

Selbsthilfe für Menschen vor  
und nach einer Herztransplantation.

August 2009

# HerzSchlag



Informationen für Mitglieder, deren Angehörige und Interessenten  
[www.ak-herztransplantation.de](http://www.ak-herztransplantation.de)

Unsere Kliniken

## Arbeitskreis Herztransplantation e.V.

Der Arbeitskreis Herztransplantation e.V. im Herz-Kreislaufzentrum der Universitätsklinik Freiburg ist eine von ehrenamtlich tätigen Mitarbeitern getragene Selbsthilfeeinrichtung, die keinerlei eigenwirtschaftliche Zwecke verfolgt.

Unsere Aufgabe ist die

Betreuung, Beratung und Begleitung von Patienten und deren Angehörigen im Einzugsbereich des Herz-Kreislaufzentrums Freiburg und dem Herz Zentrum Bad Krozingen, die auf eine Herztransplantation warten bzw. schon hinter sich gebracht haben

Aufklärung und Information über die Herztransplantation und Organspende  
Bereitstellung von geeigneten Informationen in Wort und Schrift im Rahmen der vorhandenen Möglichkeiten

Teilnahme an geeigneten Veranstaltungen zur gezielten Kontaktaufnahme mit der Öffentlichkeit, um diese über Herztransplantation und Organspende zu Informieren.

Wir bieten unseren Mitgliedern die Möglichkeit zur Aussprache über die Besonderheiten einer Herztransplantation und dem Leben danach. Im Einzugsbereich des Herz-Kreislauf Zentrums Freiburg und dem Herz Zentrum Bad Krozingen, der sich im Schwerpunkt auf Baden-Württemberg und in Teilen auf die angrenzenden Bundesländer erstreckt, werden rund 180 Patienten betreut.

Da die Herztransplantation für Patienten mit fortschreitender schwerer Herzinsuffizienz häufig die letzte Möglichkeit ist, wieder ein angemessenes Leben führen zu können, sind auch derart Betroffene bei uns willkommen, damit sie sich rechtzeitig mit der Thematik Herztransplantation auseinandersetzen und sich bei bereits Transplantierten angemessen informieren können.

Als Betroffene wissen wir, dass Patienten und deren Angehörige oftmals nicht in der Lage sind die Wartezeit auf ein Spenderherz ohne Unterstützung und Beistand zu bewältigen. Unser Anliegen ist es, Betroffene, Wartepatienten und Angehörige bei der Bewältigung der mit einer Herztransplantation in Zusammenhang stehenden besonderen Umstände zu helfen und zu unterstützen.

Die Informationen in diesem Heft erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und ersetzen keineswegs einen Arztbesuch. Da die medizinische Entwicklung ständig in Bewegung ist, besteht die Möglichkeit, dass Inhalte einzelner Berichte im Moment des Erscheinens dieses Heftes überholt sein können.

Wegen der leichteren Schreibweise und der besseren Lesbarkeit wird bei den Texten in diesem Heft darauf verzichtet gleichartige Bezeichnungen, Begriffe, etc. geschlechtsspezifisch aufzuführen. Dahinter verbergen sich keine diskriminierenden Absichten.

# Inhalt

Inhalt.....	3
Was war, was ist .....	4
Was haben wir uns vorgenommen .....	4
Guten Tag, ich bin der Neue .....	6
Außerdem mache ich Ihnen noch ein Angebot: .....	7
In Memoriam Eckhard Bentlage.....	8
Neuwahlen im Arbeitskreis Herztransplantation.....	9
Patiententreffen 2009.....	11
Fit for Life.....	15
Zusammenarbeit bringt Erfolg.....	16
Ein besonderer Tag.....	18
Im Regen .....	19
Für Sie notiert.....	20
Wenn alle Vier leicht laufen – mit Leichtlaufreifen sparen .....	20
Warum brauchen Balkonpflanzen nach Regen Dünger? .....	21
Schlusspunkt .....	22
Antrag auf Mitgliedschaft .....	23
Hinweis.....	24

# Was war, was ist

Karsten Stelter

Als sich der Gesundheitszustand des bisherigen 1. Vorsitzenden, Eckhard Bentlage, zusehends verschlechterte, war Handlungsbedarf angesagt. Frau Dunzweiler berief ein außerordentliches Informationsgespräch ein, zu der sie Personen einlud, die gewillt waren aktiv im Verein mitzuarbeiten, und eventuell ein Vorstandsamt zu übernehmen. Der bisherige Vorstand war nicht mehr bereit (außer dem Schriftführer), bei Neuwahlen nochmals ein Amt zu übernehmen. So ging man mit den potentiellen Kandidaten in die ordentliche Mitgliederversammlung am 5. März diesen Jahres, die Frau Dunzweiler im Auftrag des erkrankten Eckhard Bentlage leitete. Aus dieser Mitgliederversammlung ging der neue Vorstand durch ein klares Votum hervor (siehe Protokoll der Versammlung, welches Sie mit der Einladung zu Grillfest erhielten).

Ein Beitrag von Josef Fettig, dem stellvertretenden Vorsitzenden unseres Vereins, wird Ihnen in diesem Herzschatzheft den neuen Vorstand näher bekannt machen.

## Was haben wir uns vorgenommen

An den bestehenden Vereinszielen, verankert in unseren Statuten, wollen wir nichts ändern. Sie sind eindeutig definiert und bedürfen zum jetzigen Zeitpunkt keiner Überarbeitung oder Ergänzung.

Was mir jedoch sprichwörtlich am „Herzen liegt“ ist eine Aufteilung der anfallenden Aufgaben auf mehrere Schultern, so dass wir nicht noch einmal vor dem gleichen Dilemma stehen, wie es sich vor dem letzten Vorstandswechsel entwickelt hat, dass bei Ausfall eines einzigen Vorstandmitglieds die gesamte Vereinsarbeit ins Stocken gerät. Darum appelliere ich an jedes unserer Mitglieder, nach Kräften rege in unserem Verein mitzuwirken sowie seine Fähigkeiten und Stärken mit einzubringen.

Wir werden auch mit unseren Werbekampagnen für die Organspende mehr „vor Ort“ gehen, z.B. an Blutspendeaktionen des Roten Kreuzes. Da liegt ein echtes Potential für Organ-spendewillige Personen unterschiedlichen Alters (Eckhard Bentlage: *Blutspender sind potentielle Organspender!*).

Und dann wollen wir natürlich ein harmonisches Vereinsleben pflegen, dabei nicht vergessend, dass wir auch Familien haben, die wir nicht vernachlässigen wollen.

Das alte Motto: „*Einer für Alle - Alle für Einen*“ sollte unser Grundsatz sein. Ich bin zuversichtlich, dass Sie uns in diesen Zielen unterstützen und wünsche unserem Arbeitskreis eine gute Zeit!

**Zeichenerklärung**

**Jan**

**Jef**

**JWH**

**RR**

**Norbert Jankowski**

**Josef Fettig**

**Jürgen Höpfl**

**Reinhard Rother**

# Guten Tag, ich bin der Neue ...

RR

... Redakteur des „Herzschlag, heiße Reinhard Rother (RR), und werde mich nach Kräften bemühen in Zukunft (relativ) regelmäßig mehrmals im Jahr ein Heft herauszubringen, wobei ich aber auf die tatkräftige Mithilfe aller übrigen Mitglieder des AK-HTX baue. Da ich erst seit Oktober 2008 gelistet und seit der letzten Weihnachtsfeier im AK dabei bin, bin ich noch von Allem was Arbeitskreis und Herztransplantation betrifft, ziemlich unwissend. Im Frühjahr 2008 hatte ich erstmals erfahren, dass ich HTX-Kandidat bin da sich mein Zustand innerhalb kurzer Zeit rapide verschlechterte.

Im Moment bin ich also Wartepatient, pausiere aber auf der Liste (nT), da es mir zur Zeit wieder recht gut geht.

Soviel zu meiner Person.

Wenn jemand unserer Leser Anregungen hat oder eine Geschichte erzählen will, (welcher kranke Mensch hat keine Geschichte zu erzählen) bitte sehr, hier ist Platz dafür. Es kann durchaus auch mal etwas Lustiges sein, hier im „Herzschlag“ besteht die Möglichkeit dazu. Beim Patiententreffen erzählte mir eine Dame aus dem Stuttgarter Raum die Geschichte ihrer Odyssee, als sie sich entschloss, statt mit dem eigenen Auto (Fahrzeit ca. 3 Stunden), mit der Deutschen Bahn (letztendlich über 5 Stunden), zu fahren. Lustig sind solche Episoden allerdings oft nur für die Leser.

Auch wüsste ich gerne, welche Themen interessant für Sie sind und die Sie gern im Herzschlag lesen würden.

Ich habe mir auch vorgenommen, die Richtung des Inhalts ein wenig zu ändern, d.h. nicht mehr ausschließlich Arzt- und Medikamenteninformationen, sondern auch ein paar Beiträge, Tipps und interessante Dinge aus allen Bereichen des täglichen Lebens, natürlich mit Blick auf den Leserkreis (Herzpatienten). Ich denke, unser Leben besteht aus mehr als nur Krankheit, Eingeschränkt-sein und Ängsten um „die Pumpe“, es gibt noch viel zu Entdecken und Freuen, lassen wir uns nichts entgehen.

## Außerdem mache ich Ihnen noch ein Angebot:

An meinem Heimatort Lörrach, helfe ich im Seniorentreff „Treff ab 50“ hilfesuchenden älteren Menschen die Schwierigkeiten mit ihrem Computer haben (Es gibt erstaunlich viele, die sich in fortgeschrittenem Alter einen Computer anschaffen). Wie ich von Frau Dunzweiler erfahren habe gibt es schon Interessenten im Arbeitskreis.

Wenn auch Sie PC-Probleme und Interesse an Hilfe haben, wenden Sie sich an mich. Wir werden dann gemeinsam sehen, wie ich Ihnen weiterhelfen kann.

Sie erreichen mich unter folgender Adresse:

Reinhard Rother, Bannweg 20, 79585 Steinen, Telefon (07627)-922841  
oder per E-Mail: [reinhard.rother@arcor.de](mailto:reinhard.rother@arcor.de).

# In Memoriam Eckhard Bentlage

*Der Arbeitskreis Herztransplantation e.V. hat mit Eckhard Bentlage einen Menschen verloren, der die Arbeit im Arbeitskreis in den letzten vier Jahren maßgeblich als Vorsitzender geprägt hat. Er hat nicht nur die Organisation und Öffentlichkeitsarbeit geschickt in seinen Händen gehalten, sondern hat auch unermüdlich versucht, dem Arbeitskreis neue Impulse zu geben. Er verstand es, den Menschen Mut zu spenden, sie tapfer zu machen, sie zu aktivieren und zusammenzuführen und hat vielen Mitpatienten mit seinem Rat zur Seite gestanden. Er hat uns manchmal aufgeschreckt mit seinem Engagement, aber er hat sich immer uneigennützig für den Arbeitskreis eingesetzt. Dabei ist so manches Mal sein Privatleben mit dem Vereinsleben eingeworden. In Erinnerung an Eckhard Bentlage werden wir den Arbeitskreis Herztransplantation weiterführen.*



*Eckhard Bentlage mit seiner Frau an der Weihnachtsfeier 2008*



# Neuwahlen im Arbeitskreis Herztransplantation

Der Arbeitskreis wählte im März 2009 seinen neuen Vorstand

jef

Am 05.03.2009 fanden turnusgemäß die Neuwahlen des gesamten Vorstands im Herz-Zentrum Bad Krozingen statt. Unser neuer Vorstand besteht nun ausschließlich aus Mitgliedern, die selbst ein Spenderherz erhalten haben.

Zum neuen 1. Vorsitzenden wurde *Karsten Stelter* aus Stühlingen gewählt. Karsten Stelter erkrankte im November 2006. Daraufhin wurde er im Februar 2007 auf die Warteliste gesetzt und erhielt am 20.05.2008 sein Spenderherz.

Zu seinem Stellvertreter und 2. Vorsitzenden wurde *Josef Fettig* aus Rastatt gewählt. Im März 2008 wurde Herr Fettig krank. Anfang Mai wurde er in die Uni-Klinik verlegt und kurz darauf war Herr Fettig auf der Hochdringlichkeitsliste. Das Spenderorgan erhielt er im Juni 2008.

Als neuer Kassierer ging *Josef Leukel* aus Titisee-Neustadt aus der Wahl hervor. Unser neuer Kassierer wurde bereits mit einem Herzfehler geboren. Im Jahr 2007 kam Herr Leukel dann ebenfalls auf die Hochdringlichkeitsliste. Noch Ende des Jahres 2007 erhielt Herr Leukel dann sein Spenderherz.

Schriftführer blieb wie bisher *Norbert Jankowski* aus Furtwangen. Herr Jankowski erkrankte im September 2000. Nach fast 6 Jahren im März 2006 wurde er auf die Warteliste gesetzt. Anschließend ging es relativ schnell. Am 24.09.2006 wurde Herr Jankowski transplantiert.

*Karl-Friedrich Schell* aus Lörrach ist einer der beiden neuen Beisitzer. Herr Schell hatte die ersten Herzprobleme bereits im Jahr 1978. 20 Jahre später traten diese Probleme wieder auf und Herr Schell wurde intensiver behandelt. Im Jahr 2000 wurde Herr Schell in die Warteliste aufgenommen. Nach 18 Monaten Wartezeit erhielt er 2002 sein Spenderherz.

*Dr. Wolfgang Knapp* aus Stuttgart nimmt als Beisitzer ebenfalls neu am Vorstandstisch Platz. Herr Knapp erkrankte im August 2006. Bereits eine Woche später wurde er nach Freiburg verlegt und erhielt dort noch am gleichen Tag ein Kunstherz. Er wurde im September in die Warteliste aufgenommen und erhielt im November des gleichen Jahres sein Spenderherz.

Bei Frau *Rita Dunzweiler*, unserer guten Seele von der HTX-Ambulanz der Uni-Klinik Freiburg bedankt sich der Vorstand, stellvertretend für alle Mitglieder, für Ihre beachtliche, langjährige Unterstützung unseres Arbeitskreises.



*stehend: Jürgen Höpfl, Karl-Friedrich Schell, Franz-Josef Leukel,  
Dr. Wolfgang Knapp, Helmut Mentzel*  
*sitzend: Norbert Jankowski, Josef Fettig, Karsten Stelter*

# Patiententreffen 2009

Jan

„Alles neu macht der Mai“, wie ein altes Sprichwort sagt. Nicht so bei unserem alljährlichen großen Patiententreffen. Und wiederum trafen sich die Mitglieder des Arbeitskreises zu Vorträgen, Gesprächen, persönliches Kennen



lernen und natürlich um einen schönen Tag im Beisein von liebgewordenen Freunden zu erleben. So begann dann auch um 9:30 Uhr das Treffen, wie denn auch sonst, mit dem Treffen aller Mitglieder. Bei intensiven Gesprächsrunden, Kaffee, Brezeln und Erfrischungsgetränken konnten

viele neue Mitglieder und neue Gesichter begrüßt werden. Sodann begrüßte mit Beginn der Vortragsrunde Professor Beyersdorf alle Anwesenden und eröffnete das 4. Gemeinsame Treffen für Patienten vor und nach Herztransplantation und deren Angehörigen.

Karsten Stelter, unser neuer 1. Vorstand stellte die neuen Vorstandsmitglieder vor. Im Gedenken an den verstorbenen früheren Vorsitzenden, Herrn Eckhard Bentlage, wurde auch durch eine Schweigeminute aller anderen Verstorbenen gedacht, die im Laufe des vergangenen Jahres von uns gegangen sind.

Wie verarbeitet man als Wartepatient und später als Transplantiertes Patient die psychischen Probleme, bei einer Herztransplantation. Darüber referierte



detailliert Dipl. Psychologin Frau Ernst-Hieber vom Herzzentrum Bad Krozingen eingehend. So stellte sie fest, daß auch dringend die Angehörigen von Anfang an mit in Gespräche einbezogen müßten. Die Psychische und Geistige Betreuung war allen Gästen so wichtig, daß darüber eingehend diskutiert wurde,

so daß die folgende Pause verspätet stattfinden mußte.

Dr. Stockhausen von der Kardiologischen Ambulanz der Uni-Klinik Freiburg nahm sich des Themas „Langzeitbehandlung mit Immunsuppression“ an. Hier

war zu erfahren welche chemischen Vorgänge eine Immunsuppression mit verschiedenen Medikamenten im menschlichen Körper statt finden. Hier wurde nun eine eventuelle Umstellung von Sandimmun auf Certican diskutiert, was zugleich auch der Übergang zum folgenden Thema „Nierenfunktionsstörungen nach Herztransplantation“, vorgetragen durch PD Dr. Beck, war. Auch Dr.- Beck stellte die Risiken bei einer Langzeitbehandlung mit Sandimmun fest und erläuterte ausführlich, was dieses Medikament in den Nieren bewirkt. So gab es dann doch einige Unsicherheiten bei Transplantierten Patienten, über die anschließend gesprochen wurde. Auch hier wurde die Diskussionsrunde zum Zeitlichen Schicksal für das Mittagessen, das dann auch einige Minuten später stattfinden mußte, als vorgesehen.

Viele anregende Gesprächsthemen aus den vorgegangenen Vorträgen ließen die Gäste fast vergessen, mit welchen kulinarischen Köstlichkeiten die selbigen verwöhnt wurden. Da wurden kalte Häppchen, Fisch- und Fleischgerichte mit allerlei Gemüsesorten, ob gedünstet, gegrillt oder gedämpft, in allen Farben und Varianten dargeboten. Natürlich durften die gewissen guten Tröpfchen Wein nicht fehlen. Ein Hochgenuss für Leib und Seele.

Ab 14:00 Uhr begann dann auch der gemütliche Teil des Tages. Zwei Busse brachten die Gäste, die sich für diese Fahrt angemeldet hatten, nach Riegel am Kaiserstuhl. Nach einer kurzen Irrfahrt seitens der Busfahrer, die versehentlich zum falschen Bahnhof fuhren, startete richtigen vom Bahnhof aus die Rundfahrt durch den Kaiserstuhl mit dem historischen Rebenbummler. Die gute alte Zeit aus des Kaisers Tagen erwachte, (die Waggonen wurden 1913 gebaut), als der Zug durch die malerischen Ortschaften, Gärten, Ackerland und Weinberge rumpelte. Der Winzerkeller von Königschaffhausen lud ein zu Kaffee, Kuchen und wie soll es auch in einem Winzerkeller anders sein, auch zu einem Gläschen köstlichem Kaiserstühler Rebensaft. Eine weitere Station war auch die Kirche von Niederrotweil. So klein die Kirche auch war, erstaunenswert waren die uralten noch erhaltenen Freskenmalereien. Eine Augenweide war hier auch der Altar aus dem 13. Jahrhundert und die älteste noch funktionierende Orgel, sie wurde im Laufe des 2. Weltkrieges versteckt und erst in jüngerer Zeit wieder an ihrem angestammten Platz aufgebaut. Ein kleines Orgelkonzert schloss die Kirchenbesichtigung ab. Mit dem Zügler in Breisach angekommen, wo die beiden Busse bereits warteten, traten die Gäste dann auch schon wieder die Rückreise nach Bad Krozingen an.

Nach einem doch langen und anstrengenden, aber erlebnisreichen und wunderschönen Frühlingstag ging dann auch unser viertes Patiententreffen zu Ende. Sicherlich fanden noch einige Gäste zusammen, zu abschließenden Gesprächen und nochmaliges Resümee passieren zu lassen.

Der Arbeitskreis Herztransplantation bedankt sich herzlich bei allen Beteiligten, die mit ihrer organisatorischen Vorarbeit diesen besonderen Tag erst ermöglichten und für die wie immer außerordentlich wohltuende Betreuung.



*Fußmarsch zum Weinkeller in Königschaffhausen*



*Unterwegs im Rebenbummler*



*Völlig losgelöst*



*Frau Kunkel und Frau Schmidt*



*Kurze Pause vor der Weiterfahrt*



*Völlig erschöpft nach der Kirchenbesichtigung*

# Fit for Life

Unser Stand auf der gleichnamigen Messe in Freiburg  
vom 20.3. bis 22.3. diesen Jahres

Jef

Wir vom Arbeitskreis Herztransplantation e.V. waren ebenfalls mit einem Informationsstand auf der Messe vertreten. Diese günstige Gelegenheit nutzte unsere neu gewählte Vorstandschaft, um sich, unseren Verein und unser Anliegen einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen.

Der 1. Vorsitzende, Karsten Stelter, übernahm die Leitung des ersten Messtags gemeinsam mit unserem Schriftführer Norbert Jankowski. Die beiden stellten fleißig wie am Fließband neue Organspendeausweise aus. Alle ausgegebenen Ausweise wurden für die neuen potenziellen Organspender kostenlos laminiert, d.h. in eine durchsichtige Schutzfolie eingeschweißt.

Am Samstag, unserem zweiten Messtag, übernahm unser Kassenprüfer Jürgen Höpfl diese Aufgabe. Tatkräftige Unterstützung bekam er von Dieter Grammel und Daniela Riesterer. Auch an diesem Samstag wurden viele Beratungen zum Thema Organspende durchgeführt. Dementsprechend hoch war auch die Anzahl der vergebenen neuen Organspendeausweise.

Am dritten und letzten Tag unseres Messeaufenthalts war der 2. Vorsitzende Josef Fettig mit seiner Ehefrau Marga für uns vor Ort. Unterstützt wurden sie dabei von unserem Mitglied Ute Fischer und nochmals Jürgen Höpfl.

Außerdem stand uns an allen drei Tagen Frau Dunzweiler von der HTX-Ambulanz der Uni-Klinik Freiburg stets hilfreich zur Seite.

Aus Sicht unseres Arbeitskreises Herztransplantation war die Teilnahme an der Messe ein Volltreffer. An allen drei Tagen wurden zahlreiche Organspendeausweise ausgestellt. Das Interesse an unserem Info-Stand war also sehr hoch. Zu den Organspendeausweisen kamen noch eine Menge weiterer Personen die wir berieten und denen wir Info-Material zum Thema Organspende mitgaben.

Allen unseren Helfern möchten wir hier für Ihre Mitarbeit ein herzliches Dankeschön aussprechen.

# Zusammenarbeit bringt Erfolg

Kombinierte Aktion „Blutspende“ und „Werbung für Organspende-Ausweise“ JWH

*Vorgeschichte:* (siehe „Herzschlag“ Mai 2008 – Infostand Organspende mit Helmut Mentzel am 24. April 2008)

Durch den Erfolg mit dem Info-Stand Organspende und der Blutspende-Kampagne ermuntert, wollte ich das auch in Rheinfelden probieren. In Gesprächen mit dem DRK Rheinfelden und dem Blutspendedienst fand die Idee offene Ohren und Unterstützung wurde zugesagt.

Die Aussage: „*Blutspender sind auch potentielle Organspender*“ von Eckhard Bentlage hat sich als mal wieder als zutreffend erwiesen. Wir konnten an diesem Nachmittag/



Abend ca. 55 Ausweise übergeben. Besonders das Argument, dass das neue Format in Scheckkartengröße und laminiert, d.h. in Folie eingeschweißt, erstellt wird, war ein echtes Zugpferd. Da an diesem Tag erstaunlich viele Erst-Blutspender kamen, war der Organspende-Ausweis-Stand zum Erwerb eines Spenderausweises eine gute Anlaufstelle. Auch das „ältere“ Spende-Publikum“ war gut vertreten. Hin- und wieder wurde der alte Ausweis gegen einen neuen, kleinen in Plastikfolie, ersetzt.



Ein treffendes Plakat mit dem Titel „*Organspender zu sein ist keine Frage des Alters*“ liefert immer wieder wertvolle Argumentationshilfe.

Auch das Info-Material zum Thema „Transplantation“, insbesondere die Broschüre der Initiative „*Fürs Leben Für Organspende*“ der DSO (Deutsche Stiftung Organtransplantation) fand regen Zuspruch und ist auch für die Mitglieder des Arbeitskreises Herztransplantation lesenswert. Natürlich waren auch die Kugelschreiber und Notiz-Blöckchen begehrte Objekte.

*Resümee:* Der Erfolg dieses Nachmittags und Abends und die gute Zusammenarbeit mit dem DRK und dem Blutspendedienst hat mich bewogen, für das nächste Frühjahr wieder so eine gekoppelte Aktion durchzuführen. Das Einverständnis der Veranstalter (DRK und Blutspende-Dienst) habe ich am gleichen Abend eingeholt und dankte allen Beteiligten für ihr Entgegenkommen.

Im Rot-Kreuz-Haus durfte ich Spende-Ausweise auslegen und Plakate mit verschiedenen Motiven übergeben.

Eine gute Basis für weitere Veranstaltungen

# Ein besonderer Tag

im Leben des Jürgen Höpfl, transplantiert am 23.9.2007

JWH

Die Kontroll-Untersuchungen im Herzzentrum sind für mich immer etwas Besonderes. „Wie ist das Ergebnis der Untersuchung?“ ist die Kardinalfrage; auch heute, am 15.5.2009. Nach dem Duschen, einem mäßigen Frühstück, und dem Tablettenkonsum (außer Sandimmun und Cell-Sept) starte ich um 6.15 Uhr Richtung Bad Krozingen. Heute nehme ich die B3-Route, Es ist schönes Wetter. Ich komme kurz nach sieben im Herzzentrum an, noch genug Zeit. Nach dem Passieren der Empfangsloge (man kennt sich) gehe ich direkt zur Anmeldung zu Frau Yvonne Schmidt. Sie hat bereits den Computer aktiviert, registriert mich, nimmt Blut für die Bestimmung des Cyclosporinspiegels und gibt mir die Laufzettel für die Ultraschalluntersuchung und dem Ruhe –EKG. Nachdem diese zwei Untersuchungen stattfanden gehe ich in die Cafeteria und leistete mir ein kleines Frühstück. Dann wieder zurück in die Ambulanz. Frau Schmidt informierte Herrn Dr. Zeh, dass ich „befundwillig“ sei. Das Ergebnis zeigte, dass noch eine Röntgenuntersuchung des Lungenbereichs nötig ist. Auch das wurde gleich erledigt. Ergebnis war, dass gleich eine Lungen-CT angeordnet wurde. Das weitere Vorgehen wird die Beurteilung der CT sein. Diese wird in einem externen Institut durchgeführt, welches auch im Herzzentrum „beheimatet“ ist. Mögliche Befunde werden dem Hausarzt und Dr. Zeh mitgeteilt. Erfreulicherweise wurde eine Reduktion der Sandimmun-Dosis ab sofort verordnet. Das wird sich lt. Dr. Zeh positiv auf die Nebenwirkungen „auswirken“. Wir werden sehen. Nach dem Untersuchungsteil kommen obligatorische Besuche auf den Stationen 2C und 2D und natürlich muss ein Gespräch mit Frau Ernst-Hieber drin sein (Letzteres klappt auch meistens). Auf 2C wollte ich Herrn Sztob besuchen, aber leider war er an diesem Tag „nicht so gut drauf“, so dass wir den Besuch aufs nächste Mal verschieben. Am 31.12.2008 bekam er „endlich“ sein neues Herz. Seine Geschichte ist so interessant, dass ich ihn bat, diese für den „Herzschlag“ zu verfassen; er hat zugesagt. Auf der Station 2D war an diesem Morgen so viel los, dass ich nicht weiter stören wollte. So machte ich mich auf den Rückweg.

Das Städtchen Staufen hat es mir angetan. Im „English House“ etwas gesucht und nicht gefunden; Das gibt es. Aber in der Winzergenossenschaft habe ich etwas gefunden, das einen Weinkenner erfreuen wird (es gibt sie vielfach, diese Weinkenner). Der Rückweg führte mich wieder über die B3. Die Ortschaft Hach ließ ich links liegen, obwohl das „Objekt der Begierde – ein Specksalat“ lockte. Das habe ich dann auf den nächsten Untersuchungstermin verschoben (30.7). Einst wird kommen der Tag....

## Im Regen

Badische Zeitung, Ausgabe Freiburg, vom 14.6.2009

JWH

Ungebührend behandelt vom Amt für öffentliche Ordnung fühlt sich derweil der Arbeitskreis Herztransplantation. Dieser Zusammenschluss von Menschen, die mit einem verpflanzten Herz leben, wollte am Tag der Organspende vor einer Woche über die Notwendigkeit von Organspenden informieren und Organspender-Ausweise verteilen. Da der Arbeitskreis jedoch ausdrücklich keine Erlaubnis bekam, an der Ecke Wasser-/Kaiser-Joseph-Straße auch unter dem Schutz der Arkaden zu informieren oder ein Pavillon-Zelt aufzustellen, fiel der Info-Stand wegen ergiebigen Niederschlags ins Wasser. Wäre doch schön, wenn – nicht zuletzt angesichts der allfälligen Reklame unter Freiburgs Arkaden – das Amt die fürs Leben Engagierten nächstes Jahr nicht wieder im Regen stehen lassen würde.

# Für Sie notiert

Wenn alle Vier leicht laufen – mit Leichtlaufreifen sparen

RR

Wer in der warmen Jahreszeit mit Winterreifen unterwegs ist, verbraucht deutlich mehr Sprit. Haben die Sommerreifen aus dem letzten Jahr ausgedient, sollen sich Autofahrer beim Neukauf für Leichtlaufreifen entscheiden. Dazu rät die Initiative „ich & mein Auto“, die die deutsche Energieagentur gemeinsam mit den Innungen des Deutschen Kfz-Gewerbes umsetzt. Denn mit Hilfe dieser „grünen Reifen“ könne der Kraftstoffverbrauch um fünf Prozent reduziert werden. Wer auch noch auf den jeweils optimalen Reifendruck achtet, spare etwa bei einem Mittelklassewagen mit einer Jahresfahrleistung von 15.000 Kilometern jährlich rund 100 Euro. Die Autoexperten rechnen vor: nahezu jede vierte bis fünfte Tankfüllung sei allein dem Rollwiderstand geschuldet, denn die Reifen verformen sich bei jeder Umdrehung abhängig vom Gewicht des Autos. Dabei geht durch den flächigen Kontakt des Reifens zu Straße Antriebsenergie verloren. Bei Leichtlaufreifen ist dieser Rollwiderstand dank einer speziellen Gummimischung geringer als bei herkömmlichen Reifen. Noch besser fährt, wer regelmäßig den Reifendruck überprüft – die Innungsfachleute empfehlen eine Prüfung bei jeder zweiten Tankfüllung. Ein optimaler Reifendruck kann weitere zwei Prozent Spritersparnis einbringen. Wichtiger noch ist die dadurch erreichte höhere Sicherheit und längere Lebensdauer der Reifen. Den richtigen Reifendruck findet man entweder auf der Innenseite des Tankdeckels oder in der Betriebsanleitung. Diese und weitere Informationen cleveren und effizienten Fahrens gibt es natürlich auch unter [www.ichundmeinauto.info](http://www.ichundmeinauto.info). Die Initiative „ich & mein Auto“ wird von der Deutschen Energie-Agentur, dem Deutschen Kraftfahrzeuggewerbe und anderen Partnern getragen sowie durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit gefördert. *Kfz-Innung*



Im Frühling und Sommer schmücken farbenprächtige Pflanzen unseren Balkon. Regnet es über längere Zeit, leiden sie nachher nicht selten unter Nährstoffmangel. Der Regen schwemmt allmählich die Düngervorräte aus. Deshalb sollten Sie Ihre Blumen nach einer Regenphase mit etwas Dünger verwöhnen. Schnelle Hilfe bietet Flüssigdünger, den Sie einfach in Gießwasser geben. Diesen können die Pflanzen besonders rasch aufnehmen. Natürlich sollten Sie während der Regenphase auch darauf achten, dass sich keine Stau-nässe bildet, sonst beginnen die Wurzeln zu faulen und die Pflanze stirbt ab.

*Brückner/DEIKE*

# Schlusspunkt



# Antrag auf Mitgliedschaft

Ich beantrage die Mitgliedschaft im Arbeitskreis Herztransplantation Freiburg-Bad Krozingen e.V.

Ich bin

- Wartepatient       herztransplantiert       noch nicht auf der Warteliste

Der Jahresbeitrag für eine Mitgliedschaft beträgt 35 Euro

Die Zahlung des Jahresbeitrags erfolgt ausschließlich per Bankeinzug

Die Abbuchung der weiteren Jahresbeiträge erfolgt jeweils zum 1. Juni eines Jahres

Für sozialschwache Patienten besteht die Möglichkeit eines verminderten Jahresbeitrags. Dies ist mit dem Vorstand abzuklären.

Ich beantrage eine Fördermitgliedschaft bei einem Jahresbeitrag von \_\_\_\_\_ Euro (mind. 35,- €)

Ich leiste außerhalb der Mitgliedschaft eine einmalige Sonderspende in Höhe von \_\_\_\_\_ Euro  
(Bis zu einer Spendenhöhe von 200 € genügt zur Vorlage beim Finanzamt der Bankbeleg, für höhere Spendenbeträge erhalten Sie von uns eine Bescheinigung)

Name, Vorname \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Straße, Haus-Nr.: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_  
(Bei Minderjährigen des gesetzlichen Vertreters)

## Einzugsermächtigung

Ich erteile dem Arbeitskreis Herztransplantation widerruflich die Einzugsermächtigung, den jährlichen Mitgliedsbeitrag von folgendem Konto abzubuchen:

Geldinstitut \_\_\_\_\_

Bankleitzahl \_\_\_\_\_ Konto-Nr. \_\_\_\_\_

Name, Vorname des Kontoinhabers \_\_\_\_\_

Anschrift (Straße, PLZ, Ort) \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

## Empfänger:

Josef Leukel  
Arbeitskreis Herztransplantation e.V.  
Schillerstraße 10  
79822 Titisee-Neustadt  
Telefon 07651 2533

**Bankverbindung:**  
Volksbank Freiburg  
BLZ 680 900 00  
Kto.Nr. 254 360 08

## Hinweis

Bitte bedenken Sie, dass unsere medizinischen Beiträge keine ärztliche Beratung ersetzen können. Zur Beantwortung medizinischer und gesundheitlicher Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder an die HTX-Ambulanz der Uniklinik Freiburg, Telefon 0761-270-3387, falls Sie Patient des Herz-Zentrums Bad Krozingen sind an die dortige HTX-Ambulanz, Herz-Zentrum Bad Krozingen, Telefon 07633 – 405-5025.

## Impressum:

Herausgeber           Arbeitskreis Herztransplantation e.V.  
Vorsitzender Karsten Stelter  
Weitertalweg 2B  
79780 Stühlingen  
Telefon 07744 – 929 214

Redaktion/ Layout	Reinhard Rother, Bannweg 20 79585 Steinen Telefon 07627 – 922 841	Druck	Norbert Jankowski Grieshaberstraße 6 78120 Furtwangen Telefon 07723 - 504737
----------------------	--	-------	---

Fremde Artikel werden mit Quellenangaben genannt.  
Verantwortlich für die internen Beiträge sind die Verfasser  
(durch das Namenskürzel gekennzeichnet).

Vereinsanschrift       HTX-Ambulanz Kardiologie  
Hugstetter Straße 55  
79106 Freiburg

Bankverbindung       Volksbank Freiburg,  
BLZ 680 900 00, Konto-Nr. 254 360 08