Sportklinik Hellersen, hat einem anderen Menschen gleich dreimal die Chance auf mehr Lebenszeit geschenkt. Möglich wurde dies durch seine Bereitschaft zur Knochenmarkspende. Insgesamt spendete er bereits dreimal Stammzellen.

Schon während seiner Ausbildung hat sich Daniel Marcinkowski bei der Stefan-Mosch-Stiftung registriert. „Ich kann mich noch ganz genau an den Moment erinnern, als ich das erste Mal einen Anruf bekam, dass ich als Spender in Frage komme. Ich war damals in der Berufsschule und mein Handy klingelte mitten im Unterricht. Als ich die Vorwahl sah, wusste ich irgendwie sofort Bescheid“, berichtet der Pfleger. Danach ging alles ganz schnell.

„Ich war zunächst etwas überfordert und konnte die Informationen gar nicht so schnell verarbeiten. Nach dem Telefonat ging es sofort los. Ich habe meinen Lehrer informiert und war vom Unterricht freigestellt, um mich direkt auf den Weg in die Klinik zu weiteren Untersuchungen zu machen“, sagt Daniel Marcinkowski. Denn nach der Registrierung sind potenzielle Spender erst einmal nur in der Kartei erfasst. Erst wenn die Datenbank ein Match identi-

ziert, werden weitere Untersuchungen durchgeführt. Zu diesen Voruntersuchungen zählt unter anderem die Überprüfung der Anatomie des Beckens. Diese ist entscheidend dafür, ob die Spende wirklich durchgeführt und Stammzellen aus dem Beckenkamm entnommen werden können. Darüber hinaus werden Vorgespräche zum Eingriff geführt und Blutabnahmen finden statt. Am Ende gab es für Daniel Marcinkowski das „Go“. Die Knochenmarkspende war direkt für den nächsten Tag geplant.

„Man stellt sich das oft schlimmer vor, als es ist“, sagt er rückblickend. Bereits nach kurzer Zeit war er wieder fit. Als er später erneut von der Stiftung für eine Knochenmarkspende angefragt wurde, zögerte er keine Sekunde. „Ich war überrascht, weil man zuerst denkt, jetzt habe ich gespendet und nun war es das erst einmal. Aber manchmal kommt es vor, dass es nötig ist, für die selbe Person noch einmal zu spenden“, erklärt Daniel Marcinkowski. Es ist bereits schwierig für eine Person, einen passenden Spender zu finden. Wenn so wie in diesem Fall mehrere Spenden notwendig sind, wird daher zunächst das erste Match noch einmal kontaktiert.

### Auch Sie können Leben retten!

Die Registrierung ist unkompliziert und online über die Website der Stefan-Mosch-Stiftung möglich.



#### So einfach geht's

- Über den QR-Code gelangen Sie zur Typisierungs-Seite der Stiftung
- Einwilligung online ausfüllen
- Kostenfreies Set zur Entnahme einer Speichelprobe nach Hause bekommen
- Probe kostenfrei zurücksenden

Wer bereits bei einer anderen Stammzellspenderdatei registriert ist, muss sich nicht erneut anmelden.

**Lassen Sie sich als Stammzellspender registrieren und schenken Sie schwerkranken Menschen eine Überlebenschance.**

Erst zwischen der zweiten und dritten Spende erfuhr Daniel Marcinkowski, dass es sich bei der Person, für die er Knochenmark spendete, um einen 45-jährigen Familienvater aus England, aus der Nähe von Manchester, handelte. „Sowohl Spender als auch Empfänger bleiben anonym. Nur wenn der Empfänger zustimmt, erfährt man etwas über ihn. Und natürlich auch andersherum“, erklärt der Pfleger. Im Mittelpunkt stand für ihn jedoch nur zu helfen.



„Wir sind alle auf demselben Highway des Lebens unterwegs. Ich glaube, es ist wichtig, auch mal anzuhalten und zu gucken, was anderen Menschen passiert. Man sollte das Auge für das Drumherum nicht verlieren. Für Menschen, die es vielleicht gerade nicht so leicht haben und ihnen mit einer Stammzellspende oder einer Blutspende etwas mehr Lebenszeit geben. Ich glaube, das ist der Aspekt, der mich wirklich berührt hat“, sagt Daniel Marcinkowski. Sein Ziel heute: Andere Menschen zu sensibilisieren und zu ermutigen, sich ebenfalls registrieren zu lassen. ▀

## Warum ist eine Typisierung so wichtig?

Für viele Menschen mit Leukämie ist eine Stammzelltransplantation die einzige Chance auf Heilung. Dafür müssen bestimmte genetische Merkmale zwischen Spender und Patient nahezu vollständig übereinstimmen.

Das Problem:

Die genetischen Kombinationen sind extrem vielfältig. Noch immer findet weltweit etwa jede zehnte betroffene Person keinen passenden „genetischen Zwilling“. Mehr registrierte Spenderinnen bedeuten eine höhere Chance, genau diesen einen passenden Menschen zu finden.

## Wer kann mitmachen?

Die Registrierung ist bis zum 40. Lebensjahr kostenlos. Die Kosten von 40 Euro pro Typisierung trägt die Stefan-Morsch-Stiftung mithilfe von Spenden. Aus medizinischen Gründen sinkt mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit, tatsächlich als Spender in Frage zu kommen.

Personen über 40 Jahre können sich dennoch registrieren lassen, wenn sie die Registrierungskosten selbst übernehmen.

## Wer kann sich nicht registrieren?

Menschen mit bestimmten Vorerkrankungen – beispielsweise Autoimmunerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Krebserkrankungen – können leider nicht als Stammzellspender aufgenommen werden.

# Doctolib

## Buchen Sie Termine auch **einfach online!**



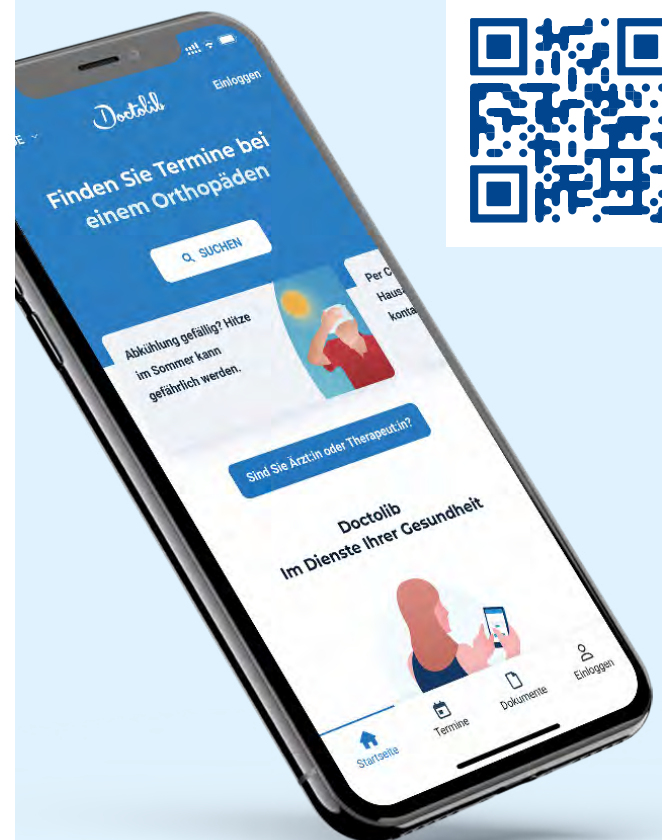
**Termine unabhängig  
von unseren Sprechzeiten  
vereinbaren**



**Digitale Terminbestätigungen  
& Erinnerungen erhalten**



**Arzttermine einfach  
verschieben und stornieren**

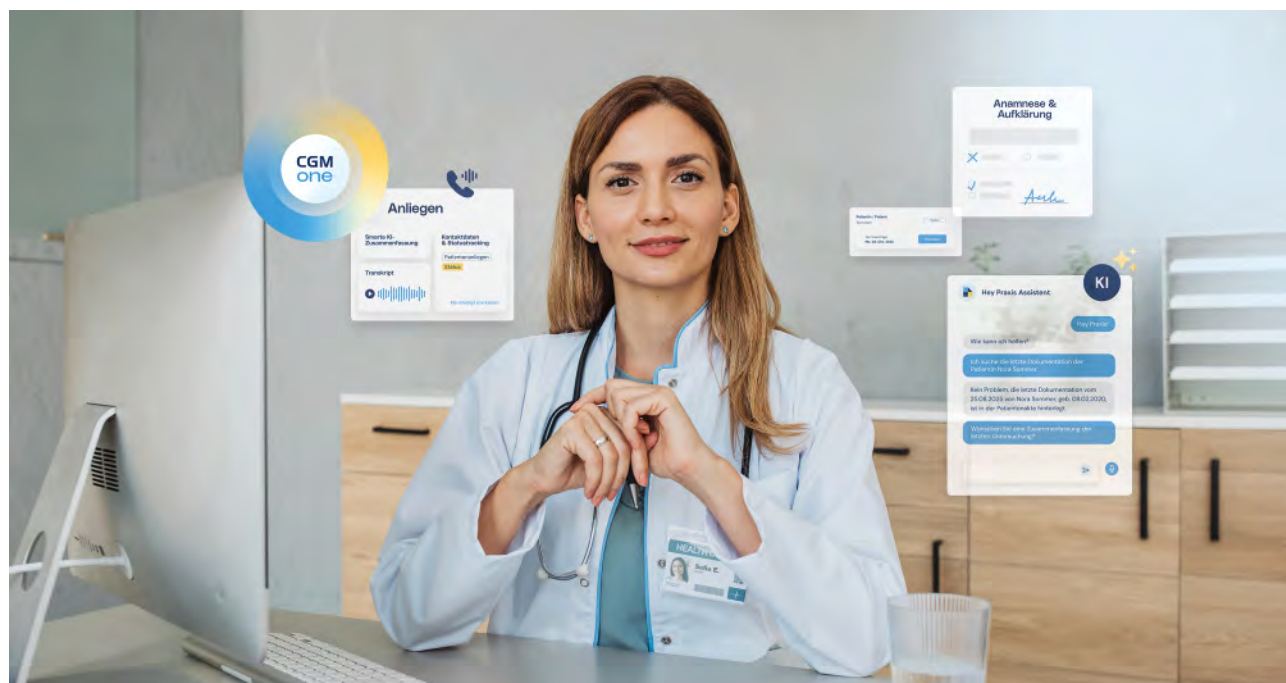


## Gastbeitrag

CompuGroup Medical (CGM)

# Praxisalltag neu gedacht

Wenn die KI ans Telefon geht und wieder Zeit für den Menschen bleibt



©gettyimages

**E**in ununterbrochen läutendes Telefon am Empfang, Klemmbretter mit Papierstapeln bei der Patientenaufnahme und wertvolle Behandlungszeit, die für Tipparbeit am Computer verloren geht: Der Alltag in vielen Arztpraxen ist oft ein Stresstest für das medizinische Personal. Doch das muss nicht so bleiben. Mit „CGM one“ hält die Zukunft Einzug in die moderne Praxis – digital, cloudbasiert und KI-gestützt. Eine Revolution, die Medizin wieder erlebbar und menschlicher macht.

Es ist ein typischer Montagmorgen in der Hausarztpraxis. Das Wartezimmer ist voll, die Anrufliste der Telefonanlage leuchtet rot und das Praxisteam am Empfang arbeitet an der absoluten Belastungsgrenze. Bürokratie und Verwaltungsaufwand rauben im Gesundheitswesen genau das, worum es in der Medizin eigentlich gehen sollte: die Zeit für den Patienten.

Genau an diesem Punkt setzt CGM one an. Die neue Komplettlösung von CompuGroup Medical (CGM) wurde entwickelt, um die Praxisverwaltung von Grund auf zu modernisieren. Frei nach dem Leitsatz „Medizin zum Miterleben“ geht es dabei nicht einfach nur um eine neue Software-Oberfläche, sondern um echte, spürbare Entlastung. Die Plattform vereint Praxisverwaltung, Telemedizin und Patientenkommunikation. Das Ziel: mehr Zeit für die Menschen.

## Der smarte Kollege am Empfang: der TelefonAssistent

Eines der größten Frustrationspotenziale – sowohl für Patientinnen und Patienten als auch für Medizinische Fachangestellte (MFA) – ist die telefonische Erreichbarkeit. Mit CGM one zieht ein KI-gestützter TelefonAssistent in die Praxis ein. Er beantwortet Anrufe sofort, strukturiert die Anliegen der Patientinnen und Patienten und nimmt Terminwünsche entgegen.

Das Ergebnis ist sofort spürbar: Die ständige Geräuschkulisse am Empfang sinkt, Anrufende hängen nicht mehr in endlosen Warteschleifen und die MFA haben den Kopf wieder frei für die Menschen, die physisch vor ihnen am Tresen stehen. Ergänzt wird dieser digitale Service durch die OnlineRezeption, einen KI-Chatbot auf der Praxis-Website, der rund um die Uhr als zentraler Ansprechpartner für Anfragen fungiert.

## Das papierlose Wartezimmer

Klemmbrett und Kugelschreiber gehören mit Ambulapps der Vergangenheit an. Die gesamte Patientenaufnahme, das Ausfüllen von Anamnesebögen, die Aufklärung und sogar Unterschriften erfolgen nun komplett digital, beispielsweise auf einem Tablet.

Zusammen mit dem CheckIn, einem Terminal, an dem sich Patientinnen und Patienten bei Ankunft selbstständig und schnell anmelden können, sowie dem Kalendersystem ClickDoc für die reibungslose Online-Terminbuchung, entsteht ein völlig neues Praxiserlebnis. Die Wartezeiten werden kürzer, der lästige Papierkram verschwindet und die Abläufe werden für Patientinnen und Patienten deutlich transparenter und moderner.

## Mehr Fokus im Behandlungszimmer: der DokuAssistent

Auch im Sprechzimmer selbst spielt die künstliche Intelligenz ihre Stärken aus. Als Ärztin oder Arzt möchte man seinen Patientinnen und Patienten in die Augen schauen – und nicht während des gesamten Gesprächs auf den Computermonitor starren. Hier hilft der DokuAssistent. Während des Gesprächs



©gettyimages

und der Untersuchung dokumentiert das smarte Tool die medizinischen Notizen automatisch mit. Im Nachgang muss die Dokumentation lediglich geprüft und mit einem Klick in die Patientenakte übernommen werden. Die Arzt-Patienten-Beziehung rückt dadurch wieder dorthin, wo sie hingehört: in den uneingeschränkten Mittelpunkt.

## Baukasten-System für die individuelle Praxis

Jede Fachrichtung und jede Praxis arbeitet anders. Deshalb ist CGM one kein starres System, sondern modular aufgebaut. Praxen können individuell entscheiden, welche Module für ihre Prozesse relevant sind. Diese lassen sich nahtlos mit der bestehenden Praxissoftware kombinieren oder als intelligentes Rundum-sorglos-Paket integrieren.

## Fazit: Digitalisierung, die menschlich macht

Die Transformation der Praxisverwaltung durch Plattformen wie CGM one zeigt eindrucksvoll: Intelligente Digitalisierung und künstliche Intelligenz ersetzen nicht den Menschen – sie entlasten ihn dort, wo Technik einfach schneller und strukturierter ist. Wenn Ärztinnen und Ärzte mehrere Stunden pro Woche durch Automatisierung einsparen, die MFA weniger Stress durch administrativen Aufwand haben und Patientinnen und Patienten ein modernes Service-Erlebnis genießen, dann ist das ein Gewinn für alle Seiten. So wird der Arztbesuch neu gedacht: hocheffizient im Hintergrund, aber mit maximaler menschlicher Zuwendung im direkten Kontakt. Ein echtes Miterleben moderner Medizin. ▀

Aus dem Fachbereich

Spezielle Schmerzmedizin

# Schmerzfrei durch Epiduroskopie

Ein bewährtes Verfahren bei chronischen Schmerzen

01  
26  
Hellersen Insight



**C**hronische Rückenschmerzen können den Alltag massiv einschränken und Betroffene oft verzweifeln lassen, wenn klassische Therapien nicht greifen. Eine innovative Methode zur Behandlung ist die Epiduroskopie – ein minimalinvasives Verfahren, das gezielt Verklebungen und Vernarbungen im Wirbelkanal sichtbar macht und behandelt.

Im Gespräch erklärt Dr. Wolfgang Welke, Chefarzt im Zentrum für Spezielle Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen, wie diese Technik funktioniert, wann sie angewendet wird und welche Chancen sie Patienten eröffnet.

Herr Dr. Welke, was genau passiert bei einer Epiduroskopie?

*Dr. Wolfgang Welke:* Bei der Epiduroskopie handelt es sich um ein minimalinvasives Verfahren zur Spiegelung des Wirbelkanals. Das bedeutet, dass wir mit einer sehr feinen Optik – einer sogenannten Fieberoptik – vom Kreuzbein aus den Wirbelkanal auf

einem Monitor darstellen können. So werden Verklebungen, Verwachsungen und Fibrosen, also krankhafte Bindegewebsverhärtungen, sichtbar gemacht und teilweise direkt behandelt. Auch Vernarbungen nach Bandscheibenoperationen oder Verengungen im Wirbelkanal können so erkannt werden.

## „In Deutschland gibt es nur wenige Zentren, die dieses Verfahren anbieten. Unser Schmerzzentrum an der Sportklinik Hellersen ist eines davon.“

**Dr. Wolfgang Welke**  
Chefarzt des Zentrums  
für Spezielle Schmerzmedizin

### Warum führen diese Vernarbungen zu Problemen?

*Dr. Wolfgang Welke:* Die Vernarbungen reizen oft die Hirnhaut im Bereich des sogenannten Hirnhautsacks bis ins Kreuzbein hinein. Dadurch entstehen häufig Reizzustände des Spinalnerves. Mit Hilfe der Epiduroskopie und einer anschließenden Katheterschmerztherapie können wir gezielt gegen diese Reizungen vorgehen.

### Können Sie ein Beispiel nennen, wie behandelt wird?

*Dr. Wolfgang Welke:* Mittlerweile sind die Fieberoptiken sehr klein und beweglich. Wir schieben die Optik durch ein Röhrchen, das im Kreuzbein platziert wird, bis zur betroffenen Stelle. Unter Druckspülung können wir die Nervenwurzel erreichen und Verklebungen lösen. Dabei helfen spezielle Fasszangen oder Ballonkatheter, um eingengten Nerven wieder Raum zu verschaffen. So lassen sich Schmerzen oft direkt lindern.

### Was ist der größte Vorteil dieses Verfahrens?

*Dr. Wolfgang Welke:* Die Epiduroskopie ist minimalinvasiv. Der Zugang erfolgt über einen Schnitt von nur fünf Millimetern. Über diesen wird das Röhrchen eingeführt, durch das die Endoskope arbeiten. So können wir sogar bis in den Halsbereich arbeiten. Anschließend legen wir gezielt einen Schmerzkatheter an der betroffenen Stelle ein. Dieser bleibt sieben Tage liegen, und zwei Mal täglich werden Infusionen, teilweise mit Cortison, verabreicht, um die Nervenschmerzen zu reduzieren. Es handelt sich also um eine gezielte Therapie bei gereizten Nervenwurzeln, insbesondere bei Fibrosen und Vernarbungen im Wirbelkanal.

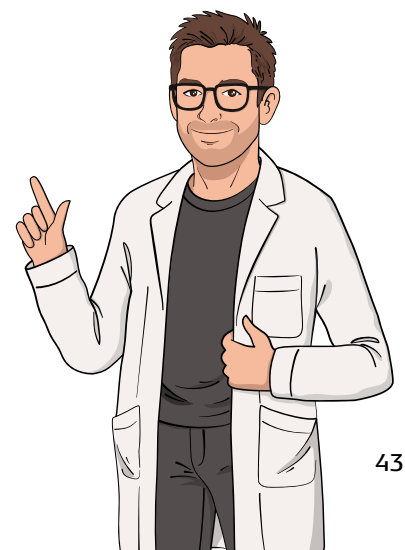


### Wie verbreitet ist die Methode in Deutschland?

*Dr. Wolfgang Welke:* In Deutschland gibt es nur wenige Zentren, die dieses Verfahren anbieten. Unser Schmerzzentrum an der Sportklinik Hellersen ist eines davon – mindestens in einem Umkreis von 250 Kilometern. Wir führen die Epiduroskopie bei etwa 200 bis 250 Patienten pro Jahr durch. ▀



Die Epiduroskopie ist eine innovative Methode zur Behandlung chronischer Schmerzen. In unserem Video erläutert Chefarzt Dr. Wolfgang Welke detailliert das Vorgehen.



# #TeamOP: Wenn Vertrauen Routine wird

Ein exklusiver Einblick in den OP-Saal



**E**s ist früher Morgen im OP. Schritte hallen über den Gang. Im OP-Saal werden Instrumente sorgfältig aufgedeckt, Geräte kontrolliert und Materialien griffbereit angeordnet. Jeder Handgriff sitzt, noch bevor der erste Patient in den Raum gebracht wird.

Zum OP-Team gehören viele unterschiedliche Aufgabenbereiche, die eng miteinander verzahnt sind. Die OP-Pflege, die Anästhesiepflege, der Operateur, der Anästhesist sowie Mitarbeiter in der Patientenversorgung arbeiten hier Hand in Hand.

Als Leiter der Sektion OP trägt Abdessamad Terach Verantwortung für die strukturellen Abläufe im Hintergrund. Er sorgt gemeinsam mit dem Team dafür, dass OP-Planung, Personaleinsatz und Zeitmanagement ineinandergreifen und jede Operation unter verlässlichen Bedingungen stattfinden kann.



„Ein OP funktioniert nur, wenn jede Position zuverlässig arbeitet“, erklärt er und betont: „Vom ersten Vorbereitungsschritt bis zum Abschluss des Eingriffs trägt jeder Verantwortung.“

Im OP-Saal zeigt sich diese Zusammenarbeit besonders deutlich. Der instrumentierende Mitarbeiter arbeitet steril am OP-Tisch, denkt den Eingriff voraus und reicht Instrumente im richtigen Moment an. Ein weiterer Mitarbeiter - der sogenannte Springer - organisiert im Hintergrund Materialien, dokumentiert und reagiert flexibel, wenn sich Situationen verändern. Der Anästhesiemitarbeiter begleitet den Patienten vom ersten Kontakt bis zum sicheren Aufwachen. Während des Eingriffs behält er die Vitalwerte im Blick und sorgt für Stabilität.

Nach einem abgeschlossenen Eingriff beginnt unmittelbar die Vorbereitung für die nächste Operation. Instrumente werden neu zusammengestellt, Materialien nachgelegt, der Saal vorbereitet. Parallel stimmen sich OP-Pflege, Anästhesie und Operateur über den nächsten Eingriff ab. Informationen zum Patienten, zum geplanten Verfahren und zu besonderen Anforderungen werden klar übergeben.

„Im OP reicht oft ein kurzer Blick“, beschreibt Abdessamad Terach den Alltag. „Wir kennen unsere Abläufe und wir kennen uns gegenseitig. Dieses Vertrauen ist entscheidend.“

Medizinische Verfahren entwickeln sich kontinuierlich weiter. Neue Operationstechniken, moderne Implantate und technische Systeme verändern auch die Anforderungen im OP. Deshalb spielt fachliche Weiterbildung eine zentrale Rolle. Mitarbeiter nehmen regelmäßig an Schulungen teil, vertiefen ihr Wissen in einzelnen Fachbereichen und machen sich mit neuen Instrumenten und Abläufen vertraut.

Ein besonderer Moment war die Übertragung einer Live-Operation zu einem internationalen Kongress in Kairo im November 2025. Sie verlangte höchste Konzentration und zeigte, wie geschlossen das #TeamOP



auch unter besonderen Bedingungen arbeitet. Die eigentliche Stärke zeigt sich jedoch im Alltag. Dort, wo jeder seine Aufgabe kennt und Abläufe zuverlässig ineinandergreifen.

### Christine Quinkert



Als langjähriges Mitglied des #TeamOP bringt Christine Quinkert seit über 17 Jahren ihre Erfahrung in den Operationsaal der Sportklinik Hellersen ein. Die ausgebildete Krankenschwester entdeckte während der Ausbildung ihre Leidenschaft für diesen Bereich: „Der Einsatz im OP hat mich während meiner Ausbildung sofort begeistert. Und mir war schnell klar: Das ist mein Bereich.“ Heute ist sie als Krankenschwester im OP für die Sterilität verantwortlich, stellt Instrumente und Geräte bereit und sorgt dafür, dass alle Abläufe reibungslos funktionieren. Besonders schätzt sie die Vielseitigkeit ihres Berufs: „Jeder einzelne Arbeitsschritt sitzt, greift ineinander und trägt zum Gesamterfolg bei. Genau diese Mischung aus Konzentration und körperlicher Arbeit motiviert mich jeden Tag.“



### Jacqueline Klöckner

Seit Oktober 2023 ist Jacqueline Klöckner Teil der Anästhesiepflege an der Sportklinik Hellersen. Nach ihrem Examen sammelte sie zunächst Erfahrung

in der Anästhesie, wechselte anschließend auf die Intensivstation und absolvierte eine zweijährige Fachweiterbildung in Anästhesie- und Intensivpflege. Bei ihrer täglichen Arbeit steht für sie besonders der menschliche Aspekt im Vordergrund: „Viele kommen sehr aufgeregt zu uns, und es ist schön, wenn man ihnen die Angst nehmen kann. Manche bedanken sich danach ausdrücklich, und das ist ein sehr schönes Gefühl.“ Auch hebt Jacqueline die enge Zusammenarbeit mit den verschiedenen Berufsgruppen im OP und die kollegiale Atmosphäre hervor: „Wir sind ein großes Team – nicht nur die Anästhesiepflege, auch die OP-Pflege, die Chirurgen, Orthopäden und die WIDI (Wirtschaftsdienste Hellersen) gehören dazu.“ Als alleinerziehende Mutter schätzt sie zudem die Flexibilität ihres Arbeitgebers, die ihr eine gute Vereinbarkeit von Beruf und Familie ermöglicht.

### Zeljka Jung

Seit dem 1. Juli 1991 ist Zeljka Jung Teil der Sportklinik Hellersen und bringt damit mehr als drei Jahrzehnte Erfahrung aus dem OP mit.

Als instrumentierende OP-Schwester ist sie in allen Fachabteilungen im Einsatz. Sie arbeitet sowohl am OP-Tisch als auch als Springer und steht in engem Austausch mit der Anästhesie. Je nach Tagesplanung wird sie dort eingesetzt, wo ihre Erfahrung besonders gefragt ist. Ihr Weg in den OP begann auf Empfehlung einer Kollegin aus der gemeinsamen Ausbildungszeit – eine Entscheidung, die sie bis heute nicht bereut. „Wir sind hier eine kleine, große Familie“, sagt sie über das #TeamOP der Sportklinik Hellersen.



Besonders wichtig ist ihr der starke Zusammenhalt im Team. Dieser zeigt sich nicht nur im täglichen Miteinander, sondern auch darin, dass alle Abläufe im OP konsequent auf das Wohl der Patienten ausgerichtet sind. Für sie steht fest: „Bei uns arbeiten Menschen, die zusammenhalten, und genau das macht den OP hier so besonders.“

### Eleni Krumminga

Seit dem 9. September 2019 gehört Eleni Krumminga zum OP-Team der Sportklinik Hellersen.

Bereits während ihrer Ausbildung zur Krankenschwester wusste sie, dass ihr beruflicher Weg in den OP führen würde. Besonders ein Einsatz im neurochirurgischen Bereich überzeugte sie: die klar strukturierten Abläufe, die hohe Konzentration im Team und die Vielfalt der Eingriffe bestätigten ihren Wunsch, im OP zu arbeiten.

Heute arbeitet sie als OP-Schwester in der Vor- und Nachbereitung der Operationen, kümmert sich um die Gerätepflege, unterstützt ihre Kollegen dabei, die Patienten in die richtige OP-Position zu bringen und instrumentiert gemeinsam mit ihren Kollegen. Der Wechsel zwischen instrumentierender Tätigkeit und Springerdienst ist dabei fester Bestandteil des Arbeitsalltags und sorgt für reibungslose Abläufe.

Besonders schätzt sie die spannende Arbeit im OP, die gute Stimmung im Team und die Möglichkeit zur fachlichen Weiterentwicklung. „Mit der gewissen Eigeninitiative macht die Arbeit hier umso mehr Spaß“, sagt sie. Regelmäßige Fort- und Weiterbildungen unterstützen sie dabei, sich in den verschiedenen Fachbereichen sicher und kompetent weiterzuentwickeln.





### Jennifer Mies

Jennifer Mies ist seit Juli 2021 Teil der Sportklinik Hellersen und arbeitet in der Anästhesiepflege. Nach vielen Jahren im Schichtdienst auf der Intensivstation ent-

schied sie sich bewusst für den OP-Bereich, mit dem Wunsch, mehr Zeit für ihre Patienten zu haben und sie in jeglicher Ausnahmesituation besser begleiten zu können.

Besonders wichtig ist ihr die Möglichkeit, Menschen nicht nur medizinisch, sondern auch menschlich zu begleiten. Darüber hinaus nennt sie die Wertschätzung der Patienten, die Abwechslung im Alltag und das starke Teamgefühl als zentrale Aspekte ihres Arbeitsplatzes. Für neue Kollegen hat sie einen klaren Rat: Auch wenn am Anfang vieles überwältigend wirkt, sollte man wissen, dass man nie allein gelassen wird. „Wir sind ein gutes Team, Fragen sind immer erlaubt.“



### Sarah Vagnoli

Seit Oktober 2024 ist Sarah Vagnoli Teil des Teams der Sportklinik Hellersen. Die ausgebildete OP-Assistentin ist heute im Bereich der Patientenversorgung tätig. Ihr Schwerpunkt liegt auf der sorgfältigen Vorbereitung und sicheren Positionierung der Patientinnen und Patienten im Rahmen operativer Abläufe.

Dabei arbeitet sie fachbereichsübergreifend und unterstützt die Teams dort, wo eine präzise Abstimmung und strukturierte Prozesse gefragt sind. Besonders bei komplexen Operationen, etwa in der Neuro- und Wirbelsäulenchirurgie, sind Erfahrung, Umsicht und ein eingespieltes Miteinander entscheidend.

Die Arbeit im medizinischen Umfeld hat sie bewusst gewählt. Verantwortung zu übernehmen, Abläufe mitzugestalten und Teil eines starken Teams zu sein, machen für sie den Unterschied.

Ihr Rat an alle, die sich für ein Tätigkeitsfeld rund um operative Strukturen interessieren: Ein Praktikum absolvieren, verschiedene Bereiche kennenlernen, Fragen stellen und offen für die besondere Teamkultur sein.

# Wenn die Brust zur Belastung wird

Wie Brustverkleinerung und Bruststraffung Beschwerden lindern und zu mehr Lebensqualität beitragen können

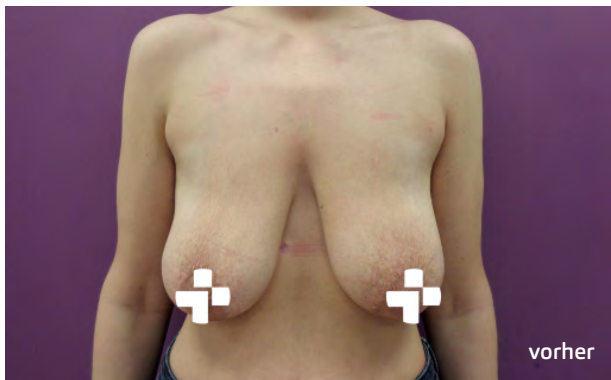


**R**ückenschmerzen, Druckstellen durch BH-Träger oder Hautreizungen unter der Brust: Für manche Frauen ist eine große oder abgesunkene Brust im Alltag eine Belastung. Bewegungen fallen schwerer, sportliche Aktivitäten werden vermieden und auch die Wirbelsäule kann durch das zusätzliche Gewicht dauerhaft beansprucht werden. In solchen Fällen kann eine plastisch-chirurgische Behandlung helfen, Beschwerden zu lindern und die Brustform zu verbessern.

„Viele Patientinnen kommen zu uns, weil sie ihre Brust nicht nur als ästhetisch störend empfinden, sondern diese tatsächlich körperliche Beschwerden verursacht“, erklärt Dr. Petra Scheffer, Chefärztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie. „Eine operative Korrektur kann hier häufig zu einer deutlichen Entlastung führen.“

## Brustverkleinerung: Entlastung für Rücken und Schultern

Eine sehr große Brust kann den Bewegungsapparat erheblich belasten. Nacken- und Schulterschmerzen sowie chronische Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten Beschwerden. Besonders die Wirbelsäule steht dabei unter erhöhter Belastung. Auch Druckstellen im Schulterbereich oder Hautreizungen in der Unterbrustfalte treten häufig auf.



Bei einer Brustverkleinerung wird überschüssiges Brustdrüsengewebe entfernt, um das Volumen und damit auch das Gewicht der Brust zu reduzieren. Dadurch kann sich die Belastung für Rücken und Schultern deutlich verringern. Viele Patientinnen berichten nach dem Eingriff über eine spürbare Erleichterung im Alltag und bei körperlicher Aktivität.

Während der Operation wird die Brust gleichzeitig neu geformt. Die Brustwarze wird auf eine anatomisch höhere Position versetzt und das verbleibende Gewebe so modelliert und gestrafft, dass eine harmonische Brustform entsteht. Das entfernte Gewebe wird routinemäßig untersucht, um mögliche krankhafte Veränderungen auszuschließen.

## Bruststraffung: Neue Form für erschlafftes Gewebe

Nicht immer ist die Größe der Brust das Hauptproblem. Häufig wünschen sich Patientinnen eine Korrektur, weil die Brust im Laufe der Zeit an Spannkraft verloren hat. Schwangerschaften, natürliche Alterungsprozesse oder auch eine deutliche Gewichtsabnahme können dazu führen, dass das Brustvolumen kleiner wird und überschüssige Haut zurückbleibt.

Bei einer Bruststraffung wird diese überschüssige Haut entfernt und die Brust neu modelliert, sodass sie wieder höher und straffer sitzt. Das vorhandene Brustgewebe bleibt dabei erhalten. Auch hier wird die Brustwarze in eine anatomisch günstigere Position versetzt.

Die gewählte Operationstechnik hängt vom Ausmaß der Hauterschaffung ab. Bei geringem Hautüberschuss kann eine Straffung um den Warzenhof aus-

reichen. Bei stärkerer Erschlaffung wird zusätzlich eine senkrechte Narbe zur Unterbrustfalte notwendig. In ausgeprägteren Fällen kann auch ein Narbenverlauf entlang der Unterbrustfalte entstehen.

## Heilung, Sensibilität und langfristiges Ergebnis

Die Heilungsphase verläuft bei beiden Eingriffen ähnlich. In den ersten sechs Wochen tragen Patientinnen einen speziellen Kompressions-BH über 24 Stunden, der die neue Form der Brust stabilisiert und die Heilung unterstützt. Körperlich belastende Tätigkeiten und intensiver Sport sollten in dieser Zeit vermieden werden. Vorübergehende Veränderungen der Sensibilität können auftreten, da während der Operation kleine Hautnerven durchtrennt werden. Diese wachsen im Verlauf der Heilung wieder in das Gewebe ein. In den meisten Fällen normalisiert sich das Gefühl im Bereich der Brust mit der Zeit. Auch die Stillfähigkeit bleibt in der Regel erhalten. Bei einer Bruststraffung werden die Milchdrüsen nicht verändert. Bei einer Brustverkleinerung bleibt die Verbindung zur Brustwarze in der Regel bestehen, auch wenn ein Teil des Drüsengewebes entfernt wird.

Das endgültige Ergebnis entwickelt sich schrittweise. Schwellungen und Verhärtungen gehen zurück und das Gewebe wird wieder weich. In der Regel ist das Resultat nach etwa vier bis sechs Monaten vollständig sichtbar. Für viele Patientinnen bedeutet der Eingriff daher nicht nur eine Veränderung der Körperform, sondern auch eine spürbare Verbesserung ihres Wohlbefindens.

## Aus dem Fachbereich

### Sportmedizin

# KI im Sport: Der Schlüssel liegt in der Verbindung von digitaler Innovation und menschlicher Expertise

Sportwissenschaftler Andreas Kramer  
über Potenziale und Grenzen der künstlichen Intelligenz

**K**ünstliche Intelligenz (KI) dominiert den Alltag. Ob im Berufsleben oder für Freizeittipps und andere Fragen, die KI ist allgegenwärtig. Auch im Sport hat sie längst Einzug gehalten. Das betrifft den Spitzensport gleichermaßen wie den Freizeit- und Breitensport.

Andreas Kramer, Sportwissenschaftler in der Sportmedizin Hellersen, kann diesen Trend gut nachvollziehen. „Die KI ist ein guter Impulsgeber. Sie kann detaillierte Trainingspläne erstellen, sportliche Aktivitäten gezielt anpassen und planen und auch eine gezielte Regenerationsanalyse bieten. KI verändert grundlegend, wie Menschen heute trainieren“, erklärt Andreas Kramer. Aber er muss auch ganz klar auf die Grenzen der KI hinweisen und wo Risiken bestehen.



Im Breitensport übernehmen smarte Anwendungen die Rolle eines digitalen Coaches. Basierend auf Leistungswerten, aktueller Verfassung oder sogar Schlaf- und Stressindikatoren erstellen sie personalisierte Trainingsprogramme, analysieren Fortschritte und liefern motivierendes Feedback. „Gerade für Sportlerinnen und Sportler ohne direkten Zugang zu professioneller Betreuung kann das eine wertvolle Unterstützung sein“, führt der Sportwissenschaftler weiter aus.



**„Die KI ist ein guter Impulsgeber. Dennoch kann künstliche Intelligenz menschliche Expertise nicht ersetzen.“**

**Andreas Kramer**  
Sportwissenschaftler in der Sportmedizin Hellersen

Auch im Leistungssport wächst die Bedeutung von KI – insbesondere bei der Auswertung großer Datenmengen. Systeme erfassen GPS-, Video- und Biosignale, um Trainingsprozesse, Belastungsverteilung und taktische Entscheidungen zu optimieren. Wearables, also auch Smartwatches, mit integrierter KI liefern dabei präzise Echtzeitanalysen zu Parametern wie Herzfrequenz, Leistungsveränderungen oder Erholungsstatus. „Auf dieser Grundlage lassen sich Trainingsreize gezielter steuern und Überlastungen frühzeitig vermeiden“, erklärt Andreas Kramer. „Dennoch kann künstliche Intelligenz menschliche Expertise nicht ersetzen. Erfahrung, Empathie, Intuition und situatives Handeln bleiben zentrale Elemente erfolgreicher Trainingsbegleitung“, ergänzt er. Ein wichtiger Aspekt ist zudem die vorherige körperliche Einschätzung der Sportler und insbesondere die Berücksichtigung von Vorerkrankungen. In solchen Fällen ist das Abklären mit einem erfahrenen Trainingswissenschaftler oder einem Arzt unverzichtbar. Darüber hinaus seien auch mögliche Fehlerquellen in der Dateninterpretation der KI sowie eine übermäßige Abhängigkeit von automatisierten Empfehlungen zu berücksichtigen. So kann etwa eine KI-basierte Analyse bei fehlerhaften Daten zu falschen Trainingsvorgaben führen – besonders dann, wenn Erschöpfung oder Überforderung nicht als solche erkannt werden. Die Hersteller von Wearables geben sehr oft keine Auskunft darüber, wie Daten verarbeitet werden und Empfehlungen zustande kommen. „Es ist ein wenig wie mit Autopilot zu fahren. Würde man sich voll und ganz darauf verlassen, wenn es um die Gesundheit geht?“



Andreas Kramer fasst zusammen: „KI kann im Sport eine sinnvolle Ergänzung sein. Die Zukunft des Trainings liegt in der Verbindung aus digitaler Präzision und menschlicher Expertise und Feingefühl.“



Mit ihrer ausgewiesenen Expertise begleiten die Sportwissenschaftler und Mediziner der Sportmedizin Hellersen Sportlerinnen und Sportler aller Leistungskategorien umfassend und verantwortungsvoll. Sie unterstützen dabei, Erkrankungen auszuschließen oder bei Trainingsempfehlungen gezielt zu berücksichtigen, Leistungsreserven strukturiert zu erschließen oder einen sicheren Wiedereinstieg in den Sport zu gestalten. Grundlage jeder Trainingsplanung ist dabei stets der individuelle Leistungs- und Gesundheitszustand. Der Mensch wird ganzheitlich betrachtet – mit seinen persönlichen Voraussetzungen, Entwicklungsvorstellung und Belastungsgrenzen. Ziel ist es, für jede und jeden ein individuell angemessenes Trainingskonzept zu entwickeln, das Fehleinschätzungen vermeidet, Überforderung vorbeugt und eine nachhaltige, gesunde Leistungsentwicklung ermöglicht.

Aus dem Fachbereich

Endoprothetik

# Schwung in der Hüfte verlängert die Haltbarkeit

Dr. Stefan Schmidl, Chefarzt im Zentrum für Künstlichen Gelenkersatz, erklärt, warum Bewegung auch mit einer Endoprothese wichtig ist



**J**eder kennt die Redewendung: Wer rastet, der rostet. Doch was ist wirklich dran an dieser Floskel? Als Spezialist für künstlichen Gelenkersatz weiß Dr. Stefan Schmidl sehr genau, wie wichtig Aktivität für die Gelenke ist. Und er bestätigt: Sowohl für die eigenen als auch für die künstlichen Gelenke ist Bewegung das A und O. Ein Gelenk ist dafür gebaut, dass es bewegt wird. Wichtig ist jedoch, dass dies immer individuell für den Patienten angemessen ist. „Bewegung ist generell wichtig für Muskeln, Gelenke und das Herz-Kreislauf-System. Schon vor einer Operation sollte die Muskulatur trainiert werden, um die Stabilität im Gelenk zu erhalten. Diese Stabilisierung beugt Beschwerden vor und erleichtert die Zeit nach der Operation“, erklärt er.

Studien belegen, dass eine geeignete Bewegung die Prothese sogar länger erhalten kann als eine völlige Schonung. Grund dafür ist, dass dies die Muskulatur stärkt und diese für den Halt im Gelenk sorgt. Knie und Hüfte unterscheiden sich jedoch in der Belastung. Während das Hüftgelenk ein relativ einfaches Kugelgelenk ist, das in alle Richtungen – in den erlaubten Bewegungsgrenzen – frei bewegt werden kann, ist das Kniegelenk deutlich komplizierter.



**„In individuellen Nachbesprechungen klären wir, welche Sportarten**

**und welcher Zeitpunkt für die Wiederaufnahme des Sports passend sind.“**

**Dr. Stefan Schmidl**

Chefarzt Zentrum für Künstlichen Gelenkersatz

Neben der Beugung und Streckung treten komplexe Roll- bzw. Gleit- sowie Rotationsbewegungen in allen erdenklichen Kombinationen auf. Auch ist der Weichteilmantel deutlich dünner und es gibt eine straffe Führung von Bändern, die in den gesamten Bewegungsablauf eingreifen.

### **Eine trainierte Muskulatur gibt dem Gelenk Halt**

Diese Erkenntnisse haben dazu geführt, dass die Mobilisation der Patienten heute bereits am OP-Tag beginnt. „Patienten stehen in der Regel noch am OP-Tag unter Anleitung des Physiotherapeuten auf. Ziel dieser Maßnahme ist, die Beweglichkeit des Gelenks zu erhalten, Verklebungen und Vernarbungen zu vermeiden, den Kreislauf anzuregen und mögliche Komplikationen nach einer Operation – wie zum Beispiel eine Thrombose, Embolie oder Lungenentzündung – dadurch vorzubeugen. Darüber hinaus trägt die frühe Mobilisation zur späteren Schmerzreduktion bei“, sagt Dr. Stefan Schmidl.

### **Belastung der Prothese**

Beim Sport wirken auf Hüft- und Knieprothesen Kräfte, die ein Vielfaches des Körpergewichts betragen. Zum Beispiel:

- Gehen: 2,5–5x Körpergewicht auf der Hüftprothese
- Joggen: 7x Körpergewicht
- Skifahren: bis 8x Körpergewicht

In individuellen Nachbesprechungen wird geklärt, welche Sportarten und welcher Zeitpunkt passend sind. Schmerzen oder Schwellungen sind Warnsignale und sollten ärztlich abgeklärt werden.

Auch im weiteren Verlauf ist die Aktivität wichtig, muss jedoch immer individuell auf den Patienten abgestimmt werden. Dies bezieht sich schon allein auf die Wiederaufnahme des Sports nach einer OP und auch die Art des Protheseneinsatzes ist hier zu unterscheiden – es gibt zementierte Implantate und zementfreie. Zementierte Implantate sind sofort stabil, zementfreie müssen erst fest einwachsen. Dies kann mehrere Monate in Anspruch nehmen – jedoch ist auch hier eine Vollbelastung möglich. Jüngere Patienten erhalten häufiger zementfreie Prothesen, da der Knochen noch ein hohes Regenerationspotential hat und die Prothese gut einwachsen kann. Dieses ist ab einem gewissen Knochenalter und je nach Stoffwechsellage nicht mehr so gut gegeben. Wichtig ist immer die richtige Verankerung der Prothese für den richtigen Knochen.

„In individuellen Nachbesprechungen klären wir, welche Sportarten und welcher Zeitpunkt passend sind. Hat jemand Schmerzen oder Schwellungen – auch noch deutlich nach der Operation – sind dies Warnsignale, die ärztlich abgeklärt werden sollten“, erklärt der Chefarzt.

Eine Endoprothese ist zudem ein Ersatzteil und kann Verschleißerscheinungen wie Abrieb, Lockerungen oder Brüche aufweisen. Daher spielen Gewicht und Knochenqualität hier eine wichtige Rolle.



**„Die Entscheidung ist individuell und am Ende auch immer die Entscheidung des Patienten, seine geliebte Sportart fortzuführen oder darauf zu verzichten.“**

**Dr. Stefan Schmidl**  
Chefarzt Zentrum für Künstlichen Gelenkersatz

Ein BMI über 40 kann aufgrund der erhöhten Belastung der Gelenke zu früheren Lockerungen führen. Und auch bei einigen Sportarten wirken Kräfte auf die Gelenke, die ein Vielfaches des Körpergewichtes betragen, weshalb dies bei der Wahl des Sportes mit Endoprothese unbedingt beachtet werden sollte. So wird zwischen gelenkfreundlichen beziehungsweise empfohlenen und nicht geeigneten oder empfohlenen Sportarten unterschieden. Diese Sportarten sind nicht zu empfehlen, da hier das Risiko für Knochenbrüche oder Lockerungen höher ist, insbesondere für Stürze und Zusammenstöße. „Die Entscheidung ist jedoch individuell und am Ende auch immer die Entscheidung des Patienten, seine geliebte Sportart fortzuführen oder darauf zu verzichten“, sagt Dr. Stefan Schmidl.



### Empfehlenswerte Sportarten (Low-Impact):

- Aqua-Jogging
- Wandern
- Dart
- Golf
- Gehen/Laufen
- Radfahren
- Rudern
- Tennis-Doppel
- Tanzen
- Nordic Walking

Diese Sportarten belasten die Prothese gleichmäßig und minimieren Spitzenbelastungen.



### Nicht empfohlene Sportarten (High-Impact):

- Fußball, Basketball, Handball, Eishockey (Kontaktsportarten)
- Alpines Skifahren, Snowboarden

Hier steigt das Risiko für Knochenbrüche oder Lockerungen, insbesondere bei Stürzen oder Zusammenstößen. Die Entscheidung ist jedoch individuell und kann bei erfahrener Technik und Akzeptanz des Risikos angepasst werden.



Die Spezialklinik  
für Orthopädie,  
Unfallchirurgie,  
Sportmedizin und  
Endoprothetik.

## #TeamHellersen sucht Menschen für Menschen.

Die Sportklinik Hellersen ist bundesweit eine der führenden Spezialkliniken für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik. Unser **#TeamHellersen** steht für ein familiäres Haus mit einer langen Tradition und großen Expertise – seit 75 Jahren.

Unser Fokus: Die Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten wiederherzustellen, zu erhalten und zu fördern. Unsere DNA: Wir gemeinsam – von Mensch zu Mensch. Denn nur gemeinsam können wir den Klinikgästen unsere geballte Spitzenleistung bieten – sowohl medizinisch als auch menschlich.

Zu unseren medizinischen Kompetenzen gehören die Behandlung von orthopädischen Verletzungen und Erkrankungen, die Implantation von Endoprothesen sowie die Sportmedizin. Die Spezielle Schmerzmedizin sowie die Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie runden das Klinikspektrum ab.

- **Facharzt für Anästhesiologie (m/w/d)**
- **Facharzt für Allgemeinmedizin oder Facharzt für Innere Medizin (m/w/d)**
- **Assistenzarzt Orthopädie und Unfallchirurgie (m/w/d)**
- **Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)**
- **Operationstechnischer Assistent (m/w/d)**
- **Chirurgisch-technischer Assistent (m/w/d)**
- **Gesundheits- und Krankenpfleger für den OP (m/w/d)**
- **OP-Helfer / OP-Assistenz (m/w/d)**
- **Informatiker / Medizininformatiker (m/w/d)**
- **Auszubildende Kaufleute für Büromanagement (m/w/d)**
- **Duale Studenten - Gesundheitsmanagement**

■ Sportklinik Hellersen  
Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2031  
Fax 02351 945-2131  
karriere@hellersen.de

Folgen Sie uns auf

 [facebook.com/sportklinikhellersen](https://facebook.com/sportklinikhellersen)

 [instagram.com/sportklinikhellersen](https://instagram.com/sportklinikhellersen)

Weitere aktuelle Stellenanzeigen finden Sie auf  
[www.karriere.hellersen.de](http://www.karriere.hellersen.de)

# Hellersen. Insight

Das Magazin der  
Sportklinik Hellersen

—  
01.2026



JAHRE · YEARS  
1946 – 2026

Kostenlos  
für Sie zum  
Mitnehmen!

## Zwischen Spitzensport und Klinikalltag

Wie Dr. Tobias Schmenn zwei Vollzeitberufe  
zu seiner Leidenschaft macht



# Gemeinsam stark.

## Ihre Gesundheit in den besten Händen.

Schmerzen im Bewegungsapparat? Probleme beim Laufen oder bei Armbewegungen? Unsere Fachärzte des Medizinischen Versorgungszentrums der Sportklinik Hellersen sind für Sie da. Wir bieten ein breites Leistungsspektrum in den Bereichen Orthopädie, Neurochirurgie, Unfallchirurgie, Anästhesiologie und Sportmedizin.

**Praxis für Neurochirurgie in der Sportklinik Hellersen**

Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2106  
Fax 02351 945-2109  
mvz.neuro@hellersen.de

**Praxis für Orthopädie in der Sportklinik Hellersen**

Paulmannshöher Str. 17  
58515 Lüdenscheid  
Tel. 02351 945-2100  
Fax 02351 945-2104  
mvz.ortho@hellersen.de

**Praxis für Orthopädie in Lüdenscheid-Mitte**

Knapper Straße 34  
58507 Lüdenscheid  
Tel. 02351 787-3992  
Fax 02351 787-3994  
mvz-ks@hellersen.de

**Praxis für Chirurgie und Unfallchirurgie in Lüdenscheid-Mitte**

Wilhelmstraße 1  
58511 Lüdenscheid  
Tel. 02351 2327-3  
Fax 02351 3805-12  
mvz-ws@hellersen.de

**Praxis für Orthopädie und Unfallchirurgie**

Nordengraben 8  
58636 Iserlohn  
Tel. 02371 1297-1  
Fax 02371 2962-0  
mvz-ng@hellersen.de

**Praxis für Anästhesiologie in Lüdenscheid-Mitte**

Rathausplatz 23  
58507 Lüdenscheid  
Tel. 02351 3999-4  
Fax 02351 3999-5  
mvz-rp@hellersen.de

**Praxis für Orthopädie und Sportmedizin**

Wallstraße 31  
58638 Iserlohn  
Tel. 02371 7868-49  
Fax 02371 7868-56  
mvz-wall@hellersen.de

Bei uns stehen Sie als Patient im Mittelpunkt. Unsere Fachärzte nehmen sich viel Zeit für eine gründliche Diagnostik und eine auf Sie abgestimmte Therapie. Durch die direkte Anbindung an die Sportklinik Hellersen ist eine stationäre Weiterbehandlung auf Wunsch jederzeit schnell und effizient möglich.

## Insight

Aus unserer Klinikwelt



### Zwischen Spitzensport und Klinikalltag

Wie Dr. Tobias Schmenn zwei Vollzeitberufe  
zu seiner Leidenschaft macht

**D**as Länderspiel scheint entschieden. Doch dann stürzt eine Spielerin. Sie bleibt auf dem Boden sitzen und hält sich das Knie. Dr. Tobias Schmenn blickt kurz zum Schiedsrichter – das Zeichen kommt, und im nächsten Moment läuft er von der Seitenlinie, wo er das Spiel verfolgt hat, auf das Spielfeld. Mit geübten Handgriffen tastet er das Gelenk ab, prüft Schmerzempfinden, Stabilität und Beweglichkeit, stellt kurze Fragen. Die Abläufe sind eingespielt, die Handgriffe präzise. Innerhalb weniger Augenblicke trifft er eine medizinische Einschätzung.

Kann sie weiterspielen? Ist eine sofortige Auswechslung notwendig? Entscheidungen wie diese trifft er auf Basis von Erfahrung, Fachwissen und einem klaren inneren Kompass: Die Gesundheit steht immer an erster Stelle.

Seit 2021 begleitet Dr. Tobias Schmenn die deutsche Frauen-Nationalmannschaft als Mannschaftsarzt. Wenn er vom Spielfeldrand auf das Feld läuft, wird

es ernst. Dann verdichtet sich seine Aufgabe auf das Wesentliche – schnell analysieren, präzise handeln, verantwortungsvoll entscheiden. Es geht um Vertrauen, um Sicherheit, um die Frage, ob eine Spielerin weitermachen kann oder ob ihre Gesundheit Vorrang haben muss. Der Druck ist hoch, die Zeit knapp. Doch genau diese Klarheit und Konzentration prägen auch seinen Alltag fernab des Spielfelds.



## Es geht um das große Ganze – darum, dass aus vielen einzel- nen Behandlungswegen ein stimmiges System entsteht.

**Dr. Tobias Schmenn**  
Ärztlicher Direktor und Medical Operations  
Coordinator

In seinem Hauptberuf ist der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie an der Sportklinik Hellersen tätig. Dort trägt er seit Anfang 2026 als Ärztlicher Direktor Verantwortung für das medizinische Gesamtgefüge des Hauses. Eine Rolle, die weniger sichtbar ist als der Sprint über den Rasen – aber nicht weniger bedeutend.

Als Ärztlicher Direktor ist Dr. Tobias Schmenn Bindeglied und Impulsgeber zugleich. Anders als in vielen Krankenhäusern ist diese Position in der Sportklinik Hellersen nicht an eine Chefarztfunktion gekoppelt. Das schafft Freiraum für das, was ihm besonders wichtig ist: übergreifend zu denken. Zwischen medizinischen Fachabteilungen, Pflege, Verwaltung und Geschäftsführung vermittelt er, moderiert Prozesse und entwickelt gemeinsam mit den Teams tragfähige Strukturen. Sein Anspruch: medizinische Qualität

sichern und gleichzeitig Abläufe so gestalten, dass sie den wachsenden Anforderungen standhalten. Denn das Gesundheitssystem befindet sich im Wandel. Leistungen werden zunehmend gebündelt, spezialisierte Kliniken übernehmen mehr Fälle. Mehr Verantwortung, mehr Koordination, mehr Abstimmung – bei gleichbleibenden personellen und räumlichen Ressourcen. In dieser Situation sind klare Strukturen kein Luxus, sondern Voraussetzung.

Hier kommt die zweite Leitungsfunktion von Dr. Tobias Schmenn ins Spiel: Als Medical Operations Coordinator der Sportklinik Hellersen behält er die organisatorischen Abläufe im Blick. Er unterstützt die Abteilungsleitungen bei strategischen Fragen, denkt Prozesse weiter und bewirkt, dass stationäre Versorgung und die angebundene Medizinischen Versorgungszentren in Zukunft noch besser ineinandergreifen. Es geht um das große Ganze – darum, dass aus vielen einzelnen Behandlungswegen ein stimmiges System entsteht.

## Erfolg ist Teamarbeit. Weder im OP noch im Stadion gewinnt man allein.

**Dr. Tobias Schmenn**  
Ärztlicher Direktor und Medical Operations Coordinator

Was ihn dabei antreibt, ist ein Gedanke, der sich wie ein roter Faden durch alle Bereiche seines Lebens zieht: Erfolg ist Teamarbeit. Weder im OP noch im Stadion gewinnt man allein. Im Stadion bleiben für eine Entscheidung oft nur Sekunden. In der Klinik sind es manchmal Stunden oder Tage – doch das Prinzip ist dasselbe: Verantwortung braucht Klarheit. Klare Kommunikation, definierte Zuständigkeiten und Vertrauen ins Team. Was im Profifußball über Sieg oder Niederlage entscheidet, sichert im Klinikalltag Qualität und Patientensicherheit.

Umgekehrt profitiert auch seine Arbeit am Spielfeldrand vom Klinikalltag. Die tägliche Arbeit in einem hochspezialisierten Klinikbetrieb gibt ihm die fachliche Tiefe und Sicherheit, am Spielfeldrand in Sekunden Risiken richtig einzuschätzen. Was im Stadion wie eine spontane Entscheidung wirkt, ist das Ergebnis klinischer Erfahrung.

Zwischen Klinikflur und Stadion liegen Welten – und doch ähneln sie sich überraschend. In beiden geht es um Menschen, um Gesundheit, um Verantwortung. Und immer um Vertrauen. Dieses Vertrauen trägt auch sein privates Umfeld. Familie, Kollegen – sie alle sind Teil eines Netzwerks, das es ihm ermöglicht, die unterschiedlichen Rollen auszufüllen. Struktur, gegenseitiges Verständnis und ein starkes Team im Hintergrund machen den Spagat zwischen Klinikleitung und Spitzensport erst möglich.

Wenn das Flutlicht erlischt und der Kliniktag endet, bleibt eines konstant: der Anspruch, Verantwortung zu übernehmen. Ob im Konferenzraum der Klinik oder auf dem Rasen – für Dr. Tobias Schmenn zählt am Ende dieselbe Haltung: gemeinsam im Team zu handeln. ▀

## Zwischen Klinikflur und Stadion liegen Welten – und doch ähneln sie sich überraschend. In beiden geht es um Menschen, um Gesundheit, um Verantwortung. Und immer um Vertrauen.

**Dr. Tobias Schmenn**

Ärztlicher Direktor und Medical Operations Coordinator



## Kurzporträt

**Dr. Tobias Schmenn**

Ärztlicher Direktor, Medical Operations Coordinator,  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie



In der Sportklinik Hellersen sind gleich mehrere Mannschafts- und Verbandsärzte tätig. Dies spricht für eine hohe fachliche Kompetenz in Lüdenschaid. Einer von ihnen ist Dr. Tobias Schmenn, der seit 2021 den Posten als Mannschaftsarzt der Frauen Nationalmannschaft innehat.

Seit 2012 ist er fester Bestandteil des Sportklinik-Ärzteteams und übernahm 2018 die Position als Oberarzt im Zentrum für Künstlichen Gelenkersatz. Bereits während seines Medizinstudiums entwickelte er den Wunsch, eines Tages in der Lüdenscheider Spezialklinik zu arbeiten. Nach einem kurzen Wechsel in den ambulanten Sektor in Dortmund kehrte er daher 2024 als Medical Operations Coordinator an die Sportklinik Hellersen zurück. In dieser Funktion koordiniert er die medizinischen Abläufe der Klinik und des angeschlossenen MVZ und fungiert als Bindeglied zwischen Medizinern, Pflege und Geschäftsleitung. Seit Januar 2026 ist Dr. Tobias Schmenn zudem Ärztlicher Direktor.

„Die Qualität eines Teams zeigt sich in der Einstellung der Mitglieder – der Ehrlichkeit, dem gegenseitigen Respekt und dem Bemühen, Verständnis zu entwickeln.“

**Dr. Tobias Schmenn**

Ärztlicher Direktor, Medical Operations Coordinator,  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,  
Sportmedizin

### Vita

- Medizinstudium an der Philipps-Universität Marburg
- 2009 Klinik Dortmund
- 2012 Zentrum für Unfallchirurgie und Orthopädie, HELIOS Klinik Wuppertal
- August 2012 Sportklinik Hellersen
- 2018 – 2023 Oberarzt Zentrum für künstlichen Gelenkersatz, Sportklinik Hellersen
- 2022-2024 Facharzt Prävent Centrum Dortmund
- August 2024 Medical Operations Coordinator und Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin, Sportklinik Hellersen und MVZ Hellersen
- seit Januar 2026 Ärztlicher Direktor, Sportklinik Hellersen

## 3 Fragen an...

Dr. Tobias Schmenn



### Wo sehen Sie die Sportklinik Hellersen in fünf Jahren?

*Dr. Tobias Schmenn:* Ich sehe die Sportklinik Hellersen als einen Standort, an dem der ambulante und der stationäre Bereich noch enger miteinander verzahnt sind. Ziel ist es, dass Patientinnen und Patienten ohne Umwege durch unsere Strukturen geführt werden und Abläufe klar, verständlich und gut abgestimmt sind. Prozessoptimierung und eine sinnvolle Digitalisierung werden dabei eine zentrale Rolle spielen, um medizinische Qualität und effiziente Organisation miteinander zu verbinden.

### Welche Rolle spielt Teamarbeit für Sie sowohl in der Klinik als auch im Profisport?

*Dr. Tobias Schmenn:* Teamarbeit ist für mich die zentrale Voraussetzung für Erfolg. Weder im Krankenhaus noch im Profisport kann eine einzelne Person das große Ganze tragen. Erst wenn alle Beteiligten, von der Pflege über den ärztlichen Dienst bis hin zur Organisation, gemeinsam an einem Ziel arbeiten, entsteht Stabilität und Leistungsfähigkeit.

### Was ist Ihnen im täglichen Miteinander in der Sportklinik Hellersen besonders wichtig?

*Dr. Tobias Schmenn:* Mir ist eine offene und wertschätzende Kommunikation besonders wichtig. Nur wenn man versucht, die Situation und die Perspektive des Gegenübers zu verstehen, lassen sich Herausforderungen gemeinsam lösen. Ein respektvolles Miteinander schafft Vertrauen und ist die Grundlage für eine gute Zusammenarbeit im Klinikalltag.