

GESUNDHEIT

Klinikliste 2026



**HERAUSRAGENDE
KLINIKEN**
für 59 Erkrankungen
& Fachbereiche

NEUE CHANCEN

Krankheitsgene
einfach ausschalten.
Das Potenzial der
RNA-Medizin

SIE HABEN DIE
WAHL!

Diagnostik, Therapie, Pflege,
Nachsorge: Womit Spitzenkliniken
bei Patienten punkten

Gemeinsam gegen Krebs:
Experten des Onkologischen
Zentrums der Evang. Kliniken
Essen-Mitte



Chefredakteurin Andrea Hennis

»Wir brauchen die Medizin. Und sie braucht uns«

Wir haben eine Therapie! Diese möglicherweise lebensrettende Nachricht erhalten Patientinnen und Patienten heute häufiger als je zuvor in der Geschichte der Medizin. Krankheiten, bei denen Ärzte bis dahin bestenfalls Symptome lindern konnten, lassen sich nun aufhalten oder sogar heilen.

Viele Lebenswege können eine neue Richtung nehmen.

Die der Patienten selbst, aber auch die ihrer Partner, Kinder, Eltern oder Geschwister. Wie gerne hätte ich im Jahr 2006 als Angehörige den Satz gehört: „Wir haben eine Chance!“ Es gab keine. Für immer mehr Krankheiten wird das in Zukunft nicht mehr gelten. Therapien, die direkt in zelluläre oder genetische Prozesse eingreifen, revolutionieren die Medizin. Sogar die Entwicklung einer Behandlung für einen einzelnen Patienten mit einer seltenen Erkrankung ist möglich (Seite 46). Aber auch Volkskrankheiten wie Alzheimer könnten so vielleicht ihren Schrecken verlieren.

Wie der Sprung vom Schwarz-Weiß- zum Farbfernsehen!

Was Radiologen geradezu zum Schwärmen bringt, zeigen wir Ihnen auf Seite 38. Die faszinierenden Bilder eines photonenzählenden CT-Scanners, der nie da gewesene Einblicke ins menschliche Organsystem erlaubt, sind nur ein Beispiel für die diagnostische Tiefe, die heute möglich ist. Wir erklären, was Bildgebung und Genomsequenzie-

rung leisten, wie Spitzendiagnostik und Präzisionsmedizin ineinandergreifen. Und bei welchen Erkrankungen die modernen Verfahren wirklich wichtig sind.

Die Medizin von morgen mitgestalten – dafür würde ich Sie gerne begeistern. Denn es braucht nicht nur Ärzte, Wissenschaftler und Medizintechniker. Es braucht auch Sie und mich. Die Medizin wird neu geschrieben. Seien Sie Teil davon! Wer seine Gesundheitsdaten für die klinische Forschung freigibt und an Studien teilnimmt, kann dazu beitragen, Leben zu retten. Vielleicht auch sein eigenes. Alle wichtigen Fragen beantworten wir ab Seite 26.

Wahr ist aber auch: Mit moderner Diagnostik und wirksamen Therapien ist es bei einer schweren Erkrankung nicht getan. Sie katapultiert Betroffene aus dem Leben, macht einsam, schürt Ängste, fordert Entscheidungen, verursacht Symptome und medikamentöse Nebenwirkungen. Am Brustkrebszentrum der Evangelischen Kliniken Essen-Mitte kümmert man sich umfassend um alle Aspekte. Unsere Autorin Barbara Esser hat sich das Konzept der integrativen Onkologie angeschaut (Seite 20).

Gut aufgehoben sind Sie in den 1815 Kliniken, die das Rechercheunternehmen FactField nach umfassender Datenauswertung als empfehlenswert einstuft. Die Listen für 59 Erkrankungen und Fachbereiche finden Sie ab Seite 71.



Das Cover zeigt:

(hier von links nach rechts)
PD Dr. Petra Voiß, Direktorin der Klinik für Integrative Onkologie & Supportivmedizin, Prof. Sherko Kümmel, Direktor der Klinik für Frauenheilkunde, und Paula Sudikatus, Medizinische Fachangestellte – Ambulanzleitung Brustzentrum, aus den Evangelischen Kliniken Essen-Mitte

Herzlichst Ihre

Gender-Hinweis:

Zugunsten der Lesbarkeit verzichten wir auf die durchgängige gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich, divers (m/w/d). Sämtliche Bezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

INHALT

FOCUS-GESUNDHEIT 5/25 KLINIKLISTE 2026



32

Weit gekommen Nicole Knapp lässt sich von Colitis ulcerosa nicht aus dem Gleis bringen. Auf einer zweijährigen Weltreise lotete sie ihre Grenzen aus

Die FOCUS-Siegel weisen auf von FOCUS-Gesundheit empfohlene Top-Kliniken und -Fachbereiche hin. Plus: Top-Arbeitgeber Pflege im Bereich Privatkliniken

71



Top-Kliniken
Mehr als 1800 Krankenhäuser für die wichtigsten medizinischen Fachbereiche

>> Sie finden die Top-Kliniken auch unter focus-gesundheit.de

Magazin

8 Sprechstunde

Rauchstopp auf Rezept • Schlechte Zähne, mehr Migräne • Wann Musiktherapie hilft • **Unsere News**

14 Brennpunkt Pflege

Beschäftigte, Bedarf, Stimmung – die aktuelle Lage in der **Infografik**

16 Wege aus dem Pflege-Exit

Sie sind das Rückgrat des Systems. Wie Kliniken und Politik Pflegende **gewinnen und halten** wollen

20 Resilienz gewinnen

Das integrative **Brustkrebs**-Zentrum in Essen betreut Patientinnen ganzheitlich. Ein Einblick ins Angebot

26 Für die Medizin von morgen

Studien können Kranke frühzeitig in neue Therapien bringen. Warum das in Deutschland häufig scheitert

32 Mut im Gepäck

Die Symptome sind bei **chronisch entzündlichen Darmerkrankungen** oft unkontrollierbar. So gewannen zwei Patientinnen die Freiheit zurück

38 Untersuchung mit Tiefgang

Faszinierende Bilder und ein neues Verständnis: **Modernste Diagnostik** revolutioniert die Medizin

44 Trinken, bis der Arzt kommt

OP-Vorbereitung: Was das neue Nüchternheitskonzept erlaubt



38

Neu betrachtet
Ein hochmoderner CT-Scanner liefert faszinierende Einblicke ins Gefäß- und Organsystem



46

Weiter gedacht
Neurologe Matthias Synofzik forscht in Tübingen an RNA-Therapien, die künftig sogar Alzheimer heilen könnten

46 Wir haben eine Therapie!

Die **RNA-Medizin** bietet die Chance, bisher unheilbare Krankheiten zu behandeln. Forschende sind optimistisch – nicht nur bei seltenen Erkrankungen

52 Was hilft beim Heilen?

Tipps für die Rekonvaleszenz: Von Musik bis Zuwendung – das sollten Sie sich gönnen, um **schneller gesund** zu werden

56 Besser leben

Heilsam: Botenstoffe aus den Muskeln • Unverzichtbar: Vorsorge bei Diabetes • Scharfsichtig: Diese Therapien erhalten die Sehkraft • **Rezepte für Ihre Gesundheit**

Die große Klinikliste

72 Erhebung Schritt für Schritt

So entstehen die **Empfehlungen** von FOCUS-Gesundheit

74 Die Top-100-Krankenhäuser

Das Ranking der **Top-Kliniken** mit den meisten Empfehlungen

78 Internationale Patienten

Diese Häuser sind auf **ausländisches Publikum** gut eingestellt

Die Top-Fachkliniken

Das umfassende **Verzeichnis** empfohlener Kliniken nach Fachbereichen

84 Augenheilkunde

Hornhauterkrankungen, Refraktive Chirurgie, Katarakt

90 Geriatrie

Akutgeriatrie

94 Gynäkologie & Geburt

Gynäkologische Chirurgie, Kinderwunsch, Risikogeburt und Pränataldiagnostik

102 Haut & Plastische Chirurgie

Hautkrankheiten, Plastisch-Ästhetische Chirurgie, Plastisch-Rekonstruktive Chirurgie

108 Herz & Gefäße

Gefäßchirurgie, Herzchirurgie, Kardiologie, Rhythmologie

120 Hormone & Stoffwechsel

Diabetes, Diabetische Fußerkran- kungen, Schilddrüsenchirurgie

128 Kinder

Kinderchirurgie, Neonatologie, Neuropädiatrie

134 Krebs

Krebserkrankungen an Blase, Brust, Darm, Haut, Hoden, Knochen, Lunge, Nieren, Prostata sowie im lymphatischen System, Gynäkologische Onkologie, Hirn-, Kopf-Hals-Tumoren, Leukämie

166 Magen, Darm & Bauch

Adipositas-Operationen, Gallen- chirurgie, Hernienchirurgie, Proktologie, Prostata-Syndrom, Refluxchirurgie

182 Neurologie

Demenzen, Multiple Sklerose, Parkinson, Schlaganfall

194 Orthopädie

Fuß-, Hand-, Hüft-, Knie-, Schulter- chirurgie, Sportmedizin und Sportorthopädie, Unfall- und Wirbelsäulenchirurgie

218 Psyche

Angststörungen, Essstörungen, Schmerz- und Zwangsstörungen, Depressionen

228 Strahlen- & Nuklearmedizin

Nuklearmedizin, Strahlentherapie

234 Zahnmedizin

Zahnheilkunde

Top-Arbeitgeber Pflege Privatkliniken

240 Methodik

241 Empfohlene Kliniken

Rubriken

3 Editorial der Chefredakteurin

6 Ein Blick

242 Vorschau und Impressum

EIN BLICK

Farbenfrohe Keime

Was aussieht wie Zuckerstreusel, kann Leben retten. Zu sehen sind Bakterien auf einem Sensor. Er registriert die Vibrationen der lebenden Keime und analysiert, welches Antibiotikum am besten gegen sie wirkt; viel schneller als bisherige Methoden. Der Test ist noch in der Entwicklung, könnte aber bald in Krankenhäusern helfen, Antibiotikaresistenzen zu vermeiden – eine der größten Gesundheitsbedrohungen. Molekularbiologe Martin Oeggerli fotografierte die Bakterien am Rasterelektronenmikroskop.





Foto: M. Oeggerli (Miconaut 2021) with Resstell, supported by Pathology, USB and Bio-EM Lab, Biozentrum, University Basel.

SPRECHSTUNDE

NEUES AUS DER MEDIZIN

73%

der Krankenhäuser melden einen Anstieg körperlicher Gewalt durch Patienten und Angehörige.

Quelle: Deutsche Krankenhausgesellschaft, 2024



E-Scooter: lieber mit Helm

Kommt es bei Unfällen mit E-Scootern zu Verletzungen, ist am häufigsten der Kopf betroffen. Das belegt eine Studie der Klinik für Unfallchirurgie der Technischen Universität München. Helm tragen, auch ohne Pflicht, rät daher die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie. Andere simple Maßnahmen erhöhen ebenfalls die Sicherheit: langsam fahren, nüchtern bleiben und vor allem nachts gut sichtbar sein, etwa mit reflektierender Kleidung.

Mehr Ersthelfer

Pro Jahr könnten in Deutschland mehr als 10 000 Leben gerettet werden, wenn bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand sofort mit der Reanimation begonnen würde. Doch nur jeder Vierte hat während der vergangenen zwei Jahre die Herz-Lungen-Wiederbelebung geübt. Zwar ist die Laien-Reanimationsquote hier zuletzt gestiegen, liegt aber mit 55 Prozent unter dem EU-Durchschnitt. Zum Vergleich: Die Niederlande kommen auf 80 Prozent. In NRW soll Erste Hilfe deshalb ab 2026 in Schulen unterrichtet werden. Erwachsene mit Nachholbedarf können sich an den ADAC, die Malteser, die Johanniter oder das Deutsche Rote Kreuz wenden.



Musiktherapie lindert zahlreiche Beschwerden

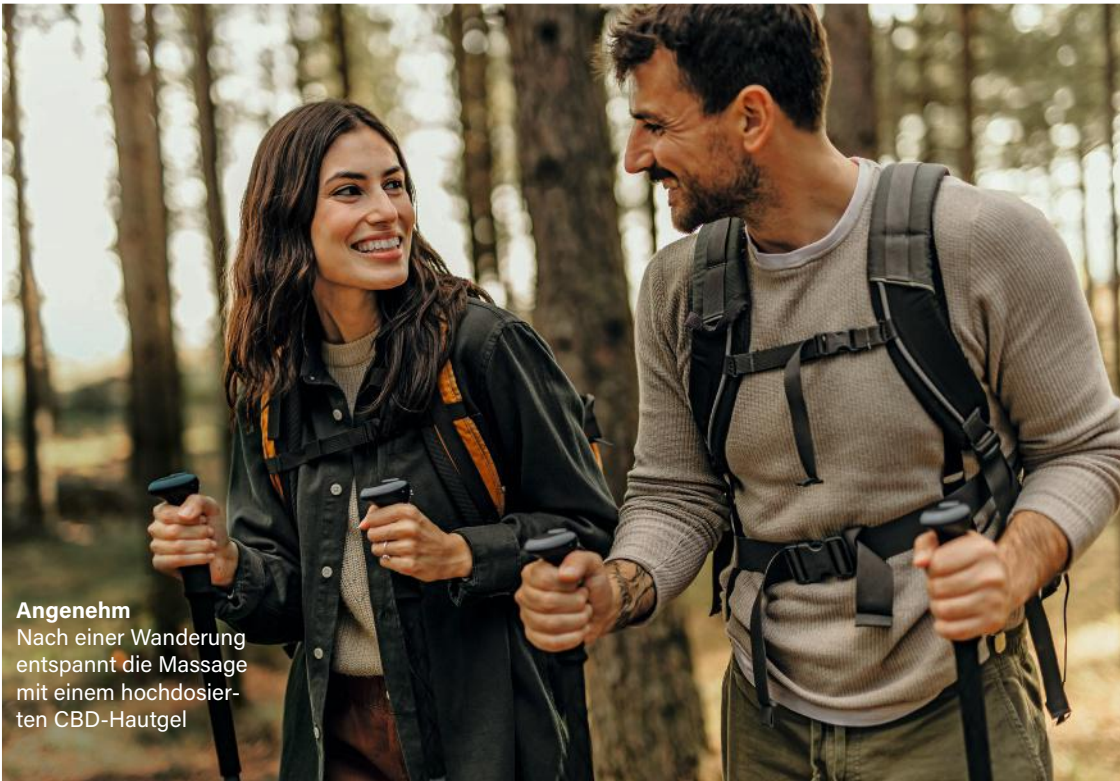
Mit Musik lässt sich die Behandlung vieler körperlicher und seelischer Leiden unterstützen. So ist wissenschaftlich belegt, dass die Musiktherapie chronischen Schmerz lindert, Angst bei Krebs reduziert und die Motorik von Parkinson-Patienten verbessert. Sogar Frühchen profitieren, weil die Klänge ihren Kreislauf stabilisieren.



Alzheimer-Mittel wirksamer

Langzeitdaten aus zwei Studien zeigen deutliche Fortschritte im Kampf gegen Morbus Alzheimer. Demnach können die neuen Amyloid-Antikörper Donanemab und Lecanemab das Fortschreiten der Erkrankung in einem frühen Stadium um drei beziehungsweise vier Jahre verlangsamen. Bislang ging man von einer Verzögerung um nur sechs Monate aus. Lecanemab ist seit September in Deutschland verfügbar, Donanemab wartet derzeit noch auf die Zulassung durch die Europäische Arzneimittelbehörde.

Fotos: Getty Images, Shutterstock, Adobe Stock



Angenehm
Nach einer Wanderung entspannt die Massage mit einem hochdosierten CBD-Hautgel

Gewappnet für Belastungen

Der Inhaltsstoff Cannabidiol sorgt für wohltuende Effekte. So unterstützen die CBD-Gele Cannaxil K und Cannaren W beanspruchte Muskeln und Gelenke – mit erfrischender Kühle oder entspannender Wärme

Die Beine schwer von einer Wanderung, der Nacken verspannt vom langen Arbeitstag – in solchen Fällen hilft eine angenehme Massage. Die CBD-Gele Cannaxil K und Cannaren W unterstützen den Effekt mit Kälte oder Wärme. Dabei setzen sie auf den Inhaltsstoff Cannabidiol (CBD).

Pflegende und schützende Effekte

Das aus der Hanfpflanze stammende CBD gewinnt in den letzten Jahren in der Hautpflege aufgrund seiner positiven Eigenschaften an Bedeutung. Nach dem Einmassieren des Gels kann CBD in den oberen Hautschichten seine positiven Einflüsse entfalten. So kann es an spezielle Rezeptoren der Zellen binden und dort antioxidative, pflegende und schützende Effekte zeigen. Im Unterschied zu THC (Tetrahydrocannabinol) hat CBD übrigens keine berauschenden oder psychoaktiven Eigenschaften.

Wohltuendes Massage-Erlebnis

Dabei kombinieren Cannaren W und Cannaxil K die Vorteile von hoch dosiertem CBD* mit weiteren wertvollen Inhaltsstoffen: Cannaxil K vitalisiert mit Frescolat® ML und Pfefferminzöl beanspruchte Körperpartien. Diese Inhaltsstoffe lösen eine Kälteempfindung in der Haut aus. Das sorgt für einen sofortigen erfrischenden Kühleffekt. Zudem beleben Extrakte aus dem Königssalbei – besonders wohltuend für die Massage nach körperlicher Belastung.

Mit hochdosiertem CBD* und einem sich langsam aufbauenden, lang anhaltenden Wärmeeffekt ist Cannaren W mit Thermolat® perfekt für Massagen verspannter Muskeln. Thermolat® sorgt für angenehm wohltuende Wärme, während das hautidentische Lipid Squalan die Haut zart pflegt. Der revitalisierende Duft von Rosmarinöl rundet das wärmende Massage-Erlebnis ab.

Mehr unter www.cannaren-cannaxil.com

CANNAXIL K KÜHLT UND BELEBT



Strapazierten Muskeln und müden Beinen tut Erfrischung gut. Das CBD-Aktiv-Gel Cannaxil K sorgt mit einer Kombination aus CBD, Frescolat® und Pfefferminzöl für einen sofortigen Kühleffekt. Für die erfrischende Pflege massiert man die beanspruchten Körperpartien mit dem Gel ein.

Kosmetikum, dermatologisch geprüft.



CANNAREN W WÄRMT UND ENTSPANNT



Hinter Problemen in Nacken, Rücken oder Schultern stecken oft beanspruchte Muskeln. Das CBD-Gel Cannaren W enthält neben CBD den kosmetischen Wirkkomplex Thermolat®, der einen lang anhaltenden Wärmeeffekt entfaltet. Damit hilft das Gel, Verspannungen zu lösen – idealerweise angewendet mit einer Massage.

Kosmetikum, dermatologisch geprüft.



*Mit 800 mg CBD, was einer CBD-Konzentration von 0,8 % pro 100-ml-Tube entspricht.

Wir haben eine Therapie!

Mit RNA-Medizin lassen sich bislang unheilbare Krankheiten behandeln. Eine Riesenchance für Patienten mit seltenen Erkrankungen – aber auch bei Volkskrankheiten wie Alzheimer

Matthis Synofzik hat seine Forschung einem Bereich gewidmet, der nur wenig beachtet wird. Als Facharzt für Neurologie an der Universitätsklinik Tübingen könnte er sich mit Alzheimer beschäftigen oder mit Parkinson. Mit Krankheiten, die allein in Deutschland Hunderttausende Menschen betreffen – er hat sich jedoch auf die sogenannten seltenen Erkrankungen spezialisiert. „An den Volkskrankheiten forschen schon so viele“, sagt er. „An seltenen Erkrankungen dagegen nur wenige – obwohl es hier mehrere Tausend gibt. Ich habe das Gefühl, auf dem Gebiet mehr bewegen zu können.“

Was er und seine Wissenschaftskollegen für einzelne Patienten entwickeln, hat möglicher-

weise dennoch Potenzial für Tausende. Weil sich grundlegende Erkenntnisse und Prozesse auf die Erforschung weiterer Therapien übertragen lassen. Synofziks Feld ist die RNA-Medizin. Sie greift direkt in die zellulären Mechanismen ein, um genetische Defekte zu beheben oder Krankheitsgene stillzulegen. Das bietet die Chance, bislang unheilbare Krankheiten zu behandeln.

Seltene Erkrankungen werden häufig durch Mutationen im Genom ausgelöst. Dies ist bei rund 80 Prozent der Fälle. Welche Veränderungen das sind, lässt sich seit den 2010er-Jahren dank technologischer Fortschritte einfacher und schneller bestimmen, vorausgesetzt, die Analysen werden auch durchgeführt (siehe Seite 48). An Therapieangeboten fehlt es jedoch noch immer, weil die

Optimistisch

Neurologe Prof. Matthis Synofzik im Flur des Instituts für klinische Hirnforschung in Tübingen. Er erforscht und erprobt RNA-Therapien für seltene neurologische Erkrankungen



BESSER LEBEN

REZEPTE FÜR IHRE GESUNDHEIT

ermöglichen eine individuellere und damit passendere Auswahl des Implantats. Auch vergrößert sich ständig das Angebot an Kunstlinsen.

Am bekanntesten sind die Trifokallinsen. Sie verfügen über drei verschiedene Brennpunkte für den Fern-, Zwischen- und Nahbereich. Der Nachteil: Durch die Verteilung des Lichts auf mehrere Brennpunkte bilden sich Überlappungszonen. Das Auge wird empfindlicher für Blendungen, zudem erscheinen Höfe um die Lichtquellen, sogenannte Halos. Das ist störend, insbesondere nachts im Straßenverkehr. Auch deshalb fällt die Entscheidung inzwischen häufiger zugunsten der Tiefenschärfelinsen (Edof-Linsen) aus. Diese funktionieren nach dem Prinzip Gleitsichtbrille. Durch die weicheren Übergänge zwischen den Sehbereichen entstehen bei schwierigen Lichtverhältnissen seltener Probleme. Im Nahbereich unter 70 Zentimeter ist die Sehschärfe allerdings nicht optimal, es kann also noch eine Lesebrille nötig sein. Inzwischen sind auch Kombinationen verschiedener Linsensysteme möglich. „Durch erweiterte Diagnostik, Risikominderung beim Eingriff und personalisierte Implantatlösungen haben wir heutzutage ganz neue Möglichkeiten beim Katarakt-Eingriff“, sagt Gerd Auffarth, Ärztlicher Direktor der Universitäts-Augenklinik Heidelberg.

Grüner Star (Glaukom)

Langsam verschlechtert sich das Sehen – das ist auch beim grünen Star das Hauptsymptom. Nur gehen in diesem Fall Fasern des Sehnervs zugrunde, die das Sehsignal von der Netzhaut des Auges zum Gehirn leiten. Ein irreparabler Schaden. Den Betroffenen fehlen Bereiche im Gesichtsfeld, was Brillen oder Linsen nicht ausgleichen können. Unbehandelt führt grüner Star zum Erblinden. „Eine frühzeitige Diagnosestellung kann dies fast immer verhindern“, sagt Verena Prokosch, Expertin für Glaukom und Oberärztin am Zentrum für Augenheilkunde der Uniklinik Köln.

Tropfen für den Augeninnendruck: Einziger Ansatzpunkt für eine Therapie ist bislang der erhöhte Augeninnendruck. Dieser entsteht, wenn sich in der vorderen Augenkammer Flüssigkeit staut, weil das Gleichgewicht zwischen Pro-

Augen auf

Die wichtigsten Untersuchungen und regelmäßige Kontrolle

Ab 40 Jahren ist eine augenärztliche Untersuchung alle zwei Jahre empfohlen, ab dem 60. Lebensjahr jährlich.

Zum Check-up gehört eine Spaltlampenuntersuchung zur Begutachtung des vorderen Augenabschnitts. Zur Beurteilung des Augenhintergrunds ist eine Erweiterung der Pupillen notwendig. Zudem sollte der Augeninnendruck (Glaukom-Vorsorge) gemessen werden. Dies muss der Patient selbst bezahlen.

Besondere Risiken

Bei Kurzsichtigen ab minus drei Dioptrien, bei Diabetes, Bluthochdruck oder der regelmäßigen Einnahme von Kortison steigt das Risiko für Augenerkrankungen. Vorsorge ist dann besonders wichtig.



Von FOCUS-Gesundheit empfohlene Top-Kliniken für Augenheilkunde finden Sie ab Seite 85.

duktion und Abfluss des Kammerwassers gestört ist. Augentropfen sollen entweder die Produktion drosseln oder den Abfluss des Kammerwassers verbessern oder beides, je nach Wirkstoff.

Chirurgische Eingriffe: Alternativ stehen mehr als ein Dutzend verschiedener Operationsmethoden zur Senkung des Augeninnendrucks zur Verfügung. Minimalinvasiv können winzige Stents eingesetzt werden, durch die das Kammerwasser kontrolliert abläuft. Bei der klassischen Trabekulektomie schaffen Chirurgen unter der Bindehaut einen künstlichen Abflussweg. „Solche Eingriffe sollten möglichst früh durchgeführt werden“, betont Expertin Prokosch. Einmal verlorene Sehkraft kommt nicht wieder zurück.

Altersbedingte Makuladegeneration (AMD)

Gerade Linien verbiegen sich, im Zentrum des Bilds liegt ein schattiger Fleck? Das deutet auf altersbedingte Makuladegeneration. Diese schädigt ausgerechnet jenen millimeterkleinen Bereich der Netzhaut, der das scharfe Sehen ermöglicht. Experten unterscheiden zwischen trockener und feuchter Makuladegeneration. Die trockene Form betrifft etwa 85 Prozent der Patientinnen und Patienten und schreitet langsam voran. Bei der feuchten AMD verschlechtert sich das Sehvermögen unbehandelt rapide bis zum Verlust des Sehvermögens.

Behandlung der trockenen AMD: Eine Therapie gegen die Ablagerungen, die zu einer Unterversorgung der Netzhaut und zum Absterben von Sehzellen führen, fehlt bislang. Lupenbrillen, Leuchtlupe oder elektronische Lesegeräte können Betroffene im Alltag unterstützen.

Behandlung der feuchten AMD: Sogenannte VEGF-Hemmer werden in den Glaskörper des Auges gespritzt. Die Wirkstoffe blockieren einen Wachstumsfaktor, der kleine Blutgefäße unter der Netzhaut sprießen lässt. Diese führen dort zu Ödemen sowie zur Anhebung der Netzhaut. Die Medikamente können die Erkrankung zwar nicht heilen, jedoch ihr Fortschreiten aufhalten oder zumindest verlangsamen. ■

SUSANNE WITTLICH