



2025 August

gesundwärts

Das Magazin des Spitals Männedorf

Euses
Spital



Mehr als ein Gesundheitszentrum

Ein Spital, viele Perspektiven:
Was Menschen aus der Region über ihr Spital sagen.

Gebären im Spital Männedorf

Warum Nähe mehr bedeutet als nur kurze
Wege: Eine Mutter erzählt.

Bariatrische Operation

Wie eine Patientin Gewicht verloren und
Selbstachtung zurückgewonnen hat.



Liebe Leserinnen und Leser

Seit über 140 Jahren stellt das Spital Männedorf rund um die Uhr die regionale Gesundheitsversorgung sicher. Angesichts der gesundheitspolitischen Herausforderungen sind wir überzeugt, die notwendigen Veränderungen erkannt und unsere Strategie konsequent darauf ausgerichtet zu haben.

Neben unserer Rolle in der Grundversorgung haben wir in den vergangenen Jahren in verschiedenen Fachbereichen Kompetenzen aufgebaut, die dem Vergleich mit den Besten standhalten. Mit unserem spezialisierten Angebot sichern wir nicht zuletzt auch die unzureichend finanzierten Vorhalteleistungen, die für eine stabile Grundversorgung unerlässlich sind.

Mit der geplanten ambulanten Klinik in Meilen setzen wir ein weiteres klares Zeichen für die zunehmend wichtige ambulante Medizin und stärken gleichzeitig die Zusammenarbeit mit unseren Partnern.

Ein Blick auf unsere – insbesondere im Vergleich zu vielen anderen Spitälern – äusserst soliden Finanzkennzahlen zeigt, dass unsere Strategie Früchte trägt. Wir sind deshalb überzeugt, dass das Spital Männedorf langfristig ein verlässlicher und unverzichtbarer Pfeiler der regionalen Gesundheitsversorgung, eine bedeutende Ausbildungsstätte und ein wichtiger Wirtschaftsfaktor bleiben wird.

Unser zentrales Anliegen ist es weiterhin, mit einem fachlich versierten und menschlich überzeugenden Team das Vertrauen unserer Patientinnen und Patienten sowie unserer Partner zu gewinnen. Dieses Magazin zeigt, wofür wir stehen: Für exzellente Medizin und für unsere über 140-jährige Verbundenheit mit der Region.

Herzliche Grüsse

Dr. med. Stefan Metzker
CEO Spital Männedorf AG



**Euses
Spital**

4 Fokus

Mehr als ein Gesundheitszentrum

Menschen aus der Region erzählen, was das Spital Männedorf für sie unverzichtbar macht.

8 Meilenstein

Operation am Hals – ohne sichtbare Narbe

In der endokrinen Chirurgie macht das Spital Männedorf sichtbar, wie Innovation und Erfahrung zusammenkommen.



9 Meine Geschichte

«Wow – ich kann das, es funktioniert»

Sich sicher fühlen, gehört werden, ganz bei sich bleiben dürfen: Annik Wild erzählt, wie sie die Geburt ihres ersten Kindes im Spital Männedorf erlebt hat.

10 Angebotsübersicht

Erstklassige medizinische Versorgung in Wohnortnähe

Das Spital Männedorf vereint regionale Grundversorgung mit spezialisierten Angeboten auf höchstem Niveau.

12 Gut vernetzt

Starke Partnerschaften für Ihre Gesundheit

Das Spital Männedorf setzt auf bewährte Kooperationen mit führenden Institutionen – für spezialisierte Versorgung in der Region, vernetzt gedacht und patientennah umgesetzt.



14 Meine Geschichte

«Meine Devise war, aktiv zu bleiben, egal wie»

Eine persönliche Geschichte über Brustkrebs, medizinisches Miteinander und das bewusste Leben danach.

16 Persönlich

Mit Herz und Engagement für die innere Medizin

Vom «Seebueb» zum Chefarzt: Dr. med. Dominik Schneider verbindet Fachkompetenz mit Empathie.

17 Was macht eigentlich ...

Der Spital-Diätkoch

Marc Prengel weiss, dass Essen im Spital weit mehr bedeutet, als satt zu werden.



18 Meine Geschichte

«Unsere kleine Tochter heilt so vieles in mir»

Eine Patientin spricht offen über ihren Weg mit Endometriose und darüber, wie ihr gezielte medizinische Begleitung Lebensqualität und Mut zurückgab.

20 Lernende am Spital

Grösster Ausbildungsbetrieb der Region

Wer hinter die Kulissen blickt, trifft auf Neugier, Mut – und überraschende Perspektiven.

21 Angebot

Mobil und selbstständig bis ins hohe Alter

Was es bedeutet, älteren Menschen nach einem gesundheitlichen Rückschlag wirkliche Perspektiven zu eröffnen.



22 Meine Geschichte

«Alles wurde leichter»

Ein Gespräch über innere Hürden, gesellschaftliche Vorurteile und darüber, was es heisst, sich selbst mit neuen Augen zu sehen.

Euses
Spital

Mehr als ein Gesundheitszentrum

Ein Regionalspital ist weit mehr als ein Ort medizinischer Versorgung. Es ist ein Dreh- und Angelpunkt der regionalen Gesundheitslandschaft – Arbeitgeber, Ausbildungsstätte und verlässlicher Partner zahlreicher Institutionen zugleich. Doch was genau macht «Euses Spital», das Spital Männedorf, so besonders?

Für diese Ausgabe von «gesundwärts» haben wir Menschen aus unterschiedlichsten Bereichen gefragt: Was bedeutet das Spital Männedorf für Sie?

Die Antworten zeigen eindrücklich, wie eng unser Spital mit der Region verbunden ist – mit Patientinnen und Patienten und deren Angehörigen, Mitarbeitenden, Auszubildenden und Bildungseinrichtungen, Politik und Verwaltung, Partnerorganisationen und der regionalen Wirtschaft. Für die einen ist «Euses Spital» ein sicherer Ort in schwierigen Momenten, für andere ein langjähriger Arbeitgeber oder ein unverzichtbarer Teil der medizinischen Infrastruktur.

Vertreterinnen und Vertreter aus den genannten Bereichen teilen mit uns ihre Perspektiven auf die Bedeutung des Spitals Männedorf. Lassen Sie sich inspirieren – und entdecken Sie, was «Euses Spital» für unsere Region ausmacht.



«Für Männedorf ist das Spital ein wichtiger Standortvorteil. Nicht nur, dass es mit rund 900 Mitarbeitenden und davon 130 Auszubildenden der bedeutendste Arbeitgeber ist. Es stellt zusammen mit den ansässigen Ärztinnen und Ärzten einen wesentlichen Bestandteil unserer lokalen und regionalen Gesundheitsversorgung sicher. Diese Aufgabe wird in den nächsten Jahren noch wichtiger, da der Anteil der über 65-Jährigen in der Schweiz bis zum Jahr 2050 auf über 25% ansteigen wird.»

Wolfgang Annighöfer
Gemeindepäsident Männedorf

«Spital Männedorf heisst für mich 'Menschen für Menschen'. Besonders eindrücklich habe ich das während der Pandemie erlebt. Trotz Unsicherheit und schwieriger Rahmenbedingungen haben sich unsere Mitarbeitenden mit grossem Engagement und hoher Professionalität um Erkrankte gekümmert. Innert kürzester Zeit wurde ein Test- und Impfzentrum für die Region aufgebaut und die Gemeinden wurden tatkräftig bei Schutzmassnahmen unterstützt.»

Beatrix Frey-Eigenmann
VR-Präsidentin Spital Männedorf AG



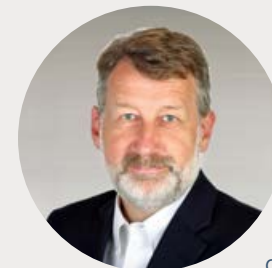
«2009 trat ich meine erste Teilzeitstelle als Oberärztin am Spital Männedorf an. Das kleine, eingespielte Team war von Beginn an herzlich und fördernd. Trotz der Herausforderungen in einem damals noch männlich dominierten Umfeld fühlte ich mich sehr wohl – auch dank des angenehmen, persönlichen Umgangs im ganzen Haus. Deshalb entschied ich mich, als Zuweiserin in Spitalnähe zu bleiben. Heute bin ich Hausärztin in Meilen und schätze den engen Kontakt zum Spital und den Kolleginnen und Kollegen sehr.»

Dr. med. Melanie Bühler
Praxis Bühler Ito, Meilen



«Zu unserer Standortqualität gehört auch eine regionale Gesundheitsversorgung. Das Spital Männedorf steht für Vertrauen, Qualität und Nähe. Persönlich schätze ich die engagierten Mitarbeitenden, die Tag für Tag für unsere Region da sind – menschlich, kompetent und mit Herz.»

Philippe Zehnder
Gemeindepäsident Erlenbach



«Ich erinnere mich an das auf Wunsch der Seegemeinden umgesetzte und während der Corona-Pandemie vom Spital Männedorf geführte Pop-Up-Impfzentrum am Standort Meilen. Während zehn Wochen konnten so in unserem Bezirk 17 100 Impfungen verabreicht werden. Eine tolle gemeinsame Leistung.»

Markus Ernst
Gemeindepäsident Küsnacht





«Es ist schon verrückt, dass ich jetzt über 20 Jahre für das Spital Männedorf tätig bin. Zuerst als Pflegefachfrau, dann als Sozialarbeiterin und jetzt als Leitung Beratungen Pflege. Ich freue mich jeden Tag auf die Arbeit, schätze die familiäre Atmosphäre, den kollegialen Umgang und die abwechslungsreiche Arbeit. Was will ich mehr! Langweilig war mir in den vielen Jahren nie. Der SMA-Virus hat mich nach wie vor fest im Griff!»

Lea Lyss Heinrich
Leiterin Beratungen Pflege
Spital Männedorf



«Das Spital Männedorf ist für mich mehr als nur mein Arbeitgeber, es ist für mich ein Generationenhaus. Mein Vater, ich, mein Bruder und meine drei Söhne wurden allesamt hier geboren.

Daher fühle ich mich speziell verbunden mit diesem Haus.»

Marco Eberle
Gruppenleiter Physiotherapie
Spital Männedorf



«Als 14-Jähriger betrat ich erstmals das Spital Männedorf, um einen eingewachsenen Zehennagel operieren zu lassen. Seit diesem Ereignis habe ich viele Tage und Nächte im Spital verbracht. Allerdings nicht als Patient, sondern zuerst als Hilfspfleger, dann als Unterassistent und Assistenzarzt auf der Inneren Medizin bei Prof. Knoblauch und Dr. Strebel. Inzwischen bringen wir in unserer Hausarztpraxis in Erlenbach den Assistierenden der medizinischen Klinik auf einer sechsmonatigen Rotation die Hausarztmedizin näher.»

Dr. med. Christoph Widmer
Partnerarzt Aerztezentrum Erlenbach



«Meine ärztliche Laufbahn begann am Spital Männedorf – einem Ort, der mich mit seiner Menschlichkeit und fachlichen Exzellenz geprägt hat. Heute, als

Internist, Haus- und Bezirksarzt, pflege ich eine enge, vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Spital. Meine Patientinnen und Patienten fühlen sich dort verstanden, gut aufgehoben und bestens betreut. Die kurzen Wege, der persönliche Austausch und das gemeinsame Engagement machen das Spital zu einem starken Partner in unserer Region.»

Dr. med. Andreas Steiner
Praxis für Innere Medizin, Küsnacht



«Das Spital Männedorf liegt mir am Herzen, weil es in unmittelbarer Nähe beste medizinische Versorgung bietet. Das vermittelt Sicherheit. Die Mitarbeitenden sind engagiert und verfügen über das nötige Wissen. Das vermittelt Vertrauen. Beides – Sicherheit und Vertrauen – durfte ich schon erfahren. Zum Glück sind meine eigenen Erfahrungen als Patient bis auf einen gebrochenen Daumen durch einen Skiunfall sehr überschaubar.»

Dr. iur. Christoph Hiller
Gemeindepräsident Meilen



«Unser schönes Spital ist weit mehr als eine medizinische Einrichtung – es ist das Herz der Gemeinde Männedorf und auch von unserem schönen Hombrechtikon. Ein Ort der Verbundenheit, wo das Leben beginnt und manchmal auch endet. Generationen unserer Gemeinde wurden hier geboren, und ihre Geschichten sind geprägt von Hoffnung, Mut und Zusammenhalt. Doch das Spital ist nicht nur für seine Patientinnen und Patienten da – es ist auch ein geschätzter Arbeitgeber und eine wichtige Stütze für das lokale Gewerbe. Mit Fachwissen, Empathie und unermüdlichem Einsatz begleiten die Mitarbeitenden Menschen in ihren wichtigsten Lebensmomenten. Für dieses Engagement gebührt unserer grossen Spitalfamilie ein herzlicher Dank!»

Rainer Odermatt
Gemeindepräsident Hombrechtikon



«Jeder Mensch verdient eine individuelle und respektvolle Begleitung. Gemeinsam mit der Palliativstation des Spitals Männedorf knüpfen wir für alle Betroffenen und ihre Familien ein starkes Netzwerk. Diese Zusammenarbeit ist für uns innovativ und zukunftsweisend.»

Ilona Schmidt
Geschäftsleiterin Palliaviva



«Das Spital Männedorf ist und bleibt für mich ein Herzensort. Drei Jahre lang durfte ich dort als stellvertretende Pflegedienstleitung mitwirken – in einem Umfeld, das zu-

gleich familiär, professionell und agil ist. Seit September 2024 leite ich die Pflege und Betreuung bei der Spitex Zürichsee. Meine Verbindung zum Spital Männedorf bleibt weiterhin bestehen – besonders im gemeinsamen Gestalten einer zukunftsgerichteten Versorgung am rechten Zürichseeufer.»

Beata Antalova
Pflegedienstleiterin Spitex Zürichsee



«Wir freuen uns sehr, das Spital Männedorf und die Klinik Hirslanden mit der neu gegründeten Ambulanten Klinik Meilen AG ab 2027 im «Beugenhof» als Ankermieter zu begrüßen. Für eine starke Gesundheitsversorgung, die uns allen zugutekommt – der Region zuliebe, und getreu unserem Slogan «der Zukunft zuliebe»».

René Schneider
Inhaber und VR-Präsident
Schneider Umweltservice AG

**Euses
Spital**





Operation an der Schilddrüse:
seit Januar 2024 minimalinvasiv möglich

Operation am Hals – ohne sichtbare Narbe

Am Spital Männedorf wurde erstmals eine Schilddrüsenoperation über den Mundraum durchgeführt. Ein medizinischer Meilenstein mit spürbaren Vorteilen für Patientinnen wie Patrizia W.

Vor Jahren galt eine Schilddrüsenoperation über den Mund noch als Zukunftsmusik. Heute ist sie Realität – und zwar direkt bei uns am rechten Zürichseeufer. Mit der ersten transoralen Schilddrüsenoperation (TOETVA) hat PD Dr. med. Robert Mechera an unserem Spital einen bedeutenden Schritt in der endokrinen Chirurgie vollzogen. Die Vorteile: keine sichtbare Narbe am Hals, weniger postoperative Beschwerden und ein kosmetisch überzeugendes Ergebnis.

«Diese Methode ermöglicht es uns, die Schilddrüse vollständig zu entfernen, ohne die Haut am Hals sichtbar zu verletzen. Für viele Patientinnen und Patienten ist das ein grosser Gewinn», erklärt Robert Mechera, der das Verfahren aus Deutschland nach Männedorf mitgebracht hat. Die Tatsache, dass das Spital Männedorf diese moderne Technik anbietet, zeigt den hohen Anspruch bezüglich Innovation und Patientennähe.

Für Patrizia W. war das Verfahren ein Glücksfall: «Für mich ist es einfach fantastisch, dass ich heute keine sichtbare Narbe habe. Mir war auch wichtig, dass ich mich vom ersten Moment an sehr gut betreut fühlte.»

Nicht jede Schilddrüsenerkrankung und nicht jede Patientin oder jeder Patient eignet sich für die Anwendung dieser Methode. «Wir prüfen sehr genau, bei wem TOETVA sinnvoll und sicher ist», so Robert Mechera. «Aber dort, wo es passt, ist diese Technik ein echter Fortschritt.» Das Spital Männedorf unterstreicht damit einmal mehr seinen Anspruch, moderne Medizin wohnortnah verfügbar zu machen.

Endokrine Chirurgie am Spital Männedorf

Die endokrine Chirurgie befasst sich mit hormonproduzierenden Drüsen wie Schilddrüse, Nebenschilddrüsen oder Nebennieren. Diese Organe beeinflussen zahlreiche Körperfunk-

tionen. Oft ist für eine abschliessende Therapie eine chirurgische Behandlung nötig – wie etwa die teilweise oder vollständige Entfernung des entsprechenden Organs. Die Endokrine Chirurgie am Spital Männedorf ist ein neuer Behandlungsschwerpunkt.



PD Dr. med. Robert Mechera ist seit 2023 Teil des Teams der Viszeralchirurgie. In den Disziplinen endokrine Chirurgie und onkologische Brustchirurgie bildete er sich während drei Jahren an der renommierten Universität von Sydney in der Endocrine Surgery Unit weiter.

«Wow – ich kann das, es funktioniert»

Was macht eine Geburt zu einer stärkenden Erfahrung? Für Annik Wild war es das Zusammenspiel aus empathischer Begleitung, einem sicheren Rahmen und der Freiheit, ganz bei sich zu bleiben. In diesem Beitrag erzählt sie, wie sie die Zeit rund um die Geburt ihres ersten Kindes im Spital Männedorf erlebt hat – und was ihr besonders in Erinnerung geblieben ist.



«Die regelmässigen Gespräche mit den Hebammen haben mir die Nervosität genommen.»

Annik Wild, über ihre erste Geburt

Ich erinnere mich noch sehr gut an die Gespräche mit den Hebammen bei der Akupunktur. Je näher der Geburtstermin rückte, desto öfter war ich dort. Das war nicht nur medizinisch hilfreich, sondern auch emotional. Ich konnte mit den Hebammen über alles sprechen: Über meine Ängste, meine Gedanken, manchmal auch einfach über ihren Tag. Das hat meine Nervosität spürbar gelindert. Ich konnte der Geburt schliesslich relativ entspannt entgegensehen.

Während der Geburt stand ich fast die ganze Zeit an der Sprossenwand – es war mir wichtig, aktiv zu bleiben. Irgendwann, als sich das Ende der Geburt abzeichnete, meinte die Hebamme: Möchtest du dich vielleicht langsam aufs Bett legen? Du kannst aber natürlich weiterhin aktiv bleiben.» Ich war ganz ruhig, ganz bei mir. Und sie war präsent, hat gespürt, was ich brauche – hat mir aber stets genügend Raum gelassen. Ich hatte nie das Gefühl, alleine zu sein, aber auch nie das Gefühl, zu etwas gedrängt zu werden. Diese Balance tat mir extrem gut.

Auch mein Partner war die ganze Zeit mit dabei. Ich sehe ihn heute noch vor mir, wie er leicht überfordert im Sessel sass. Ich glaube, für ihn war in manchen Momenten schwer greifbar, was da alles passiert. Er hatte viele Fragen, konnte sie aber alle an die Ärztin richten. Das hat auch ihm Sicherheit gegeben. Die Atmosphäre im Spital war überhaupt sehr herzlich und familiär. Ich hatte nie das Gefühl, in einer sterilen Umgebung zu sein. Das Licht, die Menschen, die Stimmung – das hat so viel ausgemacht.

Im Wochenbett war das Stillen ein zentrales Thema für mich. Anfangs wollte es zwischen meinem Sohn und mir einfach nicht richtig funktionieren. Umso grösser war die Erleichterung, als schon bald die Stillberaterin zur Unterstützung kam. Mit ein paar gezielten Tipps hat es dann plötzlich funktioniert. Ich fühlte mich rundum gut aufgehoben, ernst genommen, gesehen und getragen.

Man macht sich vor der Geburt ja so viele Gedanken. Wie ist das Gebären? Wie wird es für mich sein? Und es ist schon toll, wenn man es dann hinter sich hat und weiss: Wow – ich kann das, es funktioniert.»



Gynäkologie & Geburtshilfe

Das Angebot umfasst Schwangerschaftsbetreuung, Geburt und Wochenbett, Beckenbodenmedizin, Endometriose, Myome, Senologie (Brustzentrum) sowie laparoskopische und robotergestützte Chirurgie. Persönlich, kompetent und umfassend – für Frauen in allen Lebensphasen.

Hier geht es zu unserem Geburtsfilm u.a. mit Annik Wild:



Erstklassige medizinische Versorgung in Wohnortnähe

Grundversorgung

Innere Medizin
Diagnostik und Behandlung von Erkrankungen innerer Organe sowie von Stoffwechsel- und Infektionskrankheiten, Onkologie/Hämatologie, Palliativmedizin, Angiologie, Akutgeriatrie, Gastroenterologie, Pneumologie, Kardiologie.

Chirurgie
Diagnostik und operative Behandlung von Erkrankungen und Verletzungen innerer Organe sowie von Erkrankungen, Verletzungen und Fehlstellungen am Bewegungsapparat.

Gynäkologie
Vorsorge, Verhütung, Kinderwunsch sowie Check-up und Follow-up. Diagnostik, konservative und operative Behandlung von Erkrankungen der weiblichen Geschlechtsorgane und der Brust.

Geburtshilfe & Kindermedizin
Schwangerschaftsbetreuung, Eltern-Vorbereitungskurse, Geburt und Wochenbett-Betreuung sowie Kinderarztpraxis.

Anästhesie & Intensivmedizin
Narkose, Schmerztherapie und Intensivversorgung.

Radiologie
Diagnostik und Behandlung mittels Röntgen, CT, MRT, Ultraschall, Mammographie, Knochendichtemessungen, Punktionen/Biopsien/Drainagen, Schmerzinfiltrationen.

Notfall & Rettungsdienst
Erstversorgung, Triage, Schockraumversorgung, Behandlung lebensbedrohlicher Notfälle durch interdisziplinäres Team, Notfallrettung vor Ort.

Spezialitäten

Viszeralchirurgie und Bariatrie
Operative Behandlung von Erkrankungen der Bauchorgane und Bariatrie.

Orthopädie & Traumatologie in Kooperation mit der Universitätsklinik Balgrist
Konservative und operative Behandlung von Erkrankungen, Verletzungen und Fehlstellungen des Bewegungsapparates.

Operative Gynäkologie
Modernste minimalinvasive Operationen im Bauchraum und Becken bei gynäkologischen Erkrankungen sowie Möglichkeit der robotergestützten Chirurgie bei komplexen Fällen. Vaginale operative Behandlung in ausgewählten Situationen.

Onkologie
Diagnose und Behandlung von Krebserkrankungen: Chemotherapie, Immuntherapie, Strahlentherapie (Kooperation mit Hirslanden) sowie supportive und palliative Massnahmen.

Urologie
Diagnostik, Therapie und Chirurgie von Erkrankungen der Harnorgane (w/m) sowie der männlichen Geschlechtsorgane.

Spezialisierte Diagnostik
Neuroradiologie, Prostata-, Brust-, muskuloskelettale und onkologische Bildgebung.

Adipositas
Diagnostik, Prävention und Therapie von krankhaftem Übergewicht: Ernährungsmedizin, Verhaltenstherapie, medikamentöse und chirurgische Behandlungen.

Altersmedizin
Behandlung älterer Patientinnen und Patienten mit akuten Erkrankungen. Ziel: Therapie und Frührehabilitation mit Förderung der Mobilität und Selbstständigkeit.

Palliative Care
Ganzheitliche Versorgung unheilbar Kranker. Ziel: Schmerz- und Symptomlinderung, bessere Lebensqualität, psychische und soziale Unterstützung.

Zentren



Brustzentrum USZ See
Zertifiziertes Brustzentrum in Kooperation mit dem USZ (Qualitätssiegel Q-Label): Vorsorge, Beratung, Diagnostik und Behandlung von Brustkrebs in allen Krankheitsstadien.

Endometriosezentrum
Beckenschmerzen und unerfüllter Kinderwunsch infolge von Endometriose: hochspezialisierte Diagnostik, medikamentöse und operative Therapie. Robotergestützte Chirurgie bei komplexen Fällen sowie interdisziplinäre Behandlung bei Befall des Darms oder der Blase.

Beckenbodenzentrum
Interdisziplinäres Blasen- und Beckenbodenzentrum mit Urologie und Proktologie: Beratung, spezialisierte Diagnostik, medikamentöse und operative Behandlung durch schonende, moderne Verfahren sowie Nachsorge und dauerhafte Begleitung bei chronischen Fällen.

Onkologie & Hämatologie Zentrum
Krebserkrankungen und Blutkrankheiten: hochspezialisierte Leistungen zur Diagnose, Therapie und Nachsorge. Behandlungen erfolgen interdisziplinär und nach neuesten Leitlinien.

Universitäres Wirbelsäulenzentrum in Kooperation mit der Universitätsklinik Balgrist
Erkrankungen und Verletzungen der Wirbelsäule: Wirbelsäulensprechstunde, Wirbelbruch- und Bandscheibenoperationen, bewegungserhaltende Operationen, Revisionseingriffe, Schmerztherapien.

Zentrum für robotergestützte Chirurgie
Robotergestützte Chirurgie für hochpräzise und minimalinvasive Eingriffe: Allgemein- und Viszeralchirurgie, Urologie, Gynäkologie.

Zentrum für Palliative Care
Unheilbare, fortgeschrittene Erkrankungen: Medizinische und psychosoziale Betreuung zur Verbesserung der Lebensqualität (Symptomkontrolle, Schmerztherapie, interdisziplinäre Betreuung, Entscheidungsfindung, Bildgebung).

Zentrum für Hernienchirurgie
Moderne und schonende operative Behandlung und Nachsorge aller Arten von Bauchwand- und Weichteilbrüchen: Leistenhernien, Nabelhernien, Narbenhernien, Zwerchfellhernien.

Adipositaszentrum
Adipositas (starkes Übergewicht): Diagnostik, Beratung, nicht-operative und operative Massnahmen (bariatrische Chirurgie), Nachsorge und Langzeitbetreuung.

Mit hochspezialisierten Angeboten und interdisziplinären Zentren sorgt das Spital Männedorf weit über den medizinischen Grundauftrag hinaus für eine umfassende Gesundheitsversorgung am rechten Zürichseeufer.

Grundversorgung

Das Spital Männedorf erfüllt den öffentlichen Auftrag zur medizinischen Grundversorgung der Bevölkerung des rechten Zürichseeufers. Dazu gehören ein 24-Stunden-Notfall, Innere Medizin, Chirurgie, Geburtshilfe, Intensivmedizin sowie umfassende Pflege und Therapien.

Ambulante und stationäre Angebote, moderne Diagnostik sowie die enge Zusammenarbeit mit Hausärztinnen und Hausärzten sorgen dafür, dass Patientinnen und Patienten in jeder Lebenslage kompetent und wohnortnah betreut werden.

Spezialitäten

Neben der medizinischen Grundversorgung hat das Spital Männedorf über die Jahre in sieben Bereichen ein spezialisiertes medizinisches Angebot aufgebaut.

Dieses ist einerseits durch die Bedürfnisse der Bevölkerung der Region getrieben und entwickelt sich andererseits durch die gezielte Einbindung hochqualifizierter Fachkräfte, welche die Entwicklung der Spezialbereiche gemäss den medizinischen Trends stetig ausbauen. So profitieren Patientinnen und Patienten von erstklassiger Medizin in vertrauter Umgebung.

Zentren

Aus den spezialisierten Fachbereichen sind neun medizinische Zentren entstanden. Sie vereinen hochqualifizierte Expertise, interdisziplinäre Zusammenarbeit und moderne Infrastruktur unter einem Dach.

Die Zentren sind höchsten nationalen und internationalen Qualitätsstandards verpflichtet und bieten Patientinnen und Patienten erstklassige medizinische Betreuung – wohnortnah, persönlich und bestens vernetzt.

Starke Partnerschaften für Ihre Gesundheit

Klinik Hirslanden

Seit 2014 arbeiten das Spital Männedorf und die Klinik Hirslanden erfolgreich in der Radiotherapie zusammen. Patientinnen und Patienten am rechten Zürichseeufer profitieren von hochmoderner Strahlentherapie mit Fachkompetenz auf höchstem Niveau.

Die enge Zusammenarbeit mit der Klinik Hirslanden geht über weitere hochspezialisierte medizinische Bereiche hinaus: 2027 ist in Meilen die Eröffnung der gemeinsamen «Ambulanten Klinik Meilen» im Beugenhof geplant – einem wichtigen zukünftigen Zentrum der ambulanten Versorgung am rechten Zürichseeufer.

Universitätsklinik Balgrist

Dank der Kooperation zwischen dem Spital Männedorf und der Universitätsklinik Balgrist profitieren Patientinnen und Patienten am rechten Zürichseeufer von wohnortnaher hochspezialisierter Medizin in der Wirbelsäulenmedizin (seit 2023) sowie in der Orthopädie und Traumatologie (seit 2024). Die neue «Klinik für Orthopädie & Traumatologie Balgrist – Spital Männedorf» bietet einfachen Zugang zu Diagnostik, Behandlung und Rehabilitation auf universitärem Niveau.

Spital Uster

Seit April 2025 bündeln das Spital Männedorf und das Spital Uster ihre Expertise in der Gynäkologie und Geburtshilfe unter einer gemeinsamen ärztlichen Leitung. Die enge Zusammenarbeit stärkt die Qualität, schafft Synergien und sorgt für eine nachhaltige medizinische Betreuung in der gesamten Region. Mit der neu gegründeten «Frauenklinik Züri Ost» entsteht eine der grössten Frauenkliniken im Kanton Zürich – ein zukunftsweisendes Projekt.

Universitätsspital Zürich

Seit vielen Jahren besteht eine enge Kooperation mit dem Universitätsspital Zürich in den Bereichen Onkologie, Hämatologie und Pathologie.

Belegärztinnen und Belegärzte

Neben unserer Zusammenarbeit mit Uroviva ergänzen weitere Belegärztinnen und Belegärzte in den Fachbereichen HNO, Urologie, Orthopädie, Gynäkologie, plastische Chirurgie und weiteren Disziplinen unser Team.

Um eine hochwertige wohnortnahe Versorgung sicherzustellen, arbeitet das Spital Männedorf in zentralen medizinischen Bereichen mit starken Partnern zusammen. Diese gezielten Kooperationen ermöglichen unter anderem den Zugang zu hochspezialisierter Medizin und ergänzen unser breites Angebot durch exzellente fachliche Expertise – interdisziplinär, vernetzt und konsequent patientenzentriert.



Uroviva

Dank der Kooperation mit dem Uroviva-Netzwerk profitieren Patientinnen und Patienten der Region von einer umfassenden wohnortnahen urologischen Versorgung. Das erfahrene Uroviva-Team bietet im Spital Männedorf rund um die Uhr das gesamte Spektrum moderner Urologie an.

Niedergelassene Ärztinnen und Ärzte

Die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte in der Region sind für das Spital Männedorf zentrale Partner. Sie kennen ihre Patientinnen und Patienten oft seit vielen Jahren und leisten einen wichtigen Beitrag zur kontinuierlichen wohnortnahen Betreuung. Dank der engen Zusammenarbeit stellen wir gemeinsam eine koordinierte, qualitativ hochwertige Versorgung sicher – mit reibungslosen Übergängen zwischen Praxis und Spital, effizienter Kommunikation und individuell abgestimmten Behandlungen.

Psychiatrische Privatkliniken Clenia und Hohenegg

Dank der Kooperation mit den Privatkliniken Clenia und Hohenegg stärkt das Spital Männedorf die psychologische Betreuung in der Onkologie, Akutgeriatrie, Inneren Medizin, Palliativmedizin sowie in der Kardio- und Pneumorehabilitation. Psychiatrisches und psychologisches Fachpersonal begleitet Patientinnen und Patienten ganzheitlich und berät die Behandlungsteams. Für eine umfassende Versorgung von Körper und Geist wird das Angebot durch eine eigene psychosomatische Sprechstunde ergänzt.

Spitex, Palliaviva und Palimed AG

Für eine nahtlose Nachbetreuung zu Hause arbeiten wir eng mit den Spitexorganisationen am rechten Zürichseeufer zusammen. Für die Betreuung schwerkranker Patientinnen und Patienten besteht mit den Organisationen Palliaviva und Palimed eine enge Partnerschaft.

Diagnose Brustkrebs

«Meine Devise war, aktiv zu bleiben, egal wie»

Als Irène Brunner* die Diagnose Brustkrebs erhält, steht ihre Welt still. Doch mit Mut, Ausdauer und einem starken Team an ihrer Seite kämpft sie sich Schritt für Schritt zurück. Heute weiss sie, was wirklich zählt. Ihr Weg zeigt: Es geht nicht allein ums Überleben – sondern ums tägliche bewusste Leben. *Name geändert

Es ist ein klarer Wintertag in Männedorf. Die Sonne spiegelt sich im blauen Zürichsee, während Irène Brunner unweit davon mit festen Schritten das Spital betritt. Sie ist unterwegs zum Besprechungstermin mit ihrer Onkologin. Nichts an ihrer Erscheinung verrät, welchen Weg sie in den vergangenen zwei Jahren gegangen ist: den Weg durch eine Brustkrebserkrankung, geprägt von immer neuen Herausforderungen. Aber vor allem getragen von der Entschlossenheit, sich dem Kampf zu stellen und alle medizinischen Methoden zu erwägen, die ihr von fachlicher Seite angeboten werden.

Stetige Begleitung

An ihrer Seite: die Fallführerin Dr. med. Katharina Huss, Onkologin am Onkologie & Hämatologie Zentrum des Spitals Männedorf. Dazu ein ganzes Team von weiteren Fachärztinnen und -ärzten und spezialisiertem medizinischen Fachpersonal. Gemeinsam haben sie einen herausfordernden Weg bewältigt – getragen von medizinischem Wissen, gegenseitigem Vertrauen und der inneren Stärke, jeden Tag das im Moment Mögliche zu geben. «Vertrauen ist die Grundlage», sagt Katharina Huss. «Ohne Vertrauen in das Team und die medizinischen Möglichkeiten wäre dieser Weg nicht so erfolgreich gewesen.»

Diagnose und Therapieplanung

Die Diagnose im Herbst 2022 traf Irène Brunner wie ein Schlag. Damals 52-jährig, verheiratet, Mutter von zwei Jugendlichen, voll im Berufsleben und sportlich aktiv war sie überzeugt, dass sie nie ernsthaft krank werden könnte. «Ich hatte in den Ferien das Gefühl, dass irgendetwas mit mir nicht in Ordnung ist, obwohl ich mich nicht krank fühlte. Dann tastete ich unter der Dusche einen Knoten. Trotzdem dachte ich: Das kann nicht sein», erzählt sie. Auch die Gewebeentnahme beunruhigte sie wenig. «Mein Sohn meinte noch: Die sind einfach sehr genau mit ihren Untersuchungen.» Doch dann kam alles anders.

Auf die Diagnoseeröffnung von der Gynäkologin folgte eine strukturierte Therapieplanung am interdisziplinären Tumorboard. Eine ganze Reihe von Fachleuten aus Onkologie, Chirurgie, Radiologie, Strahlentherapie, Gynäkologie und Pathologie analysierten in minuziöser Kleinarbeit ihre Untersuchungsergebnisse und diskutierten die Behandlungsoptionen. Eine neoadjuvante Chemotherapie sollte den Tumor vor der Operation verkleinern. «Das Ziel war, mögliche verstreute Tumorzellen schon im Vorfeld zu eliminieren und wenn möglich den Primärtumor ganz zum Verschwinden zu bringen», erklärt Katharina Huss. Für Frau Brunner war das am

Erstgespräch mit Katharina Huss schwer zu akzeptieren: «Ich dachte, man entfernt den Krebs sofort operativ und dann ist das erledigt. Dass ich vor der Operation eine Chemo machen muss, war eine Überraschung.»

Trotz Nebenwirkungen wie Schleimhautproblemen, Müdigkeit und Appetitlosigkeit bewahrte sie ihren Kampfgeist. «Meine Devise war, aktiv zu bleiben, egal wie. Manchmal – als die Therapie bereits eine Weile lief – war nur ein Spaziergang möglich, aber das war besser als nichts.» Besonders herausfordernd war es, mit der Ungewissheit umzugehen. «Ich habe mit der Zeit gelernt, nie zu weit vor auszudenken. Ich wollte mich nicht verrückt machen mit dem, was theoretisch alles noch hätte kommen können.»

Ein wichtiger Anker: Das Ziel, mit ihrem Mann nach der Therapie reisen und Golf spielen zu können. «Diese Vorstellung hat mich durch viele Tage getragen.» Auch kurze Auszeiten halfen. «Wir sind einmal spontan ein Wochenende verreist. Einfach raus, Kopf lüften – das hat viel gebracht.» Auch der Besuch bei ihren Eltern im Ausland gab ihr viel Kraft und Zuversicht.

Die Chemotherapie zeigte Wirkung. Schon nach sechs statt neun geplanten Zyklen war der Tumor im Bild verschwunden. «Ich war einfach nur erleichtert. Mein Körper war be-

«Jetzt weiss ich: Regeneration ist kein Luxus, sondern lebenswichtig.»

Irène Brunner*, Brustkrebspatientin

reit. Ich spürte, dass es Zeit für den nächsten Schritt war.» Die brusterhaltende Operation verlief erfolgreich, auch wenn die Entfernung der Lymphknoten zunächst Schmerzen und Bewegungseinschränkungen bedeutete. «Mit der Physiotherapie kam die Kraft aber langsam zurück», sagt Irène Brunner. Auch die Radiotherapie bewältigte sie mit Ausdauer. Sie wusste: Jede dieser Massnahmen senkt das Risiko eines Rückfalls. «Ich wollte nichts unversucht lassen. Ich hatte von Frauen gehört, die früher abgebrochen hatten und dann Jahre später eine Metastase bekamen.»

Ein neues Gleichgewicht

Während dieser intensiven Zeit stellte sich Irène Brunner immer wieder Fragen über ihre Lebensweise. «Ich habe mich oft gefragt: Wie bin ich mit mir umgegangen? Habe ich genug auf mich geachtet?» Im Gespräch mit der Psychoonkologin fand sie Antworten. «Ich hatte jahrelang unter Strom gestanden, nie richtig pausiert. Jetzt weiss ich: Regeneration ist kein Luxus, sondern lebenswichtig.»

Besonders wichtig in dieser Zeit war ihr die Unterstützung ihres Umfelds. «Nicht alle

konnten mit meiner Erkrankung umgehen. Manche Freundschaften wurden still. Aber mein Mann, meine Kinder und einige enge Freundinnen waren da. Diese Menschen waren mein Rückgrat.» Auch die Gespräche mit der Psychoonkologin halfen, Gedanken zu sortieren und neue Perspektiven zu gewinnen. «Ich konnte Gefühle formulieren, die ich anderswo nie angesprochen hätte.»

Rückblickend hat sich vieles verändert. «Ich plane meine Tage nicht mehr voll. Ich lasse Raum für Erholung und Reflexion. Manchmal darf das einfach heissen: Nichts tun.»

Vertrauen als Schlüssel

Für Katharina Huss ist das Fazit klar: «Jeder Therapieplan ist nur so gut, wie die Zusammenarbeit mit dem ganzen Behandlungsteam aber auch mit der Patientin funktioniert. Frau Brunner hat ihre Rolle aktiv angenommen und sich selbst gut beobachtet. Das war entscheidend.» Ein Weg, der zeigt: Oft sind es Mut, Miteinander und Menschlichkeit, die der Medizin erst zur vollen Wirksamkeit verhelfen.



Imagebild Spital Männedorf



Onkologie & Hämatologie Zentrum

Ein interdisziplinäres Team sorgt für individuelle, ganzheitliche Betreuung und bietet moderne Therapien bei Krebs- und Bluterkrankungen: Chemotherapie, Immun- und Antihormontherapie, Transfusionen, Palliative Care, psychoonkologische Beratung, integrative Onkologie sowie Nachsorge für junge Erwachsene.

Mit Herz und Engagement für die innere Medizin



««Euses Spital» bedeutet für mich Sicherheit und Vertrauen. Es ist für mich verbunden mit sehr persönlichen, emotionalen Erlebnissen. Mein Sohn ist im Spital Männedorf zur Welt gekommen.»

Dr. med. Dominik Schneider
Chefarzt Medizin und Ärztlicher Direktor

Seit zehn Jahren prägt Dr. med. Dominik Schneider als ärztlicher Direktor sowie Chefarzt die Innere Medizin und Palliative Care am Spital Männedorf. Er führt sein Team mit grosser Fachkompetenz und Empathie und engagiert sich mit Nachdruck für eine bestmögliche Betreuung der Patientinnen und Patienten.

Dominik Schneider verbrachte die ersten Lebensjahre in Feldmeilen, bevor die Familie nach Bern zog. Inspiriert von seinem Vater, ebenfalls Arzt, studierte er an der Universität Bern und promovierte 2002. Weitere fachärztliche Weiterbildungen in Bern und Zürich führten ihn zur Inneren Medizin. Ans rechte Zürichseeufer kehrte er schliesslich mit einem breiten klinischen Fundament, dem Facharzttitel für Innere Medizin, Spezialisierungen in Notfall- und Palliativmedizin (Master of Science) sowie als zertifizierter Schmerzspezialist (SPS) zurück.

Der Mensch im Zentrum
Dominik Schneider setzt auf den Blick fürs

Ganze. «Jeder Mensch bringt seine eigene Geschichte mit, und in der inneren Medizin geht es darum, diese zu verstehen.» Dabei sind die enge interprofessionelle Zusammenarbeit und der kontinuierliche Austausch im Team zentral. Der Mensch steht – medizinisch und menschlich – im Mittelpunkt. Besonders am Herzen liegt ihm die Palliative Care: Er engagiert sich für eine würdevolle, einfühlsame Betreuung schwerkranker Menschen. Als Dozent an der Universität Zürich und an der Kalaidos Fachhochschule gibt er sein Wissen weiter.

Heimat mit Charakter
Für Dominik Schneider ist das rechte Zürichseeufer weit mehr als ein Arbeitsort. «Die Mi-

schung aus Natur, Lebensqualität und Innovation macht diese Region einzigartig.» In seiner Freizeit findet er Ausgleich beim Velofahren und Joggen in der vertrauten Umgebung.

Mit Blick in die Zukunft
«Die Medizin entwickelt sich stetig weiter. Unser Ziel ist es, moderne Therapiemethoden mit persönlicher Betreuung zu verbinden.» Mit Erfahrung und einer tiefen Verbundenheit zur Region ist Dominik Schneider eine tragende Säule des Spitals Männedorf – jemand, der Medizin nicht nur praktiziert, sondern auch weiterdenkt.

Der Spital-Diätkoch

Marc Pregel ist seit 2008 als Diätkoch und seit 2013 als Leiter der Diätküche im Spital Männedorf tätig. Heilung geht auch durch den Magen. In der spezialisierten Spitalküche wird Essen – abgestimmt auf individuelle Ernährungsbedürfnisse – zur Therapie.



«Besonders gut gefällt mir der direkte Draht untereinander.»

Marc Pregel, Leiter Diätküche

Ob nach Operationen, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder bei Kauproblemen: Die Diätküche sorgt dafür, dass Patientinnen und Patienten optimal versorgt sind. Der Arbeitstag beginnt früh: Ab 6 Uhr morgens steht das Telefon in der Diätküche auf Empfang, um spontane Menüanpassungen entgegenzunehmen. Um 6.15 Uhr werden die Frühstücksbestellungen überprüft, bevor die Mahlzeiten ab 7 Uhr zu den Stationen transportiert werden. Der Room-Service übermittelt im Laufe des Morgens Spezialbestellungen für das Mittag- und Abendessen. Ab 11.15 Uhr werden die Mittagessen portioniert und um 11.45 Uhr verteilt. Das Abendessen folgt um 17 Uhr. Jedes Tablett ist genau beschriftet mit Namen, Zimmernummer sowie jeweiligen speziellen Anforderungen.

Seit 2015 findet bereits eine ganze Reihe von Allergenen Berücksichtigung in den Hauptmenüs. Dennoch benötigen täglich rund 20 Patientinnen und Patienten weitere Anpassungen.

Ausbildung und Arbeitsweise
Diätköche durchlaufen eine spezialisierte Ausbildung. Heutzutage erfolgt diese berufsbegleitend über den eidgenössischen Fachausweis.

Gearbeitet wird in zwei Schichten – von 6 bis 15 Uhr und von 9 bis 18 Uhr. Beim Schichtwechsel werden die Ernährungsbedürfnisse von Patientinnen und Patienten weitergeleitet an die Folgeschicht. Zwei Diätköche sind speziell für die Administration der Essensbestellungen sowie die Zubereitung der diätetischen Speisen zuständig. Die Diabetesberatung erfolgt durch ein spezialisiertes Team, Wünsche nimmt der Room-Service entgegen.

Die grosszügige Küche mit Tageslicht sorgt für ein angenehmes Arbeitsumfeld. Der Arbeitstag endet jeweils mit der Vorbereitung für den nächsten Tag, etwa mit der Portionierung von Joghurt oder Butter.

Allergien und Sonderwünsche
Allergien erfordern detaillierte Abklärungsarbeit. Bei einer Karottenallergie wird beispielsweise erfragt, ob Karottenspuren in der Gemüsebrühe ebenfalls problematisch sein könnten. Sonderwünsche wie exotische Früchte können meist am Folgetag erfüllt werden.

Mehr als nur Mahlzeiten
Ernährung ist heute mehr denn je ein zentrales Thema in der Patientenversorgung. Die Diätküche stellt sich den wachsenden Herausforderungen und bietet individuelle Lösungen – für eine optimale Genesung und bestmögliches Wohlbefinden.

253 000

Speisen wurden 2024 für Patientinnen und Patienten zubereitet.

25 000

davon stammten als Sonderkost aus der Diätküche.

Diagnose Endometriose

«Unsere kleine Tochter heilt so vieles in mir»

Eine junge Mutter erzählt, wie die Diagnose Endometriose ihr Leben veränderte, welchen Einfluss die Krankheit auf ihren Kinderwunsch hatte und wie sie am Spital Männedorf die passende Unterstützung fand.

Wann haben Sie erfahren, dass Sie an Endometriose leiden?
Meine Diagnose erhielt ich im März 2022 – nachdem mein Kinderwunsch über ein Jahr unerfüllt geblieben war. In dieser Zeit kam erstmals der Verdacht auf Endometriose auf. Ich hatte 2020 nach sieben Jahren die Pille abgesetzt und bald wieder einen regelmässigen Zyklus. Die damit verbundenen Menstruationsbeschwerden hatte ich als normal eingeordnet: Zwei Schmerztabletten täglich und ein Wärmepflaster reichten in der Regel, um den Alltag zu meistern. Die Schmerzen waren brennend, stechend, der Bauch berührungsempfindlich – aber ich dachte, das sei einfach so.

Wie ging es weiter?
Ein Hormonstatus war unauffällig, beim Ultraschall entdeckte man dann Zysten an beiden Eierstöcken. Die eine wurde als sogenanntes Endometriom, also Schokoladenzyste, verdächtigt. Wegen des Verdachts auf Endometriose zog meine Gynäkologin PD Dr. med. Ralf Joukhadar hinzu. Er vermutete mehrere Herde und plante gemeinsam mit mir eine Bauchspiegelung – mit dem

Ziel, sämtliche erreichbaren Herde direkt zu entfernen.

Wie war das Ergebnis?
Die Diagnose: Endometriose Grad 4 – der höchste Schweregrad. Zum Glück waren alle Herde operativ gut erreichbar und konnten entfernt werden.

Wie haben Sie die Zeit bis zur Diagnose erlebt?
Ich hatte keine Odyssee, wie sie viele Frauen durchmachen. Aber ich hatte Angst. Ich wuss-

te wenig über Endometriose – nur, dass sie einen Kinderwunsch erschweren kann. Dass ich betroffen sein könnte, wollte ich eigentlich nicht wahrhaben.

Was hat Ihnen geholfen, mit der Diagnose umzugehen?
Dr. Joukhadar hat mir enorm geholfen. Ich habe sofort gemerkt: Er weiss, wovon er spricht. Im Gegensatz zu anderen Gynäkologinnen und Gynäkologen, die beim Thema Endometriose eher an der Oberfläche bleiben, war er absolut spezialisiert. Seine

«Die fundierten Erklärungen von Dr. Joukhadar haben mir viel Sicherheit gegeben.»

Ilenia Miani, Endometriosepatientin



Ilenia Milani mit ihrer Tochter

Erklärungen waren klar, fundiert – und genau das hat mir unglaublich viel Sicherheit gegeben. Er hat mir die Kraft gegeben, an meinen Kinderwunsch zu glauben. Natürlich blieb eine gewisse Unsicherheit. Denn man weiss ja nie, ob man schwanger werden kann, bis es wirklich passiert.

Wie ging es nach der Operation weiter?
Ich nahm ein Hormonpräparat, um die Bildung neuer Schleimhaut zu unterdrücken. Danach hatte ich eine sogenannte endometriosefreie Zeit, in der die Chance auf eine Schwangerschaft erhöht ist. Leider bekam ich kurz nach Absetzen des Medikaments erneut eine Zyste – diesmal harmlos, aber schmerzhaft. Ich kam auf den Notfall ins Spital Männedorf und wurde nochmals operiert – wieder von Dr. Joukhadar. Dabei wurden starke Verwachsungen festgestellt, insbesondere an den Eileitern. Danach ging ich auf seinen Rat hin in die Kinderwunschsprechstunde bei Dr. med. Michael Singer.

Was hat sich durch die Operationen verändert?
Ich habe ein grosses Stück Lebensqualität

zurückbekommen. Meine Menstruationsschmerzen liegen jetzt auf einer 10er-Skala bei 1–2. Früher waren es sicher 8–10. Auch die Schmerzen beim Geschlechtsverkehr haben sie gelindert. Ohne die erste Operation hätte ich heute kein Kind. Sie gab mir Hoffnung. Die zweite zeigte mir den Weg in die Kinderwunschklinik.

Heute sind Sie Mama. Was bedeutet das für Sie?
Unsere kleine Tochter heilt so vieles in mir. Der ganze Kampf hat sich gelohnt. Ich habe das Gefühl, wieder im Licht zu stehen. Und das wünsche ich allen, die Ähnliches durchmachen.



PD Dr. med. Ralf Joukhadar ist Chefarzt der Frauenklinik Züri Ost. Diese wurde im April 2025 mit dem Spital Uster gegründet, um die Kräfte in der Frauenheilkunde zu bündeln.

Ralf Joukhadar ist ein ausgewiesener und international renommierter Spezialist und Trainer für minimalinvasive robotergestützte Chirurgie. Er hat bereits über 600 komplexe Eingriffe mit dem Da-Vinci-Roboter durchgeführt und 26 Chirurginnen und Chirurgen ausgebildet.

Grösster Ausbildungs- betrieb der Region

Sina Gilgen ist 17 Jahre alt, kommt aus Hombrechtikon und macht eine Lehre als Kauffrau EFZ (2. Lehrjahr).

Wieso hast du dich dazu entschieden, die KV-Lehre in einem Spital zu machen?

Ich war mir sicher, dass ich die KV-Lehre nicht in einer Bank oder einem Notariat absolvieren will. Daher schaute ich nach weiteren möglichen Lehrbetrieben und bewarb mich schliesslich auf die freie Lehrstelle am Spital Männedorf.



Milla Inderbitzin ist 16 Jahre alt, kommt aus Männedorf und macht eine Lehre als Fachfrau Gesundheit EFZ (1. Lehrjahr).

Wieso hast du dich für den Pflegeberuf entschieden?

Der Kontakt zu Menschen war mir schon immer wichtig und es motiviert mich, anderen Menschen Gutes zu tun. Das Schnupperpraktikum im Spital Männedorf zeigte mir, wie vielfältig und verantwortungsvoll der Pflegeberuf ist. Seitdem ist mir klar, dass ich diesen Weg gehen möchte.

Was ist die grösste Herausforderung in deinem Beruf?

In stressigen Situationen ruhig und konzentriert zu bleiben. Besonders wenn im Spital viele Patientinnen und Patienten gleichzeitig Unterstützung brauchen. Dabei Prioritäten zu setzen und dennoch individuell auf jeden Menschen einzugehen, macht den Beruf für mich sehr spannend und lehrreich.



Was gefällt dir besonders an der Ausbildung hier?

Ich schätze vor allem die Vielseitigkeit. Alle paar Monate wechsele ich die Abteilung und bisher hat es mir überall wirklich gut gefallen!

Shayenne Lafnounge ist 16 Jahre alt, kommt aus Meilen und macht eine Lehre als Köchin EFZ (1. Lehrjahr).

Warum wolltest du Köchin im Spital sein?

Mir hat das Team sehr gut gefallen und die Arbeitszeiten sind viel regelmässiger als in den meisten Restaurants.

Was kochst du am liebsten und was gefällt dir daran?

Ab liebsten koche ich Risotto, da ich dieses Gericht schon oft und in vielen Varianten zubereitet habe. Es ist ein schönes Gefühl, mit meinen Kreationen Menschen im Spital einen genussvollen Moment zu schenken.



Ursula Müller kommt aus Männedorf und ist seit zwei Jahren Leiterin Bildung am Spital Männedorf.

Was macht dir am meisten Spass in deinem Beruf?

Am meisten Freude macht mir die Begleitung der jungen Menschen durch ihre Ausbildung. Das Strahlen und die Neugier zu Beginn der Ausbildung reissen mich jedes Mal mit! Die Auszubildenden während des Lernprozesses zu fördern und zu befähigen, das ist meine Passion.

Warum wolltest du diesen Beruf ausüben?

Schon während meiner eigenen Pflegeausbildung überlegte ich mir oft, wie ich als Lehrperson die Lernsequenzen gestalten würde. Als Leiterin Bildung kann ich nun meine beiden Leidenschaften – die Pflege und die Berufspädagogik – vereinen.



Mobil und selbstständig bis ins hohe Alter

Wenn ältere Menschen ins Straucheln geraten, braucht es mehr als medizinische Behandlung. Die geriatrische Akutrehabilitation unterstützt sie, wieder Fuss zu fassen.

nahme in die Akutgeriatrie erfolgt nach einem definierten Kriterienkatalog basierend auf sogenannten Frailty-Aspekten – einem medizinischen Konzept zur Einschätzung von Gebrechlichkeit.

Familie und Umfeld im Blick

Ein weiterer zentraler Bestandteil ist das Familiengespräch. Gemeinsam bespricht man die Situation und beurteilt diese aus neutraler Sicht. «Wir geben der Patientin oder dem Patienten sowie den Angehörigen Empfehlungen zu tragfähigen Anschlusslösungen an den Spitalaufenthalt», sagt Dafne Nava, Sozialberaterin. «Diese Gespräche werden häufig als bestärkend und wertvoll empfunden.»

Im Zentrum der geriatrischen Akutrehabilitation steht ein klares Ziel: älteren Patientinnen und Patienten nach einem gesundheitlichen Ereignis die Rückkehr in einen möglichst stabilen und selbstbestimmten Alltag zu ermöglichen. Dies gelingt durch ein interdisziplinäres Team aus Fachkräften der Medizin, Pflege, Physio- und Ergotherapie, Ernährungsberatung, Sozialberatung und des psychologischen Dienstes. Mehrmals wöchentlich finden interdisziplinäre Rapporte statt, in welchen Befunde ausgetauscht und individuelle Ziele definiert werden – etwa, dass eine Patientin wieder 50 Meter gehen oder ein Patient Treppenstufen bewältigen kann. Weitere Fachkräfte, beispielsweise aus der Kardiologie, werden bei Bedarf hinzugezogen.

Stürze als häufigste Ursache

«Stürze sind die häufigste Ursache, weshalb ältere Menschen ins Spital kommen», erklärt Dr. med. David Ebersbach, Leitender Arzt der Akutgeriatrie. «Wir behandeln nicht

nur die Folgen, sondern suchen gezielt nach den Ursachen.» Diese sind meist vielfältig – Kognitions- und Sinnesbeeinträchtigungen, Demenz, Schwindel, Depression oder Mangelernährung erhöhen das Risiko erheblich. Ebenso gilt es, Komplikationen wie Lungenentzündungen oder Delir zu vermeiden, besonders bei demenzkranken Patientinnen und Patienten. Der Entscheid über die Auf-



«Unser Credo: medizinisch kompetent, menschlich nah und sozial abgestützt – für ein möglichst selbstbestimmtes Leben im Alter.»

Das interdisziplinäre Team der Akutgeriatrie

Diagnose Adipositas

«Alles wurde leichter»

Jahrelang kämpfte Fabienne Unger gegen ihr Gewicht – und gegen die Vorstellung, Hilfe anzunehmen. Eine bariatrische Operation veränderte ihr Leben nachhaltig.



«Es ist keine Niederlage, Hilfe anzunehmen.»

Fabienne Unger, Bariatriepatientin

Im Gespräch mit Prof. Dr. med. Marco Bueter spricht sie offen über innere Widerstände, neue Freiheit und die Fähigkeit, sich selbst mit anderen Augen zu sehen.

Frau Unger, erinnern Sie sich an den Moment, als Sie zum ersten Mal ernsthaft über eine bariatrische Operation nachgedacht haben?

Ja, das war nach einem Gespräch mit Ihnen und besonders nach dem Austausch mit einer Mitarbeiterin im Spital, die selbst eine solche Operation hinter sich hatte. Vorher war das für mich ein absolutes No-Go. Ich war überzeugt: Eine bariatrische Operation ist das ultimative Aufgeben. Ich dachte, wer sich operieren lässt, gibt zu, völlig versagt zu haben – es aus eigener Kraft nicht zu schaffen.

Und doch kam es zu einem Umdenken – sogar recht abrupt. Was hat diese innere Kehrtwende ausgelöst?

Ein Satz von Ihnen traf mich tief: «Sie wehren sich ja auch nicht gegen die Behandlung Ihrer chronischen Schmerzen – warum dann gegen die Behandlung dieser Erkrankung?» Da begann mein Umdenken. Ich hatte nie verstanden, dass Adipositas eine Krankheit ist. Für mich war es persönliches Versagen. 15 Jahre lang hatte ich gekämpft – körperlich, seelisch, sozial. Erst der Perspektivenwechsel erlaubte mir, mir selbst Mitgefühl zu schenken.

Was hatten Sie in diesen 15 Jahren alles ausprobiert, um das Gewicht zu reduzieren?

Gefühlt hatte ich alles versucht: Diäten, Medikamente – auch fragwürdige –, Sport, Beratung, mentale Strategien. Ein endloser Kreis-

lauf aus Hoffen, Scheitern, Frust. Ihr Bild von Adipositas als überdrehter Heizung hat mich besonders überzeugt: Lüften nützt nichts, wenn das System nicht angepasst wird. Genau so hat es sich angefühlt.

Gab es noch andere Hürden auf dem Weg zur Entscheidung?

Definitiv. In meinem Umfeld lief es bei zwei Personen nach der Operation nicht rund. Heute weiss ich: Sie hielten sich nicht an die ärztlichen Empfehlungen. Ich selbst hatte grosse Angst, Kontrolle abzugeben. Auch Scham war ein Thema. Lange dachte ich, ich müsste es allein schaffen. Einzugestehen, dass ich Hilfe brauche, fiel mir schwer.

Gab es Menschen, die Sie in Ihrer Entscheidung besonders gestärkt haben?

Ja. Das Spitalpersonal war unglaublich unterstützend: professionell, authentisch und zugewandt. Und dann war da diese eine Mitarbeiterin, die ihre Geschichte mit mir teilte – ein Wendepunkt. Auch meine Familie war wichtig, besonders meine Mutter. Dass sie mich zum letzten Aufklärungsgespräch begleitete, war entscheidend: Sie stellte ihre Fragen und trug meine Entscheidung mit.

Viele denken bei bariatrischen Eingriffen an den «einfachen Weg». Wie erleben Sie diese Vorstellung?

Ich habe mich mit den Vorurteilen auseinandergesetzt – und war mental wie kommunikativ gut vorbereitet. Danach sprach ich radikal offen über meine Entscheid, fast mit allen. Vielleicht gerade deshalb kam nie ein direkter negativer Kommentar.

Was sagen Sie, wenn jemand trotz allem meint: «Das ist doch der bequeme Weg»?

Wahrscheinlich würde ich lachen – denn bequem ist dieser Weg nicht. Die Operation ist nur der Anfang. Danach beginnt die eigentliche Arbeit: Ernährung, Selbstbild, alte Muster. Heute esse ich bewusster, informierter, reflektierter. Und ich habe gelernt, mit Stress und Gefühlen umzugehen – ohne zum Essen zu greifen.

Wie hat sich Ihr Blick auf Sie selbst verändert?

Langsam, aber stetig. In einem Bergrestaurant erschrak ich einmal vor meinem Spiegelbild – ich dachte, jemand kommt mir entgegen. Mein inneres und mein äusseres Bild klafften lange Zeit auseinander. Heute liegen sie näher beieinander. Manchmal sehe ich mich aber immer noch mit dem alten Gewicht. Dann muss ich mir bewusst klar machen, wie weit ich gekommen bin.

Was hat sich in Ihrem Leben am stärksten verändert?

Ich fühle mich leicht. Frei. Beweglich. Kleidung ist Ausdruck, keine Tarnung mehr. Ich trage hohe Schuhe, reise ohne Einschränkungen. In Berlin war ich einen Tag lang zu Fuss unterwegs – und hatte abends noch Energie. Keine Schmerzen. Da wurde mir klar, was ich all die Jahre mit mir herumgeschleppt hatte.

Gab es auch Schattenseiten oder unerwartete Einsichten?

Ja. Es hat mich erschüttert, wie anders ich heute wahrgenommen werde. Als Fotografin wird mir mehr zugetraut – nur weil ich schlanker bin! Erst jetzt merke ich, wie viel ich früher leisten musste, um dieselbe Anerkennung zu bekommen. Das schmerzt.

Wie hat Ihr Umfeld reagiert?

Ich hatte grosses Glück. Mein Mann, meine Familie, meine Freunde – alle standen hinter mir. Mein Mann hat sogar sein Essverhalten reflektiert und es wurde unser gemeinsames Projekt, gesünder zu leben.

Was macht Sie heute besonders glücklich – im Vergleich zu früher?

Die kleinen Dinge. Im Flugzeug nicht mehr eingequetscht sitzen. Mode tragen, die mir gefällt. Nicht mehr immer nach dem nächstmöglichen Parkplatz suchen. Auch können wir längere Ausflüge und Wanderungen unternehmen. Selbst wenn manchmal noch die Stimme auftaucht: «Du bist noch nicht gut genug» – sie ist heute deutlich leiser. Darüber freue ich mich besonders.

Wie erleben Sie Ihre Gesundheit und Ihr Leben heute?

Ich fühle mich stabil, lebendig und wach. Das spürt auch mein Umfeld. Oft heisst es, meine alte Lebensfreude sei zurück. Ernährung ist und bleibt ein Thema, aber ich gehe heute anders damit um. Die Nachsorge gibt mir Halt. Ich bin lieber einmal zu oft in Begleitung als einmal zu wenig. Zu wissen, dass ich nicht allein bin, gibt mir viel Sicherheit.

Was würden Sie der 14-jährigen Fabienne sagen, wenn Sie könnten?

Such dir Menschen, die dich stärken. Und erinnere dich immer daran: Dein Wert ist nicht abhängig von der Meinung anderer.

Und welche Botschaft möchten Sie anderen mitgeben, die noch zögern, sich helfen zu lassen?

Ich möchte ihnen sagen: «Du hast es verdient. Es ist keine Niederlage, Hilfe anzunehmen. Im Gegenteil – es ist ein Akt der Selbstachtung.»



Prof. Dr. med. Dr. phil. Marco Bueter, Prof. Dr. med. Ralph Peterli und Prof. Dr. med. Andreas Thalheimer bilden zusammen unser Expertenteam im Bereich der Adipositaschirurgie. Neben ihrem klinischen Alltag sind sie auch in der Forschung der Adipositaserkrankung aktiv und als renommierte Spezialisten international anerkannt.

«Umsorgt statt versorgt»



Folgen Sie uns auf



Lesen Sie auch unseren
Geschäftsbericht 2024:

geschaeftsbericht-2024.
publikation.spitalmaennedorf.ch



Impressum

Herausgeber: Spital Männedorf, Asylstrasse 10, 8708 Männedorf, gsundwaerts@spitalmaennedorf.ch
Redaktion & Text: Spital Männedorf
Konzeption & Gestaltung: Designport GmbH
Korrektur: Janine Haas