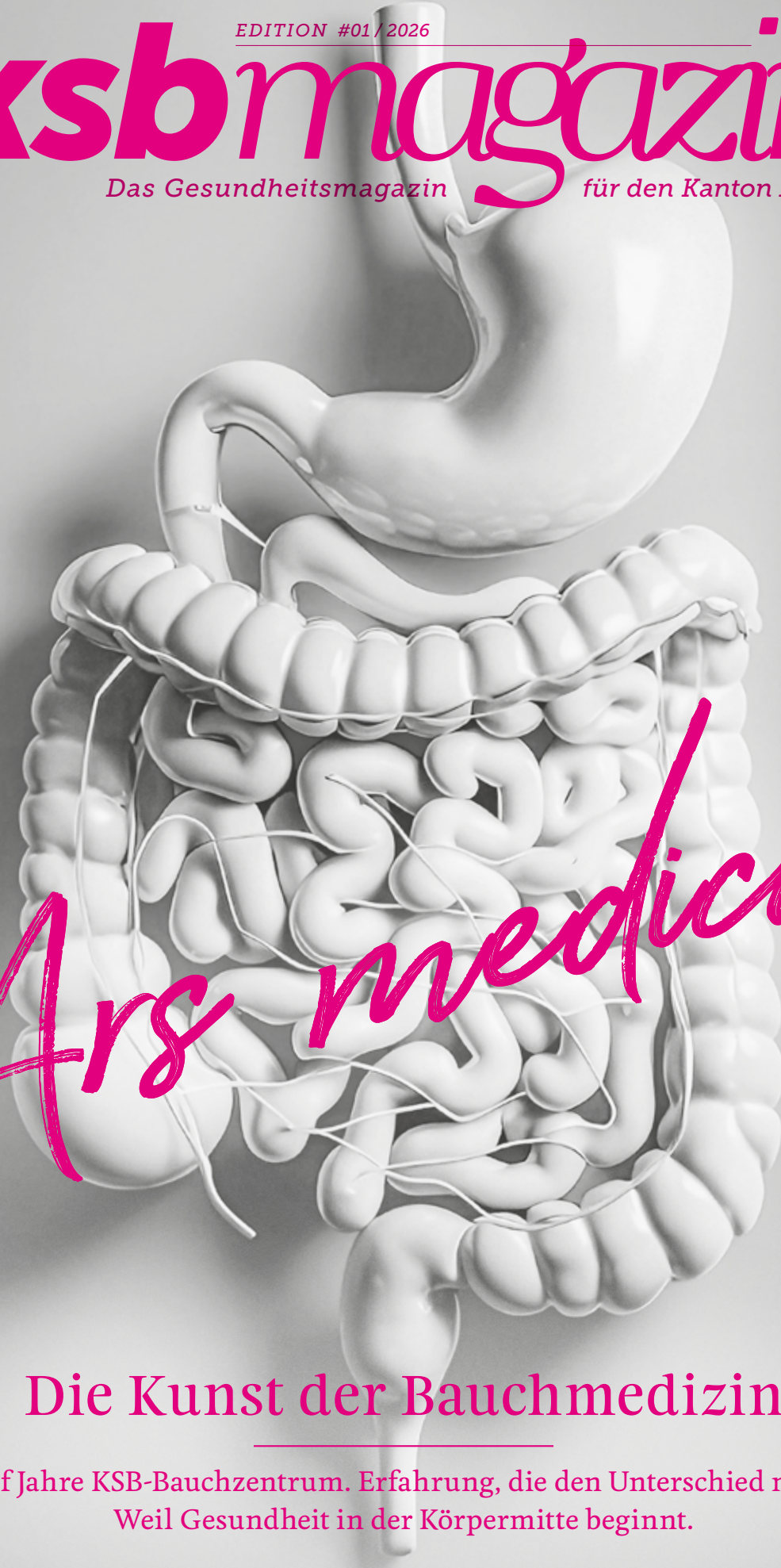




EDITION #01 / 2026

*ksb*magazin

Das Gesundheitsmagazin für den Kanton Aargau

Ars medica

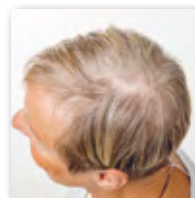
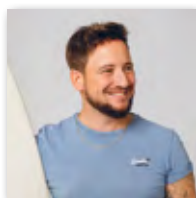
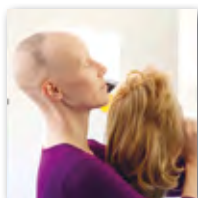
Die Kunst der Bauchmedizin

Fünf Jahre KSB-Bauchzentrum. Erfahrung, die den Unterschied macht.
Weil Gesundheit in der Körpermitte beginnt.

Haar- verlust?

Wir helfen!

Haargenau, was ich mir wünsche.



Diskret



Bequem



Zugänglich

Seit 2008
DIN EN
ISO 9001
zertifiziert

Seit über 50 Jahren der Zweithaarspezialist in der Schweiz

The Hair Center | Graben 8 | 5000 Aarau

062 824 88 88 | www.thehaircenter.ch

« Wir sind in der Lage, jedes einzelne Haar und jede Strähne in jeder Farbe an den richtigen Ort und in der richtigen Form und Wellung zu setzen und auf jede nur erdenkliche Kopfform anzupassen. »

Seit über 50 Jahren beraten wir Damen, Herren und Kinder.



VERTRAUEN, DAS BERÜHRT

1937 Babys sind 2025 am KSB geboren worden – so viele wie noch nie. Und doch ist jede Geburt einzigartig. Unse-

re Mitarbeitenden begleiten werdende Eltern mit hoher Fachkompetenz, grossem Engagement und viel Herz durch diesen besonderen Moment.

Das Vertrauen der Familien bestätigt uns: 96 Prozent würden das KSB weiterempfehlen, die Betreuung wird mit 4,5 von 5 Punkten bewertet. «Alle Personen waren sehr freundlich und

sehr kompetent, dies in Kombination mit einem Ort, an dem man sich wohlfühlt und gut isst», berichtet eine junge Mutter auf Swiss Qualiquiest.

Solche Rückmeldungen sind für uns Ansporn und Verpflichtung zugleich: Wir setzen alles daran, unsere hohe Qualität auch in Zukunft zu sichern und weiterzuentwickeln. ☑

Inhalt

01 | 2026

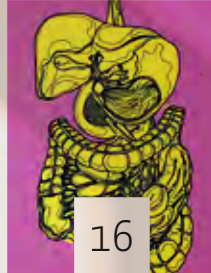
Die Kunst der Bauchmedizin



10

Pingpong der Worte

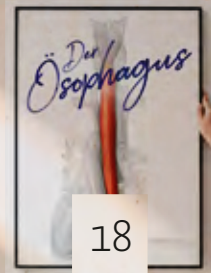
Zum Jubiläum des KSB-Bauchzentrums liefern sich Chirurgie und PR einen verbalen Schlagabtausch.



16

Die Kunst der Medizin

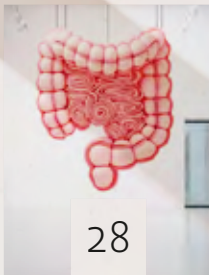
Rekordzahlen, Hightech-OPs und gelebte Teamarbeit: Das Bauchzentrum feiert sein Fünffjähriges.



18

Mehr als ein Rohr

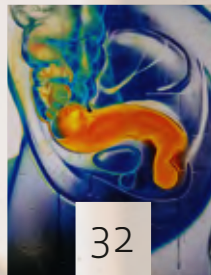
Warum Trinken im Handstand klappt und die Speiseröhre Schutz verdient, erklärt Chirurg Pascal Herzog.



28

Spielmacher in der Mitte

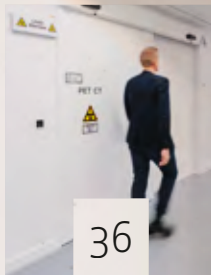
Gastroenterologe Matthias Froh erklärt, warum Gelassenheit und gesunde Ernährung dem Darm guttun.



32

Ein Tabu zu viel

Von wegen das Allerletzte: Beim Enddarm muss genau hingeschaut werden.



36

Ganz ohne Tumor!

Vom Zufallsbefund zur Lebensrettung: Der persönliche Weg durch die Medizin im KSB.

Immer wieder gut

35 | Aus dem Archiv

Ein Schuss, ein Loch, ein Durchbruch: Wie 1822 das Innere des Bauchs entschlüsselt wurde.

45 | Hausgemachtes

Mmmh, lecker! Ernährungsberaterin Ursula Schulz verrät, was den Darm stark macht.

48 | Zahlen, bitte!

100 Millionen Neuronen, 30 Billionen Bakterien: Darum ist der Darm unser zweites Gehirn.

Klein, aber fein

06 | News 47 | Gewusst? 50 | Kolumne 52 | KSB-Quiz



Pascal Cotrotzo
CEO Kantonsspital Baden AG

Wenn das Bauchgefühl stimmt

Herr Cotrotzo, sind Sie ein Bauchmensch? (lacht) Naja, mein Sixpack ist ziemlich gut gepolstert. Entscheidungen treffe ich grundsätzlich auf Basis rationaler Analysen. Aber...

Aber? Wissenschaftlich ist erwiesen, dass in unserem Darm eine Art zweites Gehirn sitzt, das eine wichtige Rolle für unseren Gefühlshaushalt spielt. Der Volksmund weiss das schon lange: Schlechte Nachrichten schlagen auf den Magen, man hat eine Mordswut im Bauch oder Verliebte spüren Schmetterlinge im Bauch. Die Bedeutung des Bauchs kann man also kaum überschätzen. Insofern bin ich durchaus auch ein Bauchmensch.

Gleichzeitig ist der Bauch sehr anfällig für Erkrankungen. Ja, leider. Und wer selbst schon einmal anhaltende Bauchschmerzen hatte, weiss, wie sehr sie den Alltag bestimmen können. Nicht von ungefähr gibt es zahlreiche Spezialistinnen und Spezialisten, die sich mit Erkrankungen im Bauchraum befassen – von der Notfallmedizin über die Radiologie bis hin zur Chirurgie, Gastroenterologie, Endokrinologie und Onkologie.

Wird man als Patient also von einem Spezialisten zum nächsten weitergereicht? Nicht am KSB. Wir haben vor fünf Jahren ein Bauchzentrum geschaffen, das sich seither zu einem echten Leuchtturm entwickelt hat. Für Patientinnen und Patienten bedeutet das vor allem eines: Orientierung und Sicherheit. Sie haben eine zentrale Anlaufstelle, an der das gesamte medizinische Know-how gebündelt zusammenkommt. Diese enge interdisziplinäre Zusammenarbeit ermög-

licht eine besonders hohe Behandlungsqualität und gibt Vertrauen.

Loben Sie das KSB jetzt als CEO oder aus eigener Erfahrung? Aus Patientensicht. Über Jahre hinweg litt ich immer wieder unter Bauchschmerzen. Ich wurde stationär aufgenommen, suchte zweimal den Notfall auf – und dennoch blieb die Ursache lange unklar. Diese Ungewissheit war sehr belastend. Als die Beschwerden erneut stärker wurden und ich meine Stelle am KSB antrat, empfahl man mir eine CT-Untersuchung. Endlich gab es eine klare Diagnose: der Blinddarm. Im KSB-Bauchzentrum wurde ich operiert und verbrachte zwei Nächte stationär. Seitdem bin ich beschwerdefrei. Diese persönliche Erfahrung hat mir eindrücklich vor Augen geführt, was es für Patientinnen und Patienten bedeutet, wenn medizinische Kompetenz, Erfahrung und Zusammenarbeit nahtlos ineinandergreifen.

Welche Bedeutung hat das Bauchzentrum für das KSB? Eine sehr grosse. Krebserkrankungen in der Körpermitte gehören zu den schwersten Erkrankungen überhaupt – man denke etwa an Darm- oder Bauchspeicheldrüsenkrebs. Solche Eingriffe zählen zur Hochspezialisierten Medizin (HSM). Dass das KSB hier über das notwendige Know-how, die entsprechende Infrastruktur und vor allem über Leistungsaufträge verfügt, ist keineswegs selbstverständlich. Umso grösser ist unsere Verantwortung. Wir setzen alles daran, der Bevölkerung auch künftig eine medizinische Versorgung auf höchstem Niveau bieten zu können.

Wofür steht nun das B im Kürzel KSB – für Baden oder für Bauch? Aus dem hohlen Bauch heraus würde ich sagen: für beides! ☒



VIEL HEISSE LUFT

Saunagänge gegen Mikroplastik im Sperma? Tech-Millionär Bryan Johnson ist davon überzeugt. Er behauptet, auf diese Weise 85 Prozent der Partikel in seinem Körper loszuwerden. Ein sinnvoller Trend? KSB-Urologe Dr. Uwe Bieri winkt ab. «Für die Hoden ist Hitze eher Stressfaktor als Detox», sagt er. Verlässliche Studien, die ein «Aus Schwitzen» von Mikroplastik belegen, gebe es nicht. Klar sei hingegen: Regelmässige Hitze schadet eher der Spermaqualität. Dr. Uwe Bieri warnt: «Bei einem Kinderwunsch ist Vorsicht geboten.» Auch den Hoden in der Sauna extra mit Eis zu kühlen, helfe kaum. Im Gegenteil: Das könne sogar schaden. Und so lautet das Fazit des KSB-Urologen: viel heisse Luft, aber wenig Beweise. ☒

VIRALER HIT

Mitten in der Grippezeit gelang dem KSB ein viraler Hit: Das Video über das Bedside-Terminal wurde auf Instagram und TikTok über 3,5 Millionen Mal aufgerufen. Nicht nur auf Social Media, sondern auch bei Experten kommt das Bedside-Terminal, welches das KSB zusammen mit der Firma Trifact lanciert hat, gut an: Es wurde in der Kategorie «Pionierleistung im Schweizer Gesundheitssystem» für den Viktor-Award nominiert. Die Jury spricht von einem «wegweisenden Beispiel für praxisnahe Digitalisierung im Klinikalltag». ☒



LAUFEN WIE AUF WOLKEN

Möchten Sie wieder gehen oder laufen, ohne Ihre Gelenke zu belasten? Im KSB-Fitnesscenter erwartet Sie mit dem AlterG NEO+ ein innovatives Anti-Schwerkraft-Laufband, das Training und Therapie auf ein neues Niveau hebt. Dank spezieller Luftdrucktechnologie kann das Körpergewicht um bis zu 80 Prozent reduziert werden – ideal für die Rehabilitation nach Operationen, bei Gelenkproblemen oder neurologischen Erkrankungen. Das Gerät ermöglicht ein sicheres, kontrolliertes Training, beschleunigt Reha-Prozesse und hilft, das natürliche Gangbild gezielt wieder aufzubauen. Auch ambitionierte Sportlerinnen und Sportler nutzen das AlterG, um Technik und Leistungsfähigkeit gelenkschonend zu verbessern. Mehr dazu erfahren Sie in unserem Blog:





SCHNEEFALLGRENZE

Als «Poet des Flüchtigen» wurde der Aarauer Künstler Hugo Suter (1943 – 2003) bezeichnet. Im 1972 entstandenen Werk «Schneefallgrenze» untersucht er den Übergang von Schnee zu Regen. Das KSB hat das auf einem freihängenden Tuch dargestellte Werk durch Fachpersonen restaurieren lassen. Heute ist es im Café Blattgrün im Erdgeschoss hinter Glas zu sehen. Es handelt sich um eines der wertvollsten Kunstwerke im Besitz des KSB. ☒



PROTEIN TRIFFT AUF EINEN ESPRESSO

Im Caffè Orizzonte mischt eine neue Kaffeespezialität den Alltag im KSB auf: der Proffee. Was nach einem Trend klingt, überzeugt im Glas oder der Tasse. Ein cremiger Latte Macchiato, bei dem köstliche Proteinmilch auf einen kräftigen Espresso-Shot trifft. Das Ergebnis: ein feiner Kaffeegenuss mit Extra-Protein. Unser Tipp: unbedingt probieren! ☒

SOVIELE PATIENTEN WIE NOCH NIE

Trotz Umzug und eingeschränktem Betrieb schreibt das KSB Geschichte: 2025 wurden so viele Patientinnen und Patienten behandelt wie noch nie. 23'913 stationär (+4,3 Prozent gegenüber dem Vorjahr), 385'212 ambulant (+5,6 Prozent). Auch die Qualität stimmte: 95 Prozent empfehlen das KSB weiter, im Net-Promoter-Score lag es bei +58. Das KSB erhält damit aus Sicht der Patientinnen und Patienten ein ausgezeichnetes Zeugnis. ☒



RAUS MIT APPLAUS

Das Urteil der Jury spricht Bände: «Ein Bild für die Ewigkeit!» Das von Boris Gassmann geschossene Foto, das die letzte Patientin mit ihrem Neugeborenen auf dem Weg vom alten ins neue Spital zeigt, wurde in Berlin mit dem PR-Bild-Award 2025 ausgezeichnet. «Solche Bilder ziehen den Betrachter direkt in den Moment hinein», schwärmte Jurorin Petra Busch von News aktuell.

Viel Lob und Ehre erfuhr das KSB auch an der SVIK-Award-Night in Bern. Vom Schweizerischen Verband für integrierte Kommunikation (SVIK) gab es gleich vier Auszeichnungen - unter anderem für das Foto «Raus mit Applaus». Neben der Kampagne #VorFreude, mit welcher der Umzug in den Neubau begleitet wurde, gab es auch silberne und goldene Federn für das Mitarbeitermagazin «KSB Inside» und das KSB-Magazin, das Sie in Ihren Händen halten. Die Jury unter SVIK-Präsident Gundekar Giebel würdigte das Magazin als «wertvolles Medium: immer griffbereit, ohne Scrollen, wertschätzend und qualitativ auf höchstem Niveau». ☒





WILLKOMMEN IM KSB, TOBIAS MANIGOLD!

Wechsel in der Rheumatologie und Rehabilitation: PD Dr. Tobias Manigold übernimmt als neuer Co-Chefarzt. Der vierfache Vater folgt auf Dr. Andreas Thueler, der das KSB mehr als 20 Jahre geprägt hat und in diesem Jahr in Pension geht. Zuletzt war Manigold leitender Arzt und Leiter der Poliklinik am Inselspital Bern. Er bringt internationale Forschungserfahrung sowie ausgewiesene Führungskompetenz mit. ☒



ARCHITEKTUR-OSCAR FÜR NEUBAU

Der nächste Pokal: Der vor einem Jahr eröffnete Neubau des KSB sorgt international weiter für Aufsehen. Am World Architecture Festival in Miami holte er den Sieger-Award in der Kategorie «Health». Unser Spital setzte sich im Finale gegen 460 Projekte aus aller Welt durch. Gelobt wurden von der Jury die klaren Formen, der Nachhaltigkeitsaspekt und die heilungsfördernde Atmosphäre. «Diese Auszeichnung ist eine eindrucksvolle Bestätigung unserer Vision: ein Spital zu bauen, das medizinische Exzellenz und einen effizienten Betrieb mit modernster Architektur verbindet», sagt KSB-CEO Pascal Cotrotzo. Für das KSB ist es bereits der zweite internationale Preis. Im Juni 2025 hatte der Neubau den European Healthcare Design Award in London gewonnen. ☒



20 JAHRE DIALYSE MURI

Seit 20 Jahren betreiben das KSB und das Spital Muri gemeinsam das Dialysezentrum Muri – ein Erfolgsmodell integrierter, wohnortnaher Versorgung. Was 2006 mit sechs Dialyseplätzen begann, ist heute ein modernes regionales Kompetenzzentrum mit jährlich rund 4'000 Dialysebehandlungen.

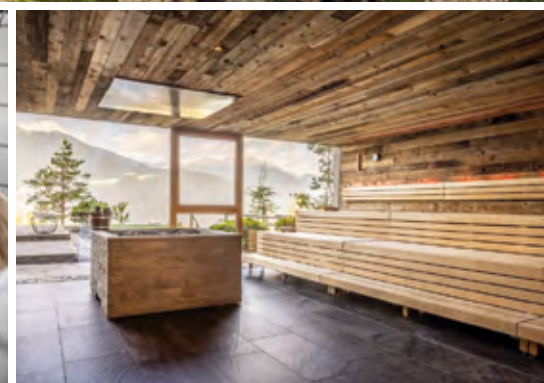
Die enge Kooperation zwischen dem KSB und dem Spital Muri ermöglicht Nierenpatienten aus dem Freiamt eine qualitativ hochstehende Behandlung in Wohnortnähe und trägt wesentlich zur Lebensqualität der Betroffenen bei. Heute können bis zu 30 Dialyse-Patienten regelmässig drei Mal pro Woche in Muri behandelt werden.

Für das KSB ist die Zusammenarbeit ein strategischer Eckpfeiler integrierter Versorgung, die hier seit zwei Jahrzehnten erfolgreich gelebt wird. ☒



MY
ARBOR
DOLOMITES

Breathtaking vacation
My place to be
in the trees.



MY-ARBOR.COM

Fünf Jahre KSB-Bauchzentrum! Chefarzt Prof. Antonio Nocito will zeigen, was medizinisch erreicht wurde. Kommunikationschef Omar Gisler fragt: Wie macht man Spitzenmedizin spannend? Ein verbaler Schlagabtausch im Pingpong-Stil – zwischen OP und PR, zwischen Fakten und Storys.

SCHLAGABTAUSCH ZWISCHEN OP UND PR

Als das KSB Anfang 2021 Viszeralchirurgie und Gastroenterologie in einem gemeinsamen Bauchzentrum zusammenführte, war das kein kosmetischer Eingriff. Es war ein Eingriff ins System.

Antonio Nocito, Chefarzt Chirurgie Wir haben Strukturen verändert, weil die klassische Unterteilung den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten respektive der modernen Medizin nicht mehr gerecht wurde. Das war ein mutiger Schritt, den bis dahin kein Kantonsspital gewagt hatte.

Omar Gisler, Leiter Kommunikation und Marketing In der 1544 Seiten umfassenden Enzyklopädie der Medizingeschichte des Walter-De-Gruyter-Verlages findet man davon allerdings nichts.

Nocito Natürlich nicht. Das Buch stammt aus dem Jahr 2007. Und überhaupt: Medizingeschichte entsteht nicht im Lexikon, sondern im Alltag.

Gisler Entscheidend ist trotzdem, ob man den Nutzen und die Relevanz sichtbar machen kann.

Nocito Die Fakten sprechen Bände: steigende Patientenzahlen, sehr gute Qualitätsindikatoren, mehrere Zertifizierungen und klare Vorteile für Patientinnen und Patienten mit komplexen Erkrankungen, insbesondere in der Tumorbehandlung.

Gisler Fallzahlen überzeugen Fachleute. Das Publikum will etwas anderes wissen: Was habe ich konkret davon? Was zählt, ist die persönliche Betroffenheit. —→



Prof. Dr. med. Antonio Nocito ist seit 2014 Direktor des Departements Chirurgie am KSB und Mitglied der Geschäftsleitung. Eine filigrane Technik legt er nicht nur mit dem Ping-Pong-Schläger an den Tag, sondern auch bei minimal-invasiven Eingriffen im Bauchraum. Das Bild von der Südostküste Englands in seinem Büro erinnert ihn täglich daran, dass auch die Welt ausserhalb des OP-Saales ihren Reiz hat.



Omar Gisler ist seit 2017 als Leiter Kommunikation und Marketing am KSB tätig. Als Historiker liebt er den dialektischen Schlagabtausch. Und er weiss, dass der französische Philosoph Blaise Pascal recht hat: «Alles Unglück der Menschen kommt daher, dass sie nicht ruhig in einem Zimmer sitzen können.» Das erklärt den Hängesessel in seinem Büro.

Nocito Weniger Umwege, weniger Schnittstellen, schnellere Entscheidungen. Der Patient ist nicht mehr Vermittler zwischen Disziplinen, sondern Mittelpunkt der Behandlung. Reicht das?

Gisler Der Patient steht im Zentrum – das behauptet jedes Spital von sich. Das ist kein Argument, sondern eine Plattitüde.

Nocito Der Unterschied liegt im Alltag. In unserem Bauchzentrum gruppieren sich Spezialisten um ihre Patienten – und nicht umgekehrt. Interdisziplinarität ist bei uns kein Marketing-Slogan, sondern gelebte Routine.

Gisler Routine ist kommunikativ schwierig aufzubereiten.

Nocito Für uns Mediziner ist sie anspruchsvoll. Sie verlangt Abstimmung, Zeit und die Bereitschaft, Silos konsequent aufzulösen. Und das Tag für Tag.

Gisler Das klingt nach einem kräftezehrenden Alltag.

Nocito Qualität kommt von Qual. Man muss sich täglich anstrengen, um besser zu werden. Genau das schätzen übrigens auch junge Ärztinnen und Ärzte: die hohe Ausbildungsqualität.

Gisler Unser Magazin richtet sich aber an die breite Bevölkerung.

Nocito Gerade deshalb. Der Ärztemangel betrifft uns alle. Wir bieten am KSB Ausbildung mit Perspektive, Einblicke in mehrere Fachgebiete und die Möglichkeit, an Forschungsprojekten mitzuwirken. Diese Botschaft sollten wir nach aussen tragen.

Gisler Forschung ist kommunikativ ebenfalls schwierig. Wen interessieren schon die vielen Studien, die in Fachzeitschriften veröffentlicht werden?

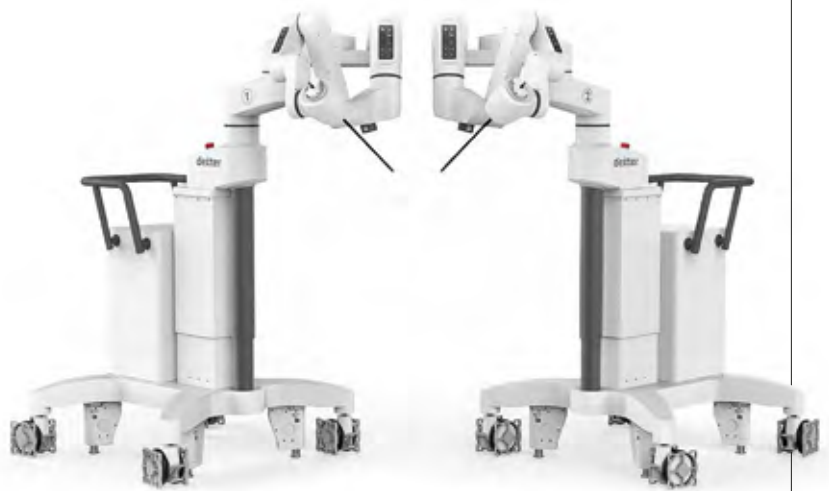
Nocito Forschung ist essenziell. Ohne sie würden wir heute noch mit Messer und Schere operieren. In unserer Clinical Trial Unit laufen aktuell 122 Studien, davon 16 in der Chirurgie.

Gisler Gibt es ein Beispiel, das auch Laien verstehen?

Nocito Wir konnten zeigen, dass Kaffee nach einer Bauchoperation die Darmtätigkeit besser anregt als Tee. Viele Patientinnen und Patienten sprechen uns gezielt darauf an.

Gisler Kommunikation wirkt also.

Nocito Dann dürft ihr bei der Frailty-Studie noch nachlegen.



Gisler Fra... was?

Nocito Frailty bezeichnet Gebrechlichkeit. Menschen über 65 werden vor grossen Bauchoperationen gezielt darauf untersucht und interdisziplinär betreut – mit dem Ziel, Komplikationen und lange Spitalaufenthalte zu vermeiden.

Gisler Medizinisch wichtig, kommunikativ eher nicht der Brüller.

Nocito Gute Medizin muss nicht laut sein, um wirksam zu sein.

Gisler Laut wird es meist bei der Technik. Roboter faszinieren das Publikum. Viele Spitäler rühren die Werbetrommel für den DaVinci.

Nocito Technik ist ein Werkzeug. Der DaVinci-Roboter ist bei uns seit über zehn Jahren im Einsatz – also Routine.

Gisler Routine verkauft sich schlecht. Das hatten wir schon.

Nocito Dann sprechen wir über Dexter.

Gisler Den Serienmörder aus der amerikanischen TV-Serie? —>

Innovative OP-Technologie aus der Schweiz: Die hybride Plattform Dexter vereint zwei Welten – präzise Handarbeit und Robotik – in einem OP-System.



Hightech im OP: Im KSB-Bauchzentrum unterstützen modernste Technologien wie das hybride OP-System Dexter die Chirurgie. Entscheidend für den Erfolg bleibt jedoch das Know-how, die Erfahrung und das Urteil des Operators.

Nocito Natürlich nicht. Dexter ist ein hybrides OP-System, das Robotik und Laparoskopie kombiniert. Entwickelt von einem Schweizer Start-up – wir gehörten zu den ersten Anwendern. Ein echter Gewinn.

Gisler Am Ende landen wir immer wieder bei der Technik.

Nocito Dabei operiert sie nicht von selbst. Sie verlängert die Hand des Chirurgen – und diese braucht Ausbildung, Erfahrung und Urteilskraft.

Gisler Am Ende ist es also vor allem Handwerk?

Nocito Nein. Handwerk ist wichtig – und ehrbar. Aber Chirurgie ist mehr als das. Wer Chirurgie als Handwerk bezeichnet, unterschätzt die diagnostische, strategische und wissenschaftliche Komplexität dieser Disziplin. Technik hilft uns, doch sie nimmt uns die Verantwortung nicht ab.

Gisler Also sind Chirurgen Künstler?

Nocito Fast. Es ist die Kunst des richtigen Handelns: im entscheidenden Moment das Richtige zu tun – oder bewusst darauf zu verzichten.

Gisler Dann reden wir am Ende weniger über Technik als über Haltung.

Nocito Über Haltung, Verantwortung und Können.

Gisler ... und Entscheidungen, die der Mensch, also der Operator, trifft.

Nocito Ja – und diese Entscheidungen beruhen auf Wissen, Erfahrung und technischer Präzision. Genau darin liegt die Ars Medica.

Gisler Die Kunst der Bauchmedizin.

Nocito Das beschreibt ziemlich genau, was wir hier jeden Tag tun. Das wäre doch ein guter Titel fürs Magazin. Daran könnt ihr sicherlich eine attraktive Storyline basteln, wie man im Marketing so schön sagt, oder?

Gisler Klar doch! Wir machen ein Cover mit dem Titel «Ars Medica – die Kunst der Bauchmedizin». Darauf lässt sich im Magazin ein cooles Storytelling aufbauen.

Nocito Mein Bauchgefühl sagt: das kommt gut! ☒

Die Whipple-Operation ist einer der komplexesten Eingriffe in der Bauchchirurgie. Dabei werden Teile der Bauchspeicheldrüse, des Zwölffingerdarms, der Gallenwege und teilweise auch des Magens entfernt und anschliessend neu miteinander verbunden. Was dabei genau passiert und welche Herausforderungen damit verbunden sind, erklärt Prof. Nocito im Video.



ZURZACHCare

REHAStärke

**Meine Reha war mehr als nur Routine.
Ich wurde ernst genommen, begleitet und gestärkt.**

WE CARE.
zurzachcare.ch





Der menschliche Körper ist ein Kunstwerk. Er ist komplex, leistungsfähig und zugleich verletzlich. Gerät dieses fein abgestimmte Zusammenspiel aus dem Gleichgewicht, ist medizinisches Fachwissen gefragt. Dann kommt die *Ars medica* zum Tragen, die Kunst der Medizin. Besonders gefragt ist sie in der Körpermitte: Bauchbeschwerden zählen zu den häufigsten Gründen für einen Spitaleintritt.

Ars medica

DIE KUNST DER MEDIZIN

Im KSB-Bauchzentrum wurden im Jahr 2025 3772 Patientinnen und Patienten behandelt – so viele wie noch nie. Am häufigsten (rund 500 Mal) wurden Bauchbrüche (Hernien) operiert. Ebenfalls häufig ist die Blinddarmentfernung: Rund 250 Eingriffe wurden aufgrund einer akuten Entzündung durchgeführt, vielfach als Notfall.

Auch Erkrankungen der Gallenblase spielen eine zentrale Rolle. Über 220 Gallenblasenentfernungen wurden vorgenommen, meist wegen schmerzhafter Gallensteine. Ergänzt wird dieses Spektrum durch rund 200 endoskopische Eingriffe an den Gallenwegen (ERCP) sowie zahlreiche Operationen an Magen und Darm, etwa bei entzündlichen oder funktionellen Erkrankungen des Verdauungstrakts.

Bei Tumorerkrankungen fallen verschiedene viszeralkirurgische Eingriffe unter die Hochspezialisierte Medizin (HSM). Die im KSB-Bauchzentrum tätigen Spezialisten bieten

sämtliche OPs im HSM-Bereich an, sei es im KSB (Enddarm, Bauchspeicheldrüse und komplexe bariatrische Chirurgie) oder in Kooperation mit anderen Institutionen (Ösophagus, Leber). Auf den folgenden Seiten berichten sie von der Faszination ihres Fachgebiets sowie der Leidenschaft für ihren Beruf.

Um einen HSM-Leistungsauftrag zu erhalten, muss ein Spital nicht nur eine ausreichende Anzahl an Eingriffen ausweisen, sondern auch angehende Fachärztinnen und Fachärzte ausbilden. Als Weiterbildungsstätte mit A- und VI-Status erfüllt die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie des KSB auch diese Anforderung. Sie vereint mehrere zertifizierte Schwerpunkte unter einem Dach: ein interdisziplinäres viszeralonkologisches Zentrum, ein Darmzentrum, ein Pankreaszentrum, ein Gefäßzentrum, ein Adipositaszentrum sowie ein evidenzbasiertes Wundberatungsteam. In einem Wort: ein Bauchzentrum. ➔

3772

stationäre Patienten wurden im Jahr 2025 im KSB-Bauchzentrum behandelt – 23% mehr als vor fünf Jahren.

14'035

Sprechstunden absolvierten die Ärztinnen und Ärzte des Bauchzentrums. Fast drei Mal so viele wie 2020.

4561

Operationen wurden im 2025 vorgenommen: 892 ambulant und 3669 im stationären Setting.

DIE SPEISERÖHRE

WIR KÖNNEN IM HANDSTAND TRINKEN

—

**Dr. med. Pascal Herzog**Leitender Arzt Viszeral- und
Gefässchirurgie KSB

Herr Herzog, die Speiseröhre ist ein Rohr zwischen Mund und Magen. Was fasziniert Sie daran? Das mit dem Rohr ist etwas vereinfacht ausgedrückt.

Der Ösophagus ist ein hochkomplexes Muskelorgan, das jeden Schluck mithilfe präziser Wellenbewegungen – der sogenannten Peristaltik – Richtung Magen transportiert. Dieses fein abgestimmte Zusammenspiel aus Muskulatur und Nervensystem sorgt dafür, dass wir sogar im Handstand trinken können. Gleichzeitig muss die Speiseröhre extreme Belastungen aushalten: Hitze etwa durch Kaffee, Kälte durch Eis und immer wieder Magensäure von unten. Gerät dieses sensible System aus dem Takt, reichen kleinste Störungen aus, um Beschwerden zu verursachen.

An welche Beschwerden denken Sie? Vor allem an Refluxbeschwerden wie Sodbrennen oder häufiges Aufstossen. Dabei kann auch Nahrung wieder hochkommen. Das wiederum kann nächtlichen Husten und morgendliche Heiserkeit verursachen.

Reflux haben viele. Müssen sich die Betroffenen gleich Sorgen machen? Nicht unbedingt. In den meisten Fällen hilft eine medikamentöse Therapie gut – aber nicht bei allen. Bei anhaltenden Schluckbeschwerden, Gewichtsverlust oder Anämie sollte deshalb eine weiterführende Abklärung mittels Endoskopie erfolgen.

Welche Auswirkungen hat ein langjähriger Reflux? Chronischer Reflux ist ein zentraler Risikofaktor. Wenn Magensäure über Jahre in die Speiseröhre zurückfliesst, kann sich die Schleimhaut verändern. Es entsteht der sogenannte Barrett-Ösophagus, der das Krebsrisiko deutlich erhöht. Problematisch ist, dass Sodbrennen oft bagatellisiert wird, obwohl es medizinisch relevant sein kann.

Welche Rolle spielt die Chirurgie bei der Refluxerkrankung? Patienten für eine Refluxchirurgie müssen gut selek-

tioniert werden, da nicht alle von einer OP profitieren. Wenn der Reflux etwa gut auf die medikamentöse Therapie anspricht, aber eine lebenslange Einnahme mit möglichen Nebenwirkungen vermieden werden soll, ist die Chirurgie eine gute Option. ☒

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Bei Krebserkrankungen rückt die personalisierte Therapie zunehmend in den Fokus. Medikamente können immer gezielter eingesetzt werden, sodass sich die Behandlung besser auf den einzelnen Patienten abstimmen lässt. Dadurch lassen sich Therapieoptionen optimal nutzen und unter Umständen Operationen vermeiden.

– UNSER APPELL –

Nehmen Sie Warnzeichen ernst. Anhaltende Schluckbeschwerden, häufiges Steckenbleiben von Nahrung, Schmerzen hinter dem Brustbein, ungewollter Gewichtsverlust oder dauerhaftes Sodbrennen sollten abgeklärt werden – insbesondere, wenn Medikamente keine Wirkung zeigen.

– UNSERE EXPERTISE –

Operationen bei Refluxerkrankungen werden am KSB regelmässig durchgeführt. Resektionen der Speiseröhre bei Krebserkrankungen gehören hingegen zur Hochspezialisierten Medizin (HSM). Diese Eingriffe nimmt Chirurg Dr. Pascal Herzog in Zusammenarbeit mit einem Partnerspital vor.



Der Ösophagus



1000

Mal schlucken wir am Tag, meistens unbewusst. Jeder einzelne Schluck ist ein fein abgestimmtes Zusammenspiel von Muskeln und Nerven.

25 - 28

Zentimeter lang ist die Speiseröhre beim Erwachsenen. Auf dieser Strecke entscheidet sich bei jedem Bissen, ob Nahrung sicher im Magen ankommt oder zur Gefahr wird.

3 - 5

Sekunden braucht die Nahrung, um vom Mund in den Magen zu gelangen. Möglich macht das die wellenartige Muskelbewegung des Ösophagus, Peristaltik genannt.

DIE SCHILDDRÜSE

EINFACH RAUS
DAMIT? SCHÖN
WÄR'S!

—



Dr. med. Juliette Slieker
Oberärztin Viszeral- und
Gefässchirurgie KSB

Frau Slieker, die Schilddrüse ist winzig, kann aber grosses Theater machen. Warum hat sie so viel Einfluss auf unseren Körper? Weil sie den Grundrhythmus vorgibt. Die Schilddrüse steuert den Stoffwechsel, beeinflusst die Herzfrequenz, den Wärmehaushalt, das Gewicht und sogar die Psyche. Läuft sie falsch, gerät der Körper aus dem Takt. Viele Beschwerden wirken diffus, haben aber hier ihren Ursprung. Und sie ist ein Knoten-Magnet: Geschätzt wird das rund die Hälfte der Erwachsenen in der Allgemeinbevölkerung einen oder mehrere Schilddrüsenknoten haben.

Knoten? Das klingt nach Krebs. Eines vorneweg: Entscheidend ist nicht die Existenz der Knoten, sondern ihr Verhalten. Wir beurteilen Grösse, Wachstum und Ultraschallmerkmale und klären gezielt weiter ab. Nicht jeder Knoten ist gefährlich, die meisten sind sogar gutartig. Manchmal können aber auch diese Knoten Beschwerden machen.

Was ist für endokrine Chirurgie bei Schilddrüsenkrebs typisch? Die häufigste Form von Schilddrüsenkrebs ist die papilläre Form. Sie verläuft in der Regel langsam und ist mit einer sehr guten Langzeitüberlebensrate verbunden. Die Therapie ist klar strukturiert: Je nach Befund wird die gesamte, oder nur die Hälfte der Schilddrüse entfernt. Wenn die gesunde Hälfte im Körper verbleiben kann, kann die spätere Einnahme von Hormontabletten verhindert werden. Nach einer kompletten Schilddrüsenentfernung muss eine präzise hormonelle Einstellung erreicht werden. In manchen Fällen benötigt es nach der Operation zusätzlich eine Radiojod-Therapie.

Vieles hängt jedoch von der OP ab. Gilt da das Prinzip «einfach raus damit»? Schön wär's. Chirurgisch müssen wir millimetergenau vorgehen. Wir operieren auf engstem Raum und mit Lupenbrille. Denn die Stimmbandnerven und Nebenschilddrüsen liegen direkt daneben. Jeder Handgriff

muss sitzen. Es geht also nicht nur ums blosses Entfernen, sondern um den Erhalt von Stimme, Kalziumhaushalt und Lebensqualität. ☒

— WAS HOFFNUNG MACHT —

Bei Knoten kann mittels Ultraschall und Feinnadelpunktionen eine Risikoeinschätzung gemacht werden, sodass nicht immer eine Operation nötig ist. Falls ein Eingriff notwendig ist, helfen moderne Techniken wie das Stimmbandnerv-Monitoring und Autofluoreszenz-Kamera, Komplikationen zu minimieren. Neue zielgerichtete Therapien erweitern zudem die Behandlungsmöglichkeiten bei fortgeschrittenem Schilddrüsenkrebs.

— UNSER APPELL —

Achtung! Knoten am Hals, Schluckbeschwerden oder ungeklärte Gewichtsschwankungen bei einer Überfunktion der Schilddrüse sollten Sie nicht bagatellisieren. Denn wie so oft gilt: Früh erkannt sind die meisten Erkrankungen gut behandelbar.

— UNSERE EXPERTISE —

Am KSB werden Schilddrüsenerkrankungen interdisziplinär behandelt. Die Vernetzung aus Hausärzten, Endokrinologie, Chirurgie und Nuklearmedizin (NUK) machen die Therapien sicher. Die Hausärzte und Endokrinologen steuern die Diagnostik und die Hormoneinstellung, die Chirurgie operiert und die NUK plant die Radiojodtherapie.





15 - 25

Gramm wiegt die Schilddrüse. Sie ist ein Leichtgewicht und damit so schwer wie ein kleines Stück Butter. Doch diese winzige Drüse produziert lebenswichtige Hormone, die den Körper steuern.

80

Prozent des Schilddrüsenhormons sind T₄, das in die aktive Form T₃ umgewandelt wird. Wozu? T₃ reguliert die Stoffwechselgeschwindigkeit und den Energieverbrauch im Körper.

200 - 400

Nanogramm Thyroxin (T₄) stellt die Schilddrüse, wissenschaftlich «Glandula thyroidea», täglich pro Deziliter her. Dieses Hormon reguliert Körpertemperatur, Stoffwechsel und Wachstum.



1,5

Kilogramm schwer ist die Leber. Sie gilt damit als das grösste innere Organ des Menschen. Trotz ihres Gewichts arbeitet sie leise, rund um die Uhr und meist völlig unbemerkt.

70

Prozent ihrer Masse kann die Leber nach einer Schädigung oder Operation neu bilden. Sie besitzt eine wirklich beeindruckende Regenerationsfähigkeit.

500

Funktionen erfüllt die Leber. Sie steuert den Stoffwechsel, speichert Nährstoffe, produziert Eiweisse und baut Giftstoffe ab. Fällt sie aus, gerät der Körper aus dem Gleichgewicht.

DIE LEBER

STARK, ABER ZUGLEICH SEHR VERLETZLICH

—



Dr. med. Claudia Keerl

Leitende Ärztin
Gastroenterologie KSB

Frau Dr. Keerl, warum ist die Leber so anfällig für Metastasen? Weil sie das zentrale Stoffwechselorgan ist. Alles Blut aus dem Darm fließt zuerst durch die Leber. Alles, was wir unserem Körper Ungutes tun, muss durch sie durch. Zirkulierende Tumorzellen lagern sich dort besonders häufig an. Darum sehen wir in der Leber häufiger Metastasen als in jedem anderen inneren Organ und weniger Primärtumoren.

Als Leberspezialistin arbeiten Sie mit hochkomplexen Befunden. Was macht die Behandlung heute so anspruchsvoll? Wir müssen sehr genau hinschauen: Wie gesund ist das übrige Lebergewebe, wo liegt der Tumor, wie gross und aggressiv ist er? Auf dieser Basis entscheiden wir interdisziplinär, ob operiert, lokal behandelt oder medikamentös therapiert wird. Standardlösungen gibt es nicht.

Welche Rolle spielt die Chirurgie bei Lebererkrankungen? Die Chirurgie ist bei bestimmten Fragestellungen wichtig, wie etwa bei Tumoren, Metastasen oder im Rahmen einer Lebertransplantation. Viele Lebererkrankungen und ihre Komplikationen lassen sich jedoch heute ohne Operation behandeln. Ein gutes Beispiel ist der sogenannte TIPS, ein transjugulärer intrahepatischer portosystemischer Shunt. Dabei legt die interventionelle Radiologie über einen Katheter eine Art Umleitung innerhalb der Leber. Das senkt den Druck in den Pfortadergefässen und kann Blutungen oder Bauchwasser ganz ohne grossen chirurgischen Eingriff verhindern.

Die Leber gilt als erstaunlich regenerationsfähig. Ein Mythos? Absolut nicht. Wir können heute grosse Teile der Leber entfernen, weil eine weitestgehend gesunde Leber nachwachsen kann. Wir berechnen exakt, wie viel funktionstüchtige Leber nach einem Eingriff verbleibt. Nur dann operieren wir. Regeneration ist möglich, aber sie ist kein Freipass.

Was überrascht Sie als Expertin am meisten an der Leber? Mich überrascht immer wieder, wie gross ihre Bandbreite ist. Die Leber vereint zwei Extreme: eine enorme Regenerationsfähigkeit und gleichzeitig eine sehr individuelle Anfälligkeit für Schäden. Während sie bei manchen Menschen trotz jahrelanger Schädigung funktionell stabil bleibt, entwickelt sie bei anderen früh relevante Erkrankungen. Diese individuelle Reaktionsweise macht die Leber medizinisch besonders anspruchsvoll und erfordert eine differenzierte Beurteilung. ☒

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Die Leberforschung setzt auf frühere Diagnose und gezielte Therapien. Neue Bildgebungsverfahren und nicht-invasive Tests erkennen Schäden früher. Gleichzeitig entstehen neue Medikamente, die Entzündungen bremsen und die Regeneration der Leber unterstützen.

– UNSER APPEL –

Lebererkrankungen verursachen lange kaum Symptome. Müdigkeit, Druck im Oberbauch, Gelbsucht oder auffällige Leberwerte sollten deshalb ärztlich abgeklärt werden.

– UNSERE EXPERTISE –

Am KSB ist die Hepatologie zentraler Bestandteil des Bauchzentrums. Spezialisten wie Dr. med. Claudia Keerl behandeln Fettleber, Hepatitis, Zirrhose und Lebertumore. Moderne Diagnostik und die enge Zusammenarbeit mit Chirurgie, interventioneller Radiologie, Onkologie und Pathologie sichern eine umfassende Versorgung.



DER MAGEN

... DANN SPÜRT DAS DER GANZE KÖRPER

—



PD Dr. med. Daniel Frey
Leitender Arzt
Adipositaszentrum KSB

Herr Frey, der Magen wird oft unterschätzt, dabei entscheidet er, wie wir uns fühlen. Warum? Er ist nicht einfach ein Vorratslager, sondern ein hochsensibles Steuerorgan. Er meldet dem Gehirn, wann genug ist, reguliert die Verdauung und beeinflusst über Botenstoffe sogar unsere Stimmung. Gerät er aus dem Gleichgewicht, spürt das der ganze Körper. Das reicht vom Reflux über Völlegefühl bis hin zu massivem Über- oder Untergewicht.

Viele denken beim Magen sofort an Sodbrennen. Sie sehen deutlich mehr. Der Magen ist oft der Anfang einer Kettenreaktion. Wenn er sich zu langsam entleert, zu viel oder zu wenig Säure produziert oder ständig überdehnt ist, leidet der Stoffwechsel insgesamt. Gerade bei Adipositas spielt er eine Schlüsselrolle, weil das natürliche Sättigungsgefühl verloren geht und er dem Gehirn ein übermässiges Hungergefühl vermittelt.

Aktuell gilt die Abnehmspritze als das Nonplusultra. Was macht der Magen dabei? Diese Medikamente greifen direkt in die Magen-Darm-Steuerung ein. Sie bremsen den Appetit und sorgen dafür, dass der Magen langsamer arbeitet. Das kann helfen, aber nur solange man sie verabreicht. Der Magen bleibt jedoch anatomisch derselbe, mit allen alten Mustern. Ohne gleichzeitige Änderung der Essgewohnheiten und des Lebensstils kann es auch mit der Spritze keinen nachhaltigen Erfolg geben.

Und genau dann kommt die Chirurgie ins Spiel. Richtig. Wenn die Spritze nicht die gewünschte Gewichtsreduktion bringt oder bei massivem Übergewicht hilft oft nur noch eine Operation. Bei einem Schlauchmagen oder einem Magenbypass verändern wir den Magen dauerhaft. Er wird kleiner, arbeitet anders und sendet neue Signale ans Gehirn. Viele Patienten berichten, dass der ständige innere Kampf ums Essen plötzlich verstummt.

Problem gelöst! Von wegen. Am KSB betrachten wir den Magen nie isoliert. Chirurgie, Ernährungsberatung, Psychologie und Nachsorge greifen ineinander. Der grösste Mythos ist, dass der Magen «repariert» wird und alles andere egal ist. In Wahrheit ist er der Startpunkt für einen neuen Umgang mit dem eigenen Körper und den begleiten wir langfristig. ☒

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Die Forschung setzt auf frühere Erkennung und schonendere Therapien. Moderne Endoskopie erkennt Schleimhautveränderungen präziser, neue minimalinvasive Verfahren ermöglichen gezielte Eingriffe. Auch bei Magenkrebs verbessern personalisierte Therapien die Aussichten.

– UNSER APPELL –

Bei anhaltenden Magenschmerzen, frühem Sättigungsgefühl, Übelkeit, Blutarmut oder ungewollter Gewichtsverlust gilt nur eines: ab zum Arzt!

– UNSERE EXPERTISE –

Im KSB-Bauchzentrum arbeiten Gastroenterologie und Viszeralchirurgie Hand in Hand, um Magenleiden zu behandeln. Diese Zusammenarbeit erlaubt rasche, hochwertige Abklärungen und Therapien. Komplexe Eingriffe gehören ebenso zum Leistungsauftrag wie konservative Behandlungen.





2 - 6

Stunden bleibt eine Mahlzeit im Durchschnitt im Magen. In dieser Zeit entscheidet sich, ob Nahrung gut vorbereitet oder – schlimmer – dem Verdauungssystem als Problemfall weitergereicht wird.

1,5

Liter Magensaft produziert der Magen täglich. Diese hochwirksame Mischung aus Säure und Enzymen zerlegt die Nahrung in ihre Einzelteile, damit der Darm die notwendigen Nährstoffe aufnehmen kann.

100

Millionen Nervenzellen besitzt das Nervensystem des Magens. Es ist fast so komplex wie das Rückenmark. Der Magen «denkt» mit, reagiert auf Stress, Emotionen und Essverhalten und steht in ständigem Austausch mit dem Gehirn.



2

Liter Verdauungssaft – in der Regel ist es auch etwas weniger – produziert das Pankreas jeden Tag, um dadurch Fette, Eiweisse und Kohlenhydrate aufzuspalten.

<10

Prozent der Pankreaszellen sind hormonproduzierend, aber ihr Ausfall kann zu Diabetes mellitus führen – ein gutes Beispiel für «kleine Ursache, grosse Wirkung».

+/- 15

Prozent beträgt die 5-Jahres-Überlebensrate beim Bauchspeicheldrüsenkrebs. Weil frühe Symptome oft fehlen, wird die Erkrankung meist spät erkannt.

DIE BAUCHSPEICHELDRÜSE

ALS MÜSSTE MAN EIN STÜCK DARM AN BUTTER NÄHEN



Prof. Dr. med. Antonio Nocito
Chefarzt Chirurgie KSB

Sie sind Viszeralchirurg – warum fasziniert Sie ausgerechnet die Bauchspeicheldrüse so sehr? Weil sie trotz ihrer geringen Grösse viel leistet. Sie produziert Verdauungsenzyme und gleichzeitig lebenswichtige Hormone wie Insulin und Glukagon. Sonst würden weder die Fettverdauung noch die Blutzuckerregulation funktionieren. Fällt das System aus, hat das Folgen für den ganzen Körper.

Welche Erkrankungen bringen die Bauchspeicheldrüse besonders aus dem Gleichgewicht? Häufig sehen wir Entzündungen. Diese können entstehen, wenn Gallensteine den Abfluss blockieren oder durch übermässigen Alkoholkonsum. Alkohol, Rauchen und starkes Übergewicht erhöhen zudem das Risiko für Bauchspeicheldrüsenkrebs – ebenso das zunehmende Alter. Die meisten Betroffenen sind über 60 Jahre alt.

Bauchspeicheldrüsenkrebs gilt als besonders gefährlich. Warum? Weil er meist sehr spät erkannt wird. Frühe Symptome fehlen oft. Von den rund 1500 Neuerkrankungen pro Jahr in der Schweiz überleben nur etwa 15 Prozent die nächsten fünf Jahre. Nur rund ein Fünftel der Patienten ist bei Diagnosestellung überhaupt noch operabel – bei den anderen ist der Tumor bereits zu weit fortgeschritten.

Das klingt ziemlich niederschmetternd. Es gibt auch Grund zum Optimismus: In früh entdeckten Fällen kann die 5-Jahres-Überlebensrate auch bei rund 40% liegen.

Was macht die Operation an der Bauchspeicheldrüse so anspruchsvoll? Zum einen ihre Lage tief im hinteren Bauchraum, umgeben von zentralen Blutgefässen, Gallenwegen und dem Zwölffingerdarm. Zum anderen die Beschaffenheit des Organs selbst. Manchmal ist das Gewebe sehr weich. Ich sage dann gern: Stellen Sie sich vor, Sie müssten ein Stück Darm an ein Stück Butter nähen. Genau deshalb braucht es viel Erfahrung, moderne Technik und vor allem ein eingespieltes interdisziplinäres Team.

Welche Fortschritte haben die Behandlung von Bauchspeicheldrüsenkrebs in den letzten Jahren verändert? Wir verstehen die Erkrankung heute biologisch besser. Fortschritte in der Bildgebung ermöglichen eine genauere Stadieneinteilung, und moderne Chemotherapien können Tumoren vor einer Operation verkleinern. Zudem helfen molekulare Marker zunehmend, Therapien gezielter einzusetzen. Dadurch können heute mehr Patienten behandelt werden – mit besseren Ergebnissen als früher. ☒

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Die medizinische Forschung macht Fortschritte – bei Bildgebung, Chirurgie und medikamentösen Therapien. Je früher Beschwerden abgeklärt werden, desto grösser sind die Chancen.

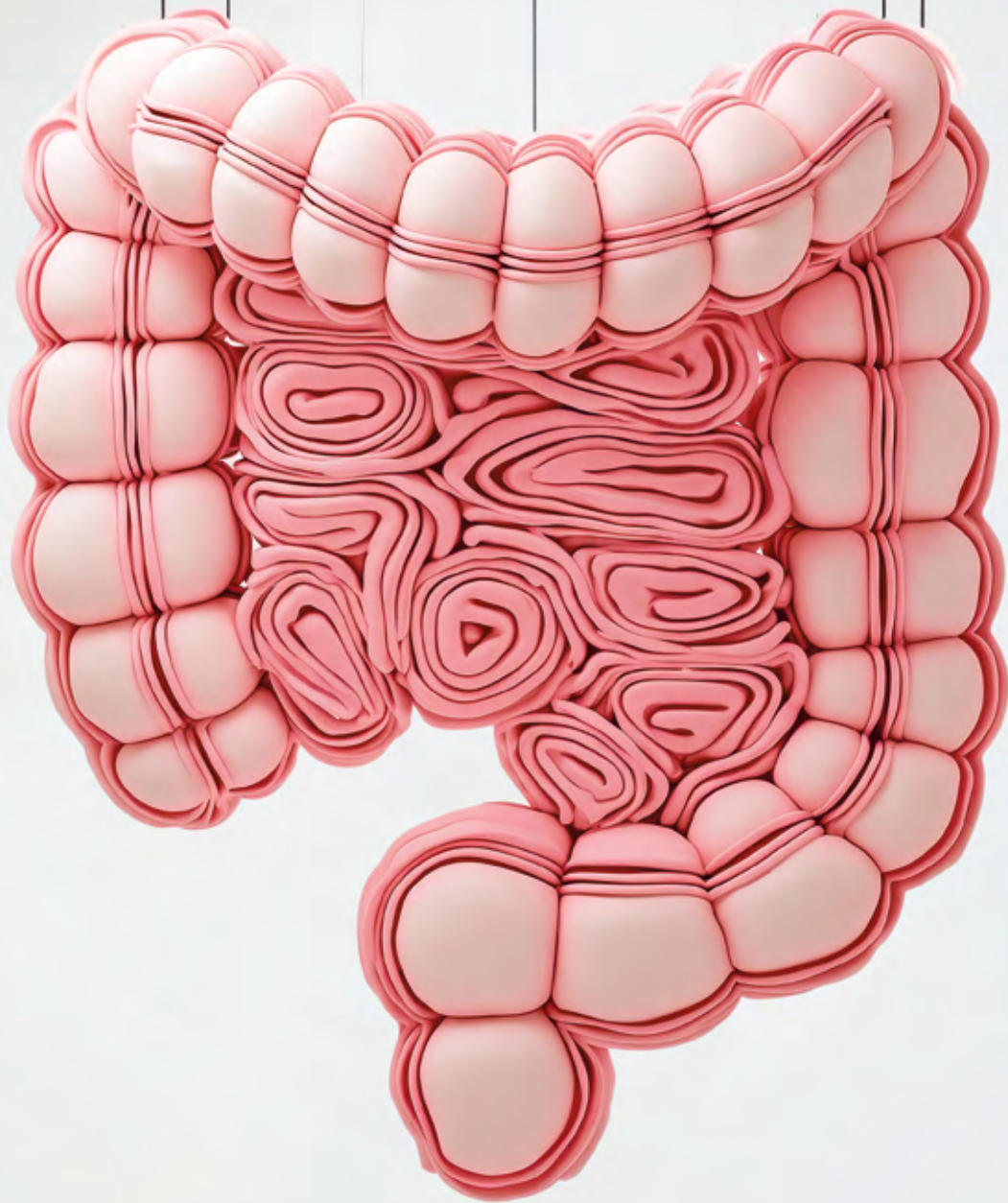
– UNSER APPELL –

Hören Sie auf Ihren Körper. Anhaltende Oberbauchschmerzen, ungewollter Gewichtsverlust oder neu auftretender Diabetes sollten ärztlich abgeklärt werden.

– UNSERE EXPERTISE –

Eingriffe an der Bauchspeicheldrüse zählen zur hochspezialisierten Medizin. Das KSB verfügt über den entsprechenden Leistungsauftrag; das Pankreaszentrum ist zudem von der DKG zertifiziert.





6-7

Meter lang ist der menschliche Darm. Er ist damit das längste Organ des Körpers und übernimmt auf dieser Strecke zentrale Aufgaben für Verdauung, Nährstoffaufnahme und Entgiftung.

+/- 70

Prozent unseres Immunsystems sind im Darm angesiedelt. Hier entscheidet sich täglich, wie gut der Körper die Krankheitserreger erkennen und abwehren kann.

+/- 6

Prozent der Bevölkerung in der Schweiz erkranken im Laufe ihres Lebens an Darmkrebs. Früh erkannt, sind die Heilungschancen oft sehr gut – Vorsorge kann Leben retten.

DER DARM

NICHT GESUND, SONDERN NORMAL ERNÄHREN

—



PD Dr. med. Matthias Froh
Chefarzt Gastroenterologie KSB

Herr Dr. Froh, warum kümmern wir uns besser um unsere Smartphones als um unseren Darm? Weil sich das Smartphone sofort meldet, wenn etwas nicht stimmt. Der Darm nicht. Solange er funktioniert, ignorieren wir ihn konsequent. Dabei beeinflusst er, wie belastbar wir sind, wie stabil unser Immunsystem arbeitet und ob wir uns im eigenen Körper wohlfühlen. Erst wenn Beschwerden auftreten, merken wir, wie viel er im Hintergrund leistet.

Dabei ist der Darm weit mehr als ein Verdauungsorgan. Er ist ein Steuerungszentrum. Ein grosser Teil unseres Immunsystems sitzt dort. Über ein dichtes Nervenetz steht er in ständigem Kontakt mit dem Gehirn. Deshalb schlägt Stress auf den Magen. Und deshalb kann ein gestörter Darm auch die Stimmung trüben.

Trotzdem bleibt er ein Tabuthema. Leider ja. Über alles reden wir offen, nur nicht über Blähungen, Stuhlgang oder Durchfall. Dabei ist der Darm ein Hochleistungsorgan. Die Oberfläche seiner Schleimhaut entspricht etwa der Fläche eines Tennisplatzes. Medizinisch ist das faszinierend. Gesellschaftlich tun wir aber so, als gäbe es ihn nur im Lehrbuch.

Ein zentrales Thema ist die Vorsorge. Die Darmkrebsvorsorge ist eine der erfolgreichsten Präventionsmassnahmen der Medizin. Ziel ist es, Polypen zu finden und gleich zu entfernen. Diese sind gutartig, können aber die Vorstufe von Darmkrebs sein. In der Schweiz erkranken rund sechs Prozent der Bevölkerung daran. Wer vorsorgt, senkt sein Risiko deutlich.

Viele Menschen fürchten sich vor der Darmspiegelung. Zu Unrecht. Dank moderner Sedation verschlafen die meisten die Untersuchung komplett. Viele wachen auf und fragen erstaunt, ob wir überhaupt schon angefangen hätten. Die Er-

leichterung danach ist gross. Man kommt angespannt und geht entspannt. Manche erzählen später sogar begeistert davon.

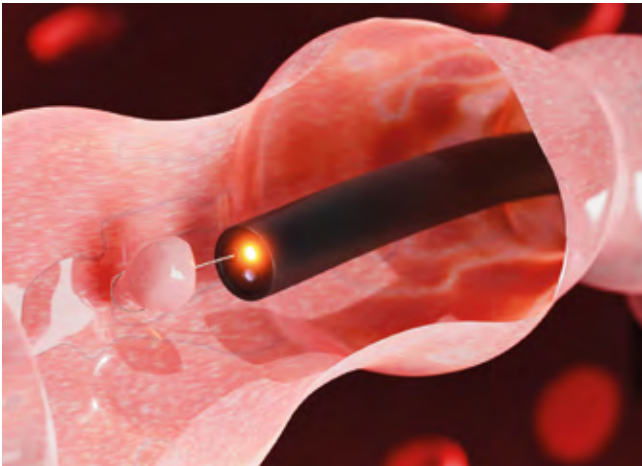
Wie läuft eine Darmspiegelung ab? Ich führe ein dünnes, flexibles Endoskop mit Kamera in den Dickdarm ein. Auf dem Bildschirm sehe ich die Schleimhaut in hoher Auflösung. Entdecke ich einen Polypen, entferne ich ihn sofort mit einer feinen Schlinge oder Zange. Das erfordert Ruhe und Präzision. Und es ist meist mit einem unmittelbaren Erfolgserlebnis verbunden.

Ihr Berufsalltag dreht sich um etwas, das viele als unappetitlich empfinden. Das Gegenteil ist der Fall. Der Verdauungstrakt ist ein Wunderwerk. Meine Arbeit ist sauber, technisch anspruchsvoll und erstaunlich ästhetisch. Auch ungewöhnliche Befunde oder Parasiten gehören zum normalen Leben. Ekel spielt dabei keine Rolle.

Essen ist heute fast eine Glaubensfrage geworden. Ja. Gesundes Essen hat für viele etwas Religiöses. Ich höre oft: Ich ernähre mich perfekt, warum habe ich trotzdem Blähungen? Dann sage ich manchmal provokativ: Vielleicht müssen Sie sich nicht gesund, sondern normal ernähren. Zu viel Rohkost, Vollkorn und Ersatzprodukte können den Darm überfordern.

Wie sieht eine ausgewogene Ernährung aus? Die mediterrane Küche ist ein gutes Beispiel: viel Gemüse und Früchte, Olivenöl, Fisch, wenig Fleisch, dazu hin und wieder Pasta.

... und Dolce Vita. Leidet der Darm unter Stress? Sehr. Ich habe im Laufe der Jahre ein gutes Bauchgefühl für Stress entwickelt. Sogar für wirtschaftliche Hochphasen oder Krisen. Wenn es im Berufsleben brennt, sehe ich das oft direkt im Darm meiner Patientinnen und Patienten. —>



Vorsorge, die Klarheit schafft: Die Darmspiegelung ermöglicht einen genauen Blick ins Innere des Darms und hilft, Veränderungen frühzeitig zu erkennen.



Auch unser Umgang mit dem stillen Örtchen hat sich verändert. Zeit ist Geld. Selbst auf der Toilette wird heute noch gearbeitet, gescrollt oder gemailt. Dabei wäre das WC eigentlich ein Ort der Ruhe. Ob exzessiver Handygebrauch dort sogar Hämorrhoiden begünstigt, wäre eine spannende Forschungsfrage.

Hat Ihr Beruf Ihren eigenen Umgang mit dem Körper verändert? Ja. Ich höre heute genauer auf meinen Darm als früher. Ich weiss, wie sensibel er auf Stress reagiert. Regelmässige Mahlzeiten, Bewegung und Pausen sind für mich keine Theorie, sondern Alltag.

Was raten Sie Ihren Patientinnen und Patienten? Mehr Gelassenheit. Der Darm ist kein Gegner, sondern ein Partner. Regelmässigkeit, ausgewogene Ernährung ohne Ideologie, Bewegung und Stressreduktion wirken oft nachhaltiger als jede Mode-Diät.

Was zeichnet die Behandlung am KSB aus? Die enge Zusammenarbeit. Gastroenterologie, Chirurgie, Radiologie und Ernährungstherapie arbeiten Hand in Hand. Der Darm wird nie isoliert betrachtet. Ich hoffe, das spüren die Patientinnen und Patienten.

Ihr Fazit? Der Darm meldet sich leise. Wer ihm zuhört, bevor er laut wird, investiert in Lebensqualität. Am Kantonsspital Baden ist man dafür fachlich wie menschlich bestens aufgehoben. ☒

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Darmkrankheiten lassen sich heute früh erkennen und oft minimalinvasiv behandeln. Besonders die Darmkrebsvorsorge ist eine Erfolgsgeschichte: Polypen können während der Spiegelung sofort entfernt werden, noch bevor sie bösartig werden. Moderne Sedation, hochauflösende Endoskope und gezielte Therapien sorgen dafür, dass Abklärung und Behandlung für Patientinnen und Patienten deutlich schonender sind als früher.

– UNSER APPELL –

Nehmen Sie Warnzeichen ernst – auch wenn sie unscheinbar wirken. Veränderungen des Stuhlgangs oder anhaltende Beschwerden sollten abgeklärt werden. Vorsorge bedeutet Verantwortung für die eigene Gesundheit.

– UNSERE EXPERTISE –

Am KSB wird der Darm interdisziplinär behandelt. Gastroenterologie, Chirurgie, Radiologie und Ernährungstherapie arbeiten eng zusammen – von der Vorsorge bis zur Therapie komplexer (Tumor-)Erkrankungen.



Feiert mit uns!
50
JAHRE
 5.9.26 | 10-16 Uhr

Wohnen. Leben. Zuhause sein.
 Alterszentrum am Buechberg


Alterszentrum
 am Buechberg

Alterszentrum am Buechberg AG

Bernardastrasse 3 · 5442 Fislisbach · Tel. 056 484 83 83 · www.buechberg.ch



Gesundheits-Netz Aargau Ost

Gesundheits-Netz Aargau Ost. Gemeinsam besser versorgt.

Im Gesundheits-Netz Aargau Ost arbeiten Spitäler, Pflege, Hausärztinnen und Hausärzte, Therapie und weitere Gesundheitsanbieter eng zusammen. Durch diese partnerschaftliche Zusammenarbeit entsteht eine koordinierte und qualitativ hochwertige Versorgung, die sich an den

Bedürfnissen der Menschen in der Region orientiert. Unser Ziel ist es, Gesundheitsleistungen sinnvoll zu vernetzen, Abläufe zu vereinfachen sowie Patientinnen und Patienten bestmöglich zu begleiten. Denn Ihre Gesundheit ist unser gemeinsames Anliegen.



GNAO-Partner

 aarReha
 schweiz

ÄRZTE  DES BEZIRKS BADEN

 **KS_B** Kantonsspital
 Baden
 Ort der Gesundheit

 **ASANA**
 Spital Leuggern

 **Hospiz Aargau**

 **rehaklinik**
 bellikon
 Der Name für Unfallchirurgie

 **tag & nacht**
 Jugend-
 Spitale Baden

 **pflegemuri**
 essenzen

**ÄRZTEVEREIN
 BEZIRK BRUGG**

 **Medizinisches
 Zentrum Brugg**

sssbach
 FÜR MENSCHEN MIT GEHEIMNISSEN

PDAG
 FÜR Ihre psychische
 Gesundheit

PRIVAT-KLINIK IM PARK
 Bad Schenken

 **SPITAL
 MURI**

 **Regionales Pflegezentrum Baden**

ZURZACHCare

 **REUSSPARK**
 ZENTRUM FÜR PFLEGE UND BETREUUNG

 **SPITEX**
 Limmat re Reuss

 **SPITEX**
 Region Brugg AB

 **LUNGENLIGA AARGAU**
 Presenting Partner

DAS REKTUM

WENN ES NICHT FUNKTIONIERT, BESTIMMT ES UNSER LEBEN

**Dr. med. Alex Ochsner**

Leitender Arzt Viszeral- und Gefässchirurgie KSB

Herr Dr. Ochsner, wie ist es, wenn man dort operiert, wo andere lieber nicht hinschauen? Man entwickelt im Lauf der Ausbildung einen professionellen Zugang und verliert die Scheu. Für uns ist der Enddarm kein Tabu, sondern ein hochsensibles Arbeitsgebiet. Zusammen mit dem Analkanal und dem Schliessmuskelapparat ist das Rektum für die Stuhlfunktion, die Kontinenz und dementsprechend für die Lebensqualität äusserst wichtig. Wer hier operiert, trägt viel Verantwortung.

Was will man dort unten nicht erleben? Es gibt verschiedene Erkrankungen in diesem Bereich, die für die Patienten wie auch für die Behandelnden schwierig sind. Besonders gravierend sind spät gestellte Krebsdiagnosen. Wir sehen leider immer noch regelmässig Rektumtumore, die lange bagatellisiert oder als Hämorrhoiden abgetan wurden. Das ist frustrierend, weil frühe Stadien oft deutlich schonender behandelt werden könnten.

Warum werden Probleme rund um den Enddarm und den Anus dennoch so schamhaft totgeschwiegen? Stuhlgang, Inkontinenz, Gase – darüber spricht man nicht. Eine Inkontinenz kratzt am Selbstbild und am Selbstvertrauen. Grundsätzlich gilt: Nicht zuwarten! Bei Schmerzen oder Blut im Stuhl bedarf es einer ärztlichen Kontrolle. Je früher abgeklärt wird, desto besser lässt sich etwa die Funktion des Enddarms erhalten. Unterm Strich ist das Rektum ein Meisterwerk der Natur. Wenn es funktioniert, merken wir es nicht. Wenn nicht, bestimmt es unser Leben.

Das KSB hat den HSM-Auftrag für die Rektumentfernung. Was bedeutet das? Das KSB darf diese komplexen Eingriffe unter klar definierten Vorgaben vornehmen. Dafür braucht es eingespielte interdisziplinäre Strukturen, standardisierte Abläufe und nachweislich hohe Qualität über die gesamte Behandlungskette hinweg – von der Diagnostik über das Tu-

morboard bis zur Operation und Nachsorge. Zusammen mit Prof. Antonio Nocito und Dr. Andreas Keerl als weitere zertifizierte Darmkrebschirurgen haben wir ein starkes chirurgisches Team. Der HSM-Auftrag ist also eine Bestätigung dafür, dass diese Strukturen am KSB vorhanden sind. ☑

– WAS HOFFNUNG MACHT –

Neue Therapiekonzepte zielen auf den Erhalt des Rektums ab. Die sogenannte total neoadjuvante Therapie (Chemotherapie und Bestrahlung) kann bei Enddarmkrebs dazu führen, dass Tumore komplett verschwinden. Danach kann nach dem Prinzip «watch and wait» verfahren und auf eine Operation unter Umständen verzichtet werden.

– UNSER APPELL –

Blut im Stuhl oder eine anhaltende Veränderung des Stuhlgangs sind Alarmzeichen, denen auf den Grund gegangen werden muss. Zur Vorsorge empfiehlt die Krebsliga den über 50-Jährigen eine Dickdarmspiegelung (Colonoskopie) oder einen sogenannten FIT-Test (immunchemischer Stuhltest zur Krebsvorsorge, falls positiv folgt eine Dickdarmspiegelung).

– UNSERE EXPERTISE –

Krebsoperationen am Rektum sind komplexe und technisch anspruchsvolle Eingriffe: Das KSB darf die tiefe Rektumresektion durchführen. Das Bauchzentrum hat den Leistungsauftrag der Hochspezialisierten Medizin (HSM).





15 - 16

Zentimeter beträgt die Länge des Rektums beim Erwachsenen. In diesem Abschnitt erfolgt die Speicherung des Stuhls sowie die koordinierte Auslösung der Defäkation.

300

Milliliter beträgt das Fassungsvermögen des Enddarms. Er dient als flexibler Speicher und kann den Stuhl sammeln, ohne dass wir sofort handeln müssen. Achtung: Nicht zu lange verheben!

40 - 80

mmHg beträgt der Druck des inneren Schliessmuskels im Ruhezustand. Er sorgt dafür, dass der Enddarm dicht bleibt – auch beim Husten, Lachen oder Heben.

» Tickets für andere kaufen - ohne mitzureisen!



shop.rvbw.ch



AKB Sanierungshypothek

Jetzt zu Vorzugskonditionen
energetisch sanieren

Heizungsersatz
Fensterersatz
Fassadensanierung
Dachsanierung
Solaranlage
Kellerdecke /-boden

* Der Zinssatz kann sich aufgrund von Veränderungen
am Kapitalmarkt in Zukunft ändern.

Zinssatz
0,50%*
Festhypothek
5 Jahre



Aargauische
Kantonalbank



akb.ch/sanieren



ANNO 1833

EIN LOCH IM BAUCH

Am 6. Juni 1822 wird der kanadische Trapper Alexis St. Martin durch einen Schrotschuss schwer am Bauch verletzt. Er überlebt knapp, doch die Wunde schliesst sich nie vollständig. Zurück bleibt eine Fistel, ein kleines Loch, das direkt in seinen Magen führt. Was für St. Martin ein lebenslanger Makel ist, wird für die Medizin zum Glücksfall.

William Beaumont, Armeechirurg an einem abgelegenen Fort, erkennt die Einzigartigkeit des Falls. Zum ersten Mal kann ein Arzt den Magen eines lebenden Menschen direkt beobachten. Ein Organ, das bis dahin verborgen war, liegt offen – fernab von Seziertischen und Leichengeruch.

Beaumont beginnt systematisch zu experimentieren. Er lässt St. Martin essen, beobach-

tet den Verdauungsvorgang und senkt Fleischstücke an Fäden in den Magen. Das Fleisch löst sich im Magensaft auf. Verdauung erweist sich nicht als geheimnisvolle Lebenskraft, sondern als chemischer Prozess. Damit widerspricht er jahrhundertealten Vorstellungen aus der antiken Humoralmedizin.

Beaumont erkennt zudem, dass Verdauung von Bewegung, Emotionen und Krankheit beeinflusst wird und auch im Schlaf weiterläuft. Stress verlangsamt sie, Ruhe beschleunigt sie. Der menschliche Körper erscheint nicht mehr als rätselhafter Ofen, sondern als fein abgestimmtes System.

St. Martin erhält Geld für die Experimente und lebt noch Jahrzehnte mit der Fistel. Er heiratet, gründet eine Familie und arbeitet als Trapper und Handwerker. Beaumont wiederum veröffentlicht 1833 seine Erkenntnisse unter dem Titel *Experiments and Observations on the Gastric Juice and the Physiology of Digestion*.

Das Buch macht ihn weltbekannt und verändert das Verständnis des menschlichen Körpers nachhaltig. Was als tragischer Jagdunfall begann, endet als wissenschaftliche Zäsur. Ein einzelner Mensch, ein offener Magen und ein Arzt, der genau hinsah. ▣



Paragangliom, Hyperaldosteronismus, Gallium-68, NET – medizinische Begriffe, die plötzlich wie fremde Ortsnamen auf einer Landkarte meines Körpers standen. Was als unscheinbare Abklärung begann, wurde im KSB zu einem Weg mit präziser Diagnostik, fachlicher Exzellenz und gelebter Zusammenarbeit. Dass dieser Weg mir das Leben gerettet hat, verdanke ich den Menschen und der Medizin im KSB.

ES GEHT WEITER!

TEXT **Simon David** BILD **Boris Gassmann**

Es begann harmlos. So harmlos, wie medizinische Geschichten oft beginnen. Ein paar Kopfschmerzen, nichts Dramatisches. Ich schob sie auf Stress, auf Termine, auf das Leben. In der Abteilung Marketing und Kommunikation, wo ich unter anderem für die Produktion des KSB-Magazins und Medienanfragen verantwortlich bin, ging es gerade wieder hoch her. Trotzdem nahm ich mir die Zeit, vom Büro im vierten Stock ins Erdgeschoss des Partnerhauses 2 zu gehen und mich beim personalärztlichen Dienst vorzustellen. «Lassen wir das abklären», sagte Dr. Dorette Meier Kleeb nach einer auffälligen Langzeitblutdruckmessung. Routine. Ein Ultraschall der Nieren und Nebennieren, um mögliche Ursachen für den Bluthochdruck auszuschliessen.

Am 21. Mai 2025 lag ich bei Dr. Gerhard Stuckmann in der Radiologie des KSB auf der Liege. Gel auf dem Bauch, der Blick an die Decke gerichtet. Smalltalk. Nieren unauffällig. Trotzdem wurde er plötzlich ruhiger. Radiologen, so —>



Auf den Spuren meines Diagnosepfads: Im Untersuchungszimmer des personalärztlichen Dienstes beginnt mein Weg als Patient durch das KSB.



Beim Ultraschall wird der Tumor in meinem Bauch zufällig entdeckt und im MRI (rechts) tags darauf bestätigt.

sagt man, sind manchmal Profis im Schweigen. Vor allem, wenn sie etwas entdecken. Stille. Dr. Stuckmann schaute genauer auf den Monitor, schob den Schallkopf ein paar Millimeter weiter, hielt wieder inne. «Da ist ein Schatten», sagte er. Seine Stimme blieb sachlich, aber in meinem Kopf ging plötzlich alles schneller.

Dieser Schatten könne ein Paragangliom sein, meinte er. Ein was? Der erfahrene Radiologe klärte mich auf. Bei einem Paragangliom handelt es sich um einen seltenen Tumor im Bauchraum, der Hormone ausschütten kann und so Bluthochdruck verursacht. Adrenalin, Noradrenalin, Dopamin – Hormone, die den Körper in Daueralarm versetzen. Wie ein Reh, das ständig auf der Flucht ist. Dieser Schatten befand sich retroperitoneal. Noch so ein Fachbegriff. Auf gut Deutsch: hinter dem Bauchfell. Nicht spürbar, nicht sichtbar, doch plötzlich sehr real. Ein Tumor!

Ich hatte nie Magen-Darm-Probleme. Wirklich nie. Kein Erbrechen, keine Durchfälle, keine Verstopfung. Das einzige Mal, dass ich mich in meinem Leben übergeben habe, war 1986 nach einer Narkose als Kind. Damals noch wegen des Lachgases als Anästhetikum. Mein Bauch war immer mein ruhigstes Organ. Und jetzt das.

Am nächsten Tag ging alles schnell. MRI-Untersuchung. Natürlich auch im KSB. Keine Schonfrist. Kein «wir schau-

en mal». Kein Abwarten. Das Ergebnis war für mich ernüchternd, für die Fachleute im Haus eindeutig: keine Zyste, nichts Harmloses, das von allein wieder verschwindet. Leider! Ein Tumor. 3,5 Zentimeter im Durchmesser.

Schock ist ja ein grosses Wort, aber es traf ziemlich genau das Gefühl, wie ich mir einen radikalen Lebenschnitt nach einer schlimmen Diagnose vorstelle. Gedanken ans Lebensende rauschen in Sekundenschnelle durch den Kopf. Auch der Bauch meldete sich mit einem flauen Gefühl in der Magengrube. Antonio Marketin, Oberarzt in der Radiologie, behielt hingegen einen klaren Kopf und erklärte mir, dass es sich aufgrund von Lage und Aussehen um einen neuroendokrinen Tumor, kurz NET, handeln könnte. Nett ist der gar nicht. Dafür selten. Sehr selten. Rund 80 bis 170 Neuerkrankungen pro Jahr gibt es in der Schweiz. «Dann sollte ich Lotto spielen», witzelte ich. Humor stirbt zuletzt.

Die Bluttests folgten. Die klassischen Tumormarker schlugen nicht an – was bei einem NET nicht ungewöhnlich ist. Stattdessen hatte ich einen erhöhten Aldosteronwert. Und der rief die Endokrinologin im KSB, Dr. Michelle Egloff, auf den Plan. Sie hatte immerhin die gute Nachricht im Gepäck: Die freien Plasma-Metanephrine waren normal. Damit war ein hormonaktives Paragangliom prak- —>





Die Zellen leuchten auf den PET/CT-Bildern. Hightech-Medizin, die sichtbar macht, was sich gerne versteckt. Für Prof. Irene Burger, Leiterin der Nuklearmedizin, sprachen die Bilder Bände.

tisch ausgeschlossen. Für mich ein kleines Erfolgserlebnis im grossen Ungewissen.

Wegen des erhöhten Aldosterons im Blutbild musste dennoch weiter abgeklärt werden. Könnte ein Tumor in der Nebenniere oder der Nebennierenrinde dahinterstecken? Es folgte der Kochsalz-Infusionstest, natürlich wiederum im KSB – wo denn sonst? Zwei Liter Kochsalzlösung wurden mir in vier Stunden in die Venen gegeben. Das ist der Bestätigungstest für einen primären Hyperaldosteronismus. Das Ergebnis: Die Werte waren so, wie sie bei einem gesunden Menschen sein sollten. Tumore in der Nebennierenrinde damit obsolet. Puh! Diese Entwarnungen waren auf meinem Untersuchungspfad kleine Lichtungen im Dickicht der Ungewissheit. Sie machten den Tumor nicht kleiner, aber sie liessen mich zwischendurch wieder freier atmen. Doch die Angst blieb.

Anfang Juli folgte dann die Untersuchung in der Nuklearen Medizin im KSB, die alles zusammenführen sollte: das – Achtung, jetzt wird es kompliziert – ^{68}Ga -DOTATATE-PET/CT stand an. Eine schwach radioaktive Substanz wird gespritzt – Gallium-68, gebunden an DOTATATE, ein Somato-

statin-Analogon. Dieses Zeug fliesst dorthin, wo neuroendokrine Tumorzellen besonders viele Andockstellen haben. Die Zellen leuchten dann auf den PET/CT-Bildern. Hightech-Medizin, die sichtbar macht, was sich gerne versteckt. Für Prof. Dr. Irene Burger, Leiterin der Nuklearmedizin, sprachen die Bilder Bände. Der Sekundärtumor, die Läsion, war mit seinen 3,5 cm da. Klar sichtbar. Gut differenziert. Homogen. Langsam wachsend. «Er ist nicht wegzudiskutieren», lautete ihr Fazit. Aber auch nicht hoch aggressiv. Erleichterung? Nur bedingt. Das Wort «Tumor» verliert nie seinen Schrecken.

Um den Primärtumor genauer zu lokalisieren, musste ich mich einer Koloskopie beim Gastroenterologen Dr. Radovan Pricj im KSB-Partnerhaus 1 unterziehen. Mein Darm wurde begutachtet, Zentimeter für Zentimeter. Das Fazit: «Vorbildlich.» Das klingt wie blanker Hohn. Ich hätte lachen können. Oder weinen. Denn gesehen wurde: nichts. Passt aber zu meinen Voraussetzungen: Ich bin Nichtraucher, trinke keinen Alkohol, einigermassen schlank, sportlich unterwegs. Risikofaktoren – mal abgesehen von Schoggi und Gummibärchen – gleich null. Doch was paradox klingt, ist bei Dünndarm-NETs typisch. Die Primärtumore sind win- →

Der innovativste Optiker weit und breit präsentiert Ihnen die neusten «SwissClip» Modelle!

Ein einfacher «Klick»...

...und diese Korrekturbrillen werden dank dem praktischen Magnetclip
augenblicklich zu vollwertigen, modisch-coolen Sonnenbrillen!

Topmodische und federleichte Brille

Brillengläser aus CH-Produktion*



Praktischer Magnet-Clip

SWISS CLIP

Die neuen Modelle warten
auf Ihre Entdeckung!



Alle Modelle mit TOP UV-Schutz



Neu mit Haltebügel
für sportliche Aktivitäten



1 **Brille** + 1 **Sonnenclip**
+ 2 **Gläser einfache Sicht***

jetzt
nur

580.-

1 **Brille** + 1 **Sonnenclip**
+ 2 **Gläser Version Gleitsicht***

jetzt
nur

980.-

Wählen Sie aus über
200 topmodischen
Brillen-Neuheiten!

*Die Gläser sind nach den strengen Standards der ISO Norm gefertigt. Kunststoff 1.6 = dünner & leichter
Hartschicht / Super-Entspiegelt / mit schmutzabweisendem Lotus Effekt / 2 Jahre Garantie / Swiss quality

stadtoptik
Das Haus der lupenreinen Optik

Stadtoptik O. Mühlethaler GmbH
Hauptgasse 33, 4500 Solothurn
Telefon 032 623 24 30

www.stadtoptik.ch

**100%
WIR**



Hersteller	GE Healthcare
Modell	Discovery PET CT
Bestandteil	Scanner
Material	Metall
Farbe	Weiß
Abmessungen	1800 x 1800 x 2200 mm
Gewicht	1200 kg
Lebensdauer	10 Jahre
Wartung	Jährlich
Reparatur	24 Stunden
Garantie	3 Jahre

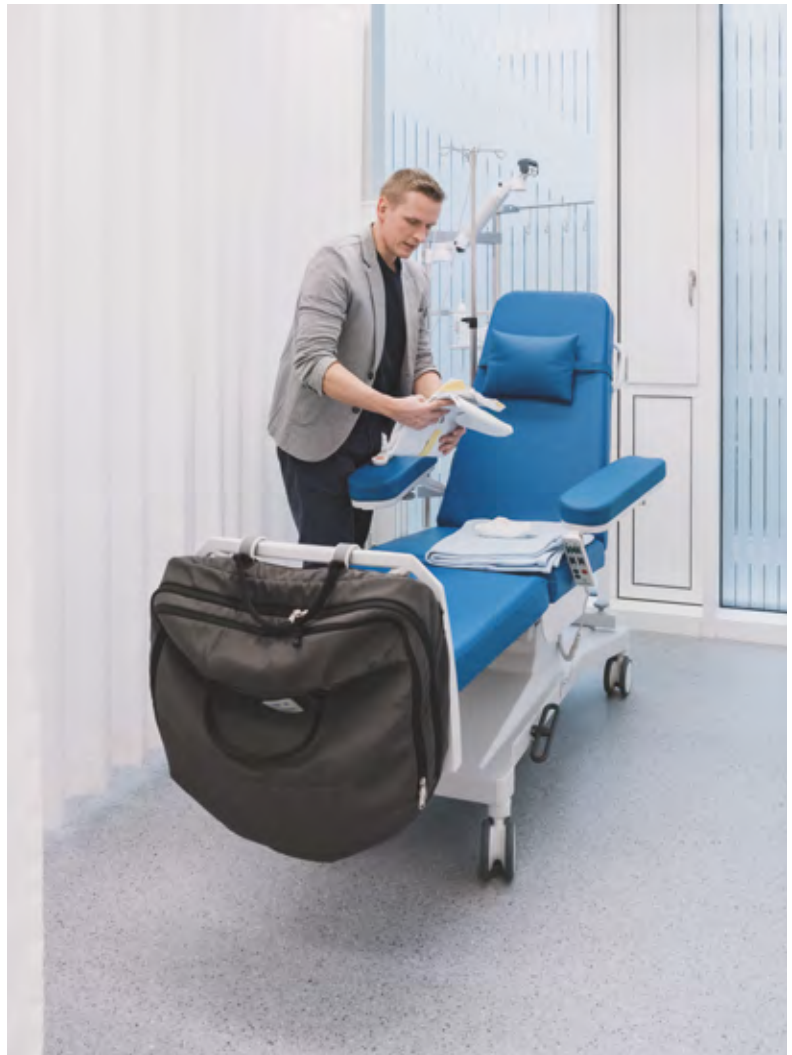
PET CT



Röntgenstrahlung
Rays X
Raggi X



Es geht weiter: In der Nuklearmedizin (li.) wird der neuroendokrine Tumor genau bestimmt und verortet, ehe es in der Kojen der OP-Vorbereitung (re.) ernst wird.



zig, oft unter einem Zentimeter, und liegen tief in der Darmwand. Und: Eine Koloskopie erreicht den langen Dünndarm anatomisch gar nicht richtig. Exakt dort sass mein Tumor – bis zum 24. September 2025.

An diesem Tag ging es ihm an den Kragen. Endlich. Auf all die Abklärungen folgte die Operation. Prof. Antonio Nocito und Dr. Pascal Herzog übernahmen. Ich bekam davon zwar aufgrund meiner Narkose zum Glück nichts mit, aber für die Operateure war rasch klar: Es braucht einen grossen Schnitt. Kein minimalinvasiver Zaubertrick, wie ich es gehofft hatte. Was soll's: Mit 45 braucht man auch kein Sixpack mehr. Der Primärtumor wurde gefunden. 0,9 Zentimeter klein, also kleiner als mein Fingernagel. Und doch so folgenreich. Ein 14 Zentimeter langer Bauchschnitt, rund um den Nabel. Präzision. Ruhe. Erfahrung. Prof. Nocito nahm eine R0-Resektion vor, sprich eine vollständige Entfernung. Neben dem kleinen Primärtumor und dem viel grösseren Ableger musste er mir rund einen Meter Dünndarm entnehmen. «Aber das ist nicht so schlimm», sagte er später auf der Visite. «Sie haben ja über sechs Meter davon.»

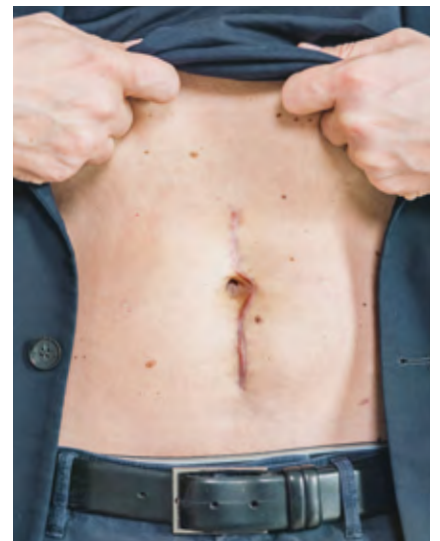
Sein grösstes Augenmerk galt der Versorgung des Darms. Der Dünndarm ist fein, sensibel, dicht verzweigt. Die beiden neu zusammengenähten Enden mussten perfekt durchblutet sein, sonst drohen Undichtigkeiten oder eine Unterversorgung. Bei mir lief alles rund.

Die sechs Tage auf der Station vergingen wie im Flug. Wenn manchmal auch der Arbeitstag so schnell vorbei wäre. Gedanken, die ich beim Blick aus meinem Zimmerfenster im fünften Stock des Neubaus so hatte. Dank engagierter Pflege, freundlicher Hotellerie, einer ordentlichen Portion Morphium sowie einem netten Zimmernachbarn war der Aufenthalt im Neubau angenehm. Die Schmerzen erträglich. Die Narbe heilte rasch. Nichtsdestotrotz wird sie bleiben. Als Erinnerung. Und als Mahnmal für mein Glück.

Ein nicht-hormonaktiver NET im Dünndarm ist gefährlich. Lebensgefährlich. Weil man lange nichts spürt, während sich der Tumor über die Lymphbahnen ausbreitet – in Lymphknoten, zur Leber, in die Nähe der Bauchspeicheldrüse. Wird er früh erkannt – meist sind es Zufallsbefunde – kann er gezielt entfernt werden. Genau das ist bei mir passiert. —>



Auf der Zielgeraden der Genesung: Sechs Tage im Patientenzimmer im fünften Stock (li.) vergehen im Flug. Es bleiben: Eine Narbe und das gute Gefühl, zum richtigen Zeitpunkt im KSB gewesen zu sein.



Allerdings endet meine Geschichte nicht mit der Operation. Trotz kompletter Resektion bleibt ein Restrisiko. Deshalb die Nachsorge. Für mich heisst sie: halbjährlich PET/CT im Wechsel mit MRI. Die KSB-Pathologie hat den Tumor genau bestimmt. Es ist klar, wonach gesucht werden muss. Am Tumorboard diskutierten Experten aus den unterschiedlichsten Fachgebieten den Behandlungsplan. Betreut werde ich nun von Dr. Raphaël Delaloye, Onkologe am KSB-Aussensstandort in Brugg und ein ausgewiesener NET-Spezialist. Diese interdisziplinäre Zusammenarbeit – für mich ein Glücksfall.

Mein Bluthochdruck hatte übrigens mit all dem nichts zu tun. Familiäre Hypertonie ist die Ursache. Die Gene gewissermassen. Aber auch das ist eine gute Erkenntnis. NETs sind nicht vererbbar. Als zweifacher Familienvater ist das vielleicht die beste Nachricht von allen. Ansonsten weiss man noch nicht viel über diese neuroendokrinen Tumoren.

Was bleibt, ist die Frage, die sich wohl jeder Krebspatient stellt: Warum gerade ich? Vielleicht liegt es an meinem Mikrobiom im Darm. Neueste Studien deuten so etwas an. Alles andere ist Spekulation. Nur eines steht definitiv fest: Ohne diese Ultraschalluntersuchung wäre meine Geschichte ganz anders verlaufen. Danke, KSB! 🙏

Simon David ist seit 2023 als Mediensprecher am KSB tätig. Das Leben des früheren Sportjournalisten und Zeitungsredaktors zeichnen drei Leidenschaften aus: Fussball, Familie und Fernweh. Natürlich in stetig wechselnder Reihenfolge. Gerne zitiert er auch Friedrich von Schiller: «Alles was man über das Leben lernen kann, ist in drei Worte zu fassen: Es geht weiter!»



DER DARM IST, WAS DU ISST!

Die Gesundheit des Darms ist das Fundament für unser Wohlbefinden. Entscheidend ist also, womit wir ihn füttern. Ursula Schulz, Leiterin der Ernährungsberatung am KSB, erklärt, welche Lebensmittel helfen, den Darm zu stärken und zu fördern.

1) Die Putzkolonne

Alles andere als belastend: Ballaststoffe fördern die Verdauung und reinigen den Darm. Ein Linsencurry oder Hummus enthalten beispielsweise viele Nahrungsfasern.

2) Freundliche Bakterien

Lebende Mikroorganismen in fermentierten Lebensmitteln wie Joghurt, Quark, Skyr und Sauerkraut fördern das Mikrobiom und wirken entzündungshemmend.

3) Wasser marsch!

Trinken ist das A und O – nicht nur bei Hitze. Ausreichend Wasser sorgt für eine gute Verdauung, hilft beim Transport von Nahrungsresten sowie Giftstoffen und hält den Darm feucht.

4) Schutzengel

Zeit für Orangen? Unbedingt! Antioxidantien in Blaubeeren und Zitrusfrüchten schützen den Darm vor Zellschäden und befeuern die Gesundheit der Darmzellen.

5) Banana!

Die Minions scheinen es zu wissen: Präbiotische Lebensmittel wie Bananen und Chicorée fördern das Wachstum gesunder Bakterien im Darm.

6) Coole Helden

Der Griff ins Kühlregal kann durchaus nützlich sein: Probiotische Getränke wie Kombucha und Kefir stabilisieren das Mikrobiom und stärken zusätzlich das Immunsystem.

7) Von wegen süß

Bitte nicht zu viel Zucker! Er fördert das Wachstum schädlicher Bakterien im Darm und begünstigt Entzündungen.

8) Da muss Würze rein

Mmmh, lecker! Kurkuma, Ingwer und Knoblauch wirken entzündungshemmend und fördern nachweislich die Verdauung. ☒



Das Ideale Umfeld für Ihre Genesung

Die Privat-Klinik Im Park hat sich als anerkannte Rehabilitationsklinik auf die Betreuung von Patientinnen und Patienten mit akuten oder chronischen Erkrankungen oder nach Operationen des Bewegungsapparats, altersbedingten Erkrankungen sowie mit neurologischen Beschwerden spezialisiert. Sie liegt inmitten der historischen Kurlandschaft vom Bad Schinznach – einer einzigartigen Umgebung, die Rekonvaleszenz und Rehabilitation begünstigt.

Leistungsaufträge Spitalliste Kt. Aargau

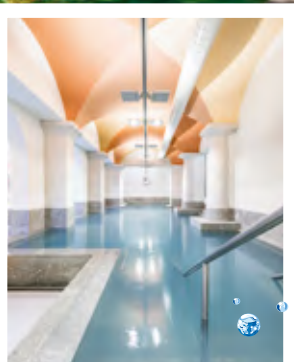
- muskuloskelettale Rehabilitation
- neurologische Rehabilitation

Begleitpersonen profitieren von Sonderkonditionen bei Übernachtung im Begleitbett oder im 4*Kurhotel Im Park

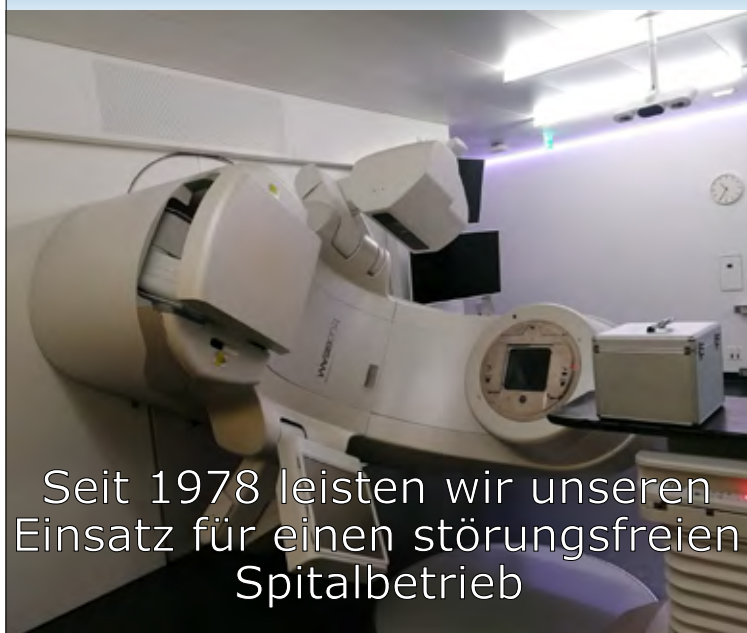


Privat-Klinik Im Park

Badstrasse 50 · CH-5116 Schinznach-Bad
Tel. 056 463 77 63 · patientenaufnahme@bs-ag.ch



Ohne Strom gehen nicht nur die Lichter aus!



Seit 1978 leisten wir unseren Einsatz für einen störungsfreien Spitalbetrieb



Paul Hitz AG
Elektrische Unternehmungen

056 296 2525 | info@hitz.ch | hitz.ch

VIELE FÄHIGKEITEN EIN TEAM



Hächler

Umbau und Renovation

Die Hernie

Das lateinische Wort

HERNIA

heisst zwar «Bruch», meint aber nur eine Schwachstelle der Bauchwand.

Die Hernie ist somit der einzige «Bruch», bei dem tatsächlich nichts bricht.

Durch diese **Schwachstelle** können sich Fettgewebe oder Darm nach aussen vorwölben.

Chirurgen sagen dazu:

«Der Darm ist wie ein neugieriger Tourist. Er geht dort hin, wo es offen ist.»

Die

LEISTENHERNIE

ist der Klassiker und macht rund

3/4

aller Hernienfälle aus.

Männer trifft es deutlich häufiger.
Viele merken lange nichts davon.
Die Hernie ist nämlich oft leise, aber sehr ausdauernd.

Etwa jeder

4. MANN

entwickelt im Laufe seines Lebens eine Hernie.

Bei **Frauen** liegt das Risiko nur bei

3-5%

Gleichberechtigung endet offensichtlich an der Bauchwand.

Schmerz ist kein

verlässlicher Warnindikator:

Grosse Hernien können kaum Beschwerden machen, während

KLEINE EXTREM SCHMERZHAFT

sind – medizinisch paradox, aber klinischer Alltag.

Die Leistenhernien-

OPERATION

ist eine der häufigsten OPs weltweit, dauert oft nur

30-60 MINUTEN,

erfolgt heute meist ambulant und nutzt Netze aus Polypropylen, also Hightech aus dem «Baumarkt der Medizin».

Husten, Pressen und

schweres Heben verursachen meist **keine Hernie**, sondern entlarven lediglich eine bereits vorhandene Schwachstelle. Die Hernie war also vorher da, nur noch nicht auffällig.

Eine Hernie heilt niemals spontan, egal wie viel Bauchmuskeltraining, Bandagen oder gutes Zureden man investiert.

«ONCE A HERNIA, ALWAYS A HERNIA»,

lautet der berühmte chirurgische Merksatz. Die einzige Therapie ist die Operation.

Schon Hippokrates

beschrieb Hernien, im Mittelalter versuchte man sie mit Druck, Hitze, Gürteln und Gebeten zu behandeln.

Dass wir heute operieren, ist ein echter Fortschritt.

IM KSB WEISS MAN, WIE HERNIE GEHT.

Jährlich werden über 500 solcher Eingriffe vorgenommen.

Sollen wir Entscheidungen aus dem Bauch heraus treffen? Auf jeden Fall! Denn unser Darm denkt mit. Permanent. Er funkelt ununterbrochen mit dem Kopf, mischt bei Laune, Stress und Glück kräftig mit und ist erstaunlich schlau. Doch warum ist er wie ein zweites Gehirn? Diese Zahlen, Daten und Fakten liefern die Begründung.

BAUCH SCHLÄGT KOPF, MANCHMAL ZUMINDEST

90 % DER
KOMMUNIKATION

Der Informationsfluss verläuft hauptsächlich vom Darm zum Gehirn. Der Bauch meldet ständig, wie es um Nahrung, Stress und Stimmung steht. Nur 10 % der Signale gehen von unserem Gehirn aus.

5 - 10
SEKUNDEN

Der Vagusnerv, der längste Hirnnerv, überträgt Signale wie Hunger, Sättigung, Entspannung oder Stress direkt zwischen Bauch und Kopf. Das dauert in der Regel nicht mehr als 5 bis 10 Sekunden. Auf dieser Datenautobahn geht es also schneller zu als bei der Entstehung von Gedanken.

100 MIO.
NEURONEN

So viele Nervenzellen sitzen im enterischen Nervensystem. Damit kann der Darm unabhängig denken, fühlen und reagieren. Auch ganz ohne direkte Befehle aus dem Kopf.

70 % DES
IMMUNSYSTEMS

Der grösste Teil unserer Immunabwehr sitzt im Darm. Stimmung, Entzündung und Infektanfälligkeit hängen also sehr eng mit ihm zusammen.

200 BIS
400 M²
OBERFLÄCHE

So gross ist die innere Oberfläche des Darms durch Falten, Zotten und Mikrozotten. Eine riesige Schnittstelle für Signale, Nährstoffe und Botenstoffe.

30 - 40
NEUROTRANSMITTER

Mindestens so viele Botenstoffe werden im Darm gebildet oder beeinflusst. Dazu zählen Serotonin, Dopamin, Adrenalin, Acetylcholin und GABA.

30'000 MRD. MIKROORGANISMEN

Im Darm leben mehr Bakterien, als wir Körperzellen haben. Jede Person besitzt ein einzigartiges bakterielles Fingerabdruck-Profil. In einem gesunden Mikrobiom überwiegen nützliche Mikroben, die zahlreiche Aufgaben wahrnehmen – zum Beispiel als Stimmungsaufheller, Ballaststoffverwerter, Entzündungshemmer, Verdauungshelfer oder Immunsystemtrainer.

1'500 BAKTERIENARTEN

So viele verschiedene Mikrobenarten können im menschlichen Darm vorkommen. Die Anzahl hängt allerdings von der Nahrung, dem Alter und dem Lebensstil der jeweiligen Person ab.

NACH WENIGEN MINUTEN

Schon kurz nach der Geburt beginnt die Besiedelung des Darms mit Bakterien. Die Zusammensetzung prägt Stoffwechsel und Psyche langfristig.

2 KG MIKROBIOM

So schwer ist die Gesamtheit unserer Darmbakterien – schwerer als das Gehirn. Sie beeinflussen Verdauung, Immunsystem und sogar unser Verhalten.

40% HÖHERE SCHMERZEMPFINDLICHKEIT

Studien zeigen: Frauen haben eine so viel höhere viszerale Schmerzempfindlichkeit im Darm. Das Bauchhirn funkt demnach intensiver ans Gehirn.

BIS ZU 3-MAL HÄUFIGER

leiden Frauen unter einem Reizdarm. Oder anders ausgedrückt: 65 bis 75 % aller Reizdarm-Betroffenen sind Frauen. Besonders sensibel reagiert dabei die Darm-Hirn-Achse auf Stress und Emotionen.

95% DES SEROTONINS

Fast das gesamte Glückshormon entsteht im Darm und beeinflusst dann von dort unsere Stimmung, den Schlaf, den Appetit und das Schmerzempfinden im Gehirn.

Lesen Sie unseren Blog-Beitrag
«Bauchhirn: Denkt der Darm mit?»:



**Doktor Uhu**

Stiller Beobachter des Kantonsspital Baden

Bitte mehr Bauch!

Hätte ich doch nur auf meinen Bauch gehört!» Dass der Mensch im Laufe seines Lebens zu solch einer Erkenntnis gelangt, liegt in der Natur der Sache. Und an der Erfahrung. Jedenfalls endet die Einsicht, wenn mal was schief läuft, regelmässig in jenem kopfschüttelnden Resümee. Etwa beim Katerfrühstück. Oder wenn die Kugel beim Roulette im letzten Moment auf Schwarz springt. Oder wenn das letzte Raclette-Pfännchen den Ranzen zum Platzen bringt. Verkopfte Entscheidungen entpuppen sich einfach als schwer verdauliche Kost.

Rund und stimmig ist hingegen das liebe Bauchgefühl. Es stammt ja aus der Mitte des Körpers, «dem ehrlichsten Teil des Menschen», wie ihn der Naturforscher Georg Christoph Lichtenberg im 18. Jahrhundert nannte. Und recht hat er. Der Bauch knurrt, grummelt und verrät Dinge, die wir mit Hirn und Herz lieber ausblenden.

Medizinisch betrachtet ist er zudem ein Multitalent. Ach was! Er ist ein Schwergewicht des Körpers – passend zu den Feinkost-Gewölben, die so mancher vor sich herschiebt. Dieses Wunderwerk begeistert mit anatomischen Superlativen. Der menschliche Darm ist rund sieben Meter lang, 70 Prozent unseres Immunsystems sind dort verortet und in ihm arbeiten Abermilliarden Mikroorganismen. Diese kleinen Dinger halten uns übrigens bei Laune – oder eben nicht. Hier entstehen jedenfalls die intuitiven Gefühle. Mal mit, mal ohne Schmetterlinge. «Der Magen», sagte einst Molière, «ist

der beste Ratgeber.» Widersprechen will man ihm nicht. Schon gar nicht im KSB.

Seit fünf Jahren widmet sich das KSB-Bauchzentrum ganz intensiv diesem Innenleben. Gemeinsam lauschen die Spezialisten aus Gastroenterologie und Viszeralchirurgie dem Bauch, wenn er flüstert oder schreit. Das ist auch gut so. Zum einen hat eine englische Studie gezeigt, dass es Ärztinnen und Ärzten hilft, wenn sie auf ihr Bauchgefühl hören, insbesondere, wenn sie dabei auf langjährige Erfahrungen mit den jeweiligen Erkrankungen zurückgreifen. Und zum anderen sind Schmerzen oberhalb der Gürtellinie kein Randthema: Rund jeder zweite Mensch hat mindestens einmal pro Jahr relevante Bauchbeschwerden. Zahlen, bei denen sich einem der Magen umdreht. Sie verdeutlichen aber, dass wir unserer Wampe nicht zu viel zumuten sollten – und vor allem auf sie hören. Es lohnt sich.

Experten der Harvard-Universität schätzen, dass 95 Prozent unserer Entscheidungen aus dem Bauch getroffen werden. Das ist in allen Lebenssituationen praktisch. Wenn man es denn umsetzt. Kürzlich hat mir meine Frau wie so oft Löcher in den Bauch gefragt. Sie hätte ihn gerne so flach wie früher. Ohne Reservepolster. Wie ich das fände? Meine lösungsorientierte Antwort: «Mal dir doch einen Nabel auf den Rücken!» – Nur so viel: Der Versuch, die Aussage noch mit meinem eigenen Rettungsring zu relativieren, mündete in einer Nacht in getrennten Schlafzimmern und in der Einsicht: Hätte ich doch nur auf meinen ... Sie wissen schon! ▣

Für Sie da im Partnerhaus des Kantonsspitals Baden

Balgrist PartnerOrtho

Orthopädie - Schuhtechnik

- Schuheinlagen
- Schuhzurichtungen
- Massschuhe

Orthopädie - Technik

- Prothesen
- Orthesen
- Bandagen

Sanitäts- und Schuhfachgeschäft

- Kompressionsversorgungen
- Komfortschuhe
- Alltagshilfen

Balgrist PartnerOrtho AG
Im Ergel 1, 5404 Baden
+41 56 486 18 90
www.bpOrtho.ch

Ihre Bewegungsfreiheit
Unsere Leidenschaft



KS_B Kantonsspital
Baden
Ort der Gesundheit

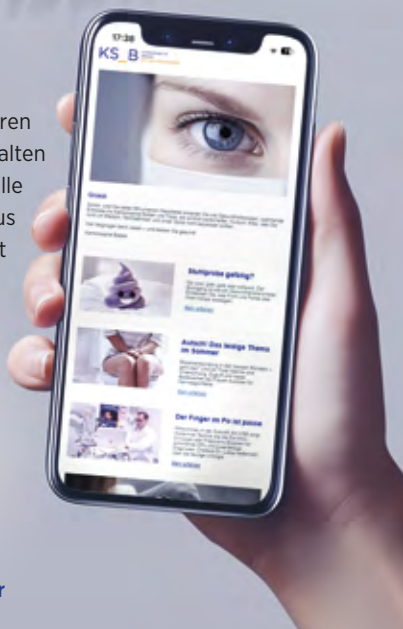
Gesundheit bewegt. Wissen inspiriert.

KSB Newsletter Abonnieren
Sie unseren Newsletter und erhalten
Sie spannende Themen, wertvolle
Tipps und exklusive Einblicke aus
dem Kantonsspital Baden direkt
in Ihr Postfach.

Jetzt
abonnieren:



www.ksb.ch/ksb-newsletter



**Ihre Werbung mit
grosser Wirkung
durch uns
RICHTIG platziert!**

**Wir platzieren Ihre Werbung am
RICHTIGEN Ort**

**peyer & partner
media gmbh**

t +41 (0)43 388 89 73
m +41 (0)79 599 50 55

im brühl 10
ch-8112 otelfingen

walter.peyer@peyermedia.ch
www.peyermedia.ch



KS_B

Kantonsspital
Baden
Ort der Gesundheit

Gesundheitsmagazin



Der Hauptgewinn

2 Übernachtungen in der Nest Suite für 2 Pers. im **Baumhotel My Arbor ******* in Brixen (Südtirol) inkl. Halbpension.

MY
ARBOR
DOLOMITES



2. Preis

5x **200-Franken-Gutscheine** für mehr Schönheit von **Coiffure Grimm** in Baden.



COIFFURE
Grimm
SINCE 1924
50 JAHRE



3. Preis

6x ein Jahresabo für das **Physiozentrum Limmatfeld** in Dietikon im Wert von je 1'190.- Franken.

 **Physiozentrum**
Limmattfeld

Das letzte Wort haben unsere Patientinnen und Patienten. Dank, Lob, Kritik und gelegentlich auch ätzende Kommentare: Die Google-Rezensionen zeigen, wie vielfältig Rückmeldungen sein können.

ALLEN RECHT GETAN, EINE KUNST, DIE NIEMAND KANN!



★★★★★

Don-Camillo

Liebes KSB, liebes Bauchzentrum, OP und Stations-team. Hatte Montag Nacht dem 12. Januar meine Gallenblasen OP und möchte hiermit ein grosses Dankeschön und Lob aussprechen, vor allem auch dem Team die mich im Zimmer 566 betreuten. Ihr macht Euren Job mit viel Herzblut und Leidenschaft das habe ich gespürt. Herzlichen Dank. Auch dem OP Team und der Betreuung im Aufwachraum ein herzliches Dankeschön für Eure wortvolle professionelle Arbeit. Ich habe mich zu jeder Zeit in besten Händen gefühlt. Ihr habt ein top organisiertes Spital und das spürt man sehr als Patient. Sollte ich wieder einmal eintreten müssen weiss ich, da bin ich in besten Händen. Herzlichen Dank



★☆☆☆☆

As-Zu-69

Die Ärzte und das Personal sind sehr schlecht ausgebildet, zu langsam, alle jung und ohne jegliche Fachkenntnisse.



★★★★★

Schweizer-64

Ich war nun schon oft leider krankheitsbedingt im KSB, ich hatte immer ein Positives Bild des KSBs. Mein heutiger Besuch übertraf jedoch alles. Der Neubau des Kantonsspitals ist topmodern. Die Bedienung freundlich und der Check in unkompliziert. Besonders die einfache Anmeldung um eine Verwandten zu besuchen gefiel mir sehr. Für weitere unvorhersehbare Unfälle wähle ich das KSB!



★☆☆☆☆

Alfredo-T

War am Donnerstag Notfall in Spital Baden, Ärzte haben meine Tochter über 4 std. Nicht behandelt, obwohl wir sie gebeten haben, dass sie bitte Zeit nehmen sollen, da sie konstant 39 bis 40 Grad Fieber hatte. Ich habe da um 03:00 Uhr aufgeben zu warten und ging in Spital Muri. Niiiiiiiie wider Spital Baden !!! Das ist kein Fake Rezension!



★★★★★

Vanessa-S

Ganz ehrlich, ich würde 10 Sterne geben wenn ich könnte. Wir waren bereits mehrfach dort und egal wo, ich habe immer nur super nette Mitarbeiter getroffen!! Hatte dort im Mai meine 1. OP und war super nervös aber die Mitarbeiter haben mich so toll beruhigt, ich kann mich gar nicht genug bedanken! Heute hatte ich einen Termin in der Gastroenterologie und wurde wieder so toll betreut – unglaublich nett und zuvorkommend ich würde mich immer wieder fürs KSB entscheiden!!

IMPRESSUM

Herausgegeben von der Kantonsspital Baden AG.
Auflage 141'156 Ex. | Erscheint viermal jährlich

Redaktion & Gestaltung:
Simon David, Boris Gassmann, Omar Gisler
Kontakt: medien@ksb.ch

Anzeigenmarketing: Walter Peyer
Kontakt: T 043 388 89 73, walter.peyer@peyermedia.ch
Druck: Vogt-Schild Druck AG, 4552 Derendingen.



HAVE A
GOOD
HAIR
DAY!

COIFFURE
Grimm



COIFFURE GRIMM

Badstrasse 4
5400 Baden

Tel. 056 210 10 10
info@coiffure-grimm.ch

coiffure-grimm.ch

— LE —
SALÒN

HAIRSTYLE BY GRIMM

Le Salon – Hairstyle by Grimm
Weite Gasse 37, 5400 Baden
Tel. 056 221 21 47
info@salon-baden.ch
www.salon-baden.ch

Öffnungszeiten

Montag	geschlossen
Dienstag–Freitag	9.00–18.00 Uhr
Samstag	8.00–16.00 Uhr

Termin vereinbaren





Die Barmelweid ist die führende Spezial- und Rehabilitationsklinik in der Nordwestschweiz und die grösste psychosomatische Klinik der Schweiz.

Anfang 2026 hat die Klinik Barmelweid – in Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Baden – die Tagesklinik Barmelweid in Baden eröffnet, die Menschen mit unterschiedlichen psychischen Leiden und mit chronischen Schmerzstörungen behandelt. Das Tagesklinik-Team arbeitet nach einem ganzheitlichen Ansatz, der Therapie, Alltag und Beziehungsarbeit integriert und das Gruppenerleben ins Zentrum stellt.



BARMELWEID

Tagesklinik Barmelweid, Husmatt 1, 5405 Baden-Dättwil, Telefon 062 857 25 50, www.barmelweid.ch

Folgen Sie uns auf   