

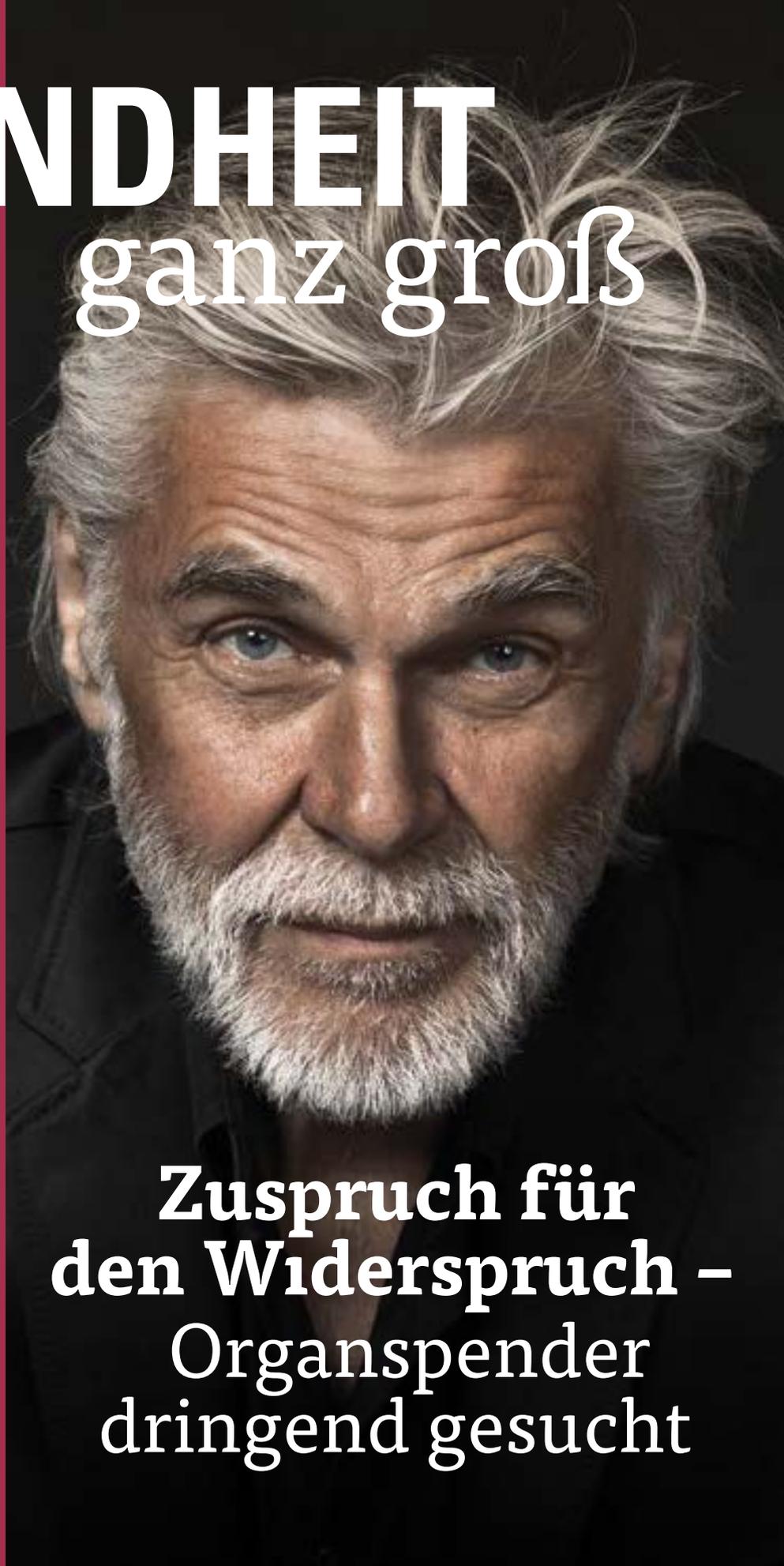
GESUNDHEIT ganz groß

Sieben
goldene Regeln
für ein starkes
Immunsystem

Schaufenster-
krankheit

AniTa –
Angehörige im
Tausch

**Zuspruch für
den Widerspruch –
Organspender
dringend gesucht**





Fachklinik Ichenhausen

Spezialisierte Akutmedizin
Neurologie (Parkinson/MS)
Frührehabilitation Phase B
Geriatrie
Innere Medizin/Rheumatologie
Orthopädie (Schmerzzentrum)
Schlafmedizin
Schluckzentrum

Medizinische Rehabilitation
Neurologie/Neuropsychologie
Orthopädie/Unfallchirurgie
Innere Medizin/Rheumatologie
Geriatrie

Weitere Informationen unter
0 82 23/99-10 10

Gesundheit fördern - Lebensqualität schaffen

Erfahrene Teams aus Ärzten, Therapeuten und Pflegekräften arbeiten Hand in Hand für Ihre Gesundheit. Ob mit künstlichem Gelenkersatz, Rheuma oder nach einem Schlaganfall – wir bereiten Sie wieder auf den häuslichen Alltag und das Berufsleben vor. Damit Lebensqualität und Freude wieder Raum haben.

Für neurologische, orthopädische und internistische Patienten bieten wir qualifizierte Anschlussheilbehandlungen und spezielle Behandlungskonzepte an. Die neurologische Frühreha (Phase B) und geriatrische Rehabilitation für mehrfach erkrankte ältere Menschen runden unser Rehabilitationsangebot ab.

Die m&i-Fachklinik Ichenhausen ist offizieller Kooperationspartner des Zentralklinikums Augsburg. Jahrelange kompetente medizinische Nachbehandlung und Rehabilitation mit nahtloser Überleitung der Patienten zeichnen unsere Zusammenarbeit aus.

Krumbacher Straße 45 · 89335 Ichenhausen · Telefon 0 82 23 - 99 - 0 · www.fachklinik-ichenhausen.de



Liebe Leserinnen und liebe Leser,

die Bereitschaft der Deutschen Organe zu spenden, liegt auf einem traurigen Tiefststand. Auf eine Million Bundesbürger entfallen zehn Organspenden, bis zu acht Jahre wartet ein Patient in Deutschland auf eine Spenderniere. Haben Sie einen Organspendeausweis? Haben Sie eine Entscheidung getroffen, wie Sie persönlich zu Organspende stehen? Hoffnung setzen Transplantationsexperten auf jeden einzelnen Bürger, aber auch auf die Politik und die von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn vorgeschlagene Widerspruchslösung. Sie soll dazu führen, dass mehr Organe gespendet werden. Denn Patienten warten, Ärzte stehen bereit – doch es fehlen die Spenderorgane. Warum wir uns mit der Organspende so schertun und wie sich das ändern könnte, lesen Sie in der Titelgeschichte ab Seite 14.

Unser Immunsystem ist ein komplexes Netzwerk aus vielen verschiedenen Zelltypen. Es schützt den Körper vor Eindringlingen

und Schadstoffen. Vor allem im Winter lauern über 200 verschiedene Erkältungsviren darauf, dass dieses Netzwerk Schwächen zeigt. Deswegen sollten wir uns Gedanken darüber machen, wie wir unser immunologisches Bollwerk stärken können. Einige Tipps dazu finden Sie auf Seite 8.



Seite
8

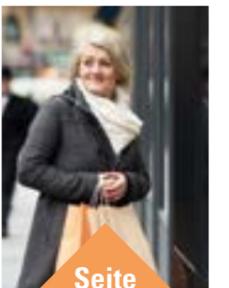
Beim Autofahren freuen wir uns, wenn der Verkehr fließt und wir wollen verstopfte Straßen und Staus unbedingt vermeiden. Wenn es um die Transportwege, also um unsere Gefäße im eigenen Körper geht, sind viele Menschen sorgloser und tun nichts dafür, dass es immer fließend vorwärts geht. Ab Seite 20 lesen Sie, wie sich Durchblutungsstörungen in den Beinen – im Volksmund auch Schaufensterkrankheit genannt – bemerkbar machen und warum es wichtig ist, sich rechtzeitig untersuchen zu lassen.

Zeit zum Reden und Zuhören, zum Pizza essen, zum Vorlesen, zum Lachen, Zeit zusammen... dafür benötigen wir Nähe. In Deutschland leben immer mehr Eltern und ihre erwachsenen Kinder weit voneinander entfernt. Das führt zu Herausforderungen und Problemen, wenn die Eltern alt werden und Unterstützung brauchen. Helfen und unterstützen will in dieser Situation die Tauschbörse AniTa, kurz für »Angehörige im Tausch«. Erfahren Sie mehr zu diesem spannenden Projekt auf Seite 44.

Ich wünsche Ihnen allen eine spannende Lektüre.
Und kommen Sie gesund durch die frostige Jahreszeit!

Andrea Illerich

Chefredakteurin



Seite
20

Falls Sie mal wieder einen Kompromiss suchen,
fragen Sie nicht bei uns.

Der neue Macan.

Kompromisslose Sportlichkeit, die das Abenteuer sucht.
Füttern Sie Ihren Erlebnishunger und besuchen Sie uns
im Porsche Zentrum Augsburg.



Porsche Zentrum Augsburg
Sportwagenzentrum
Seitz + Kummer GmbH
Porschestraße 5
86368 Gersthofen
Tel. 0821 45544-900
www.porsche-augsburg.de

Kraftstoffverbrauch (in l/100 km): innerorts 9,5 · außerorts 7,3 · kombiniert 8,1; CO₂-Emissionen kombiniert 185 g/km



Patientenfernsehen

»Am Puls – Das Klinikum Magazin«

Das aktuelle Klinik-TV empfangen Sie im Klinikum auf Programmplatz 3 oder bei a.tv, dem regionalen Fernsehsender für Augsburg und Schwaben (Erstausstrahlung jeden 3. Freitag im Monat um 18.30 Uhr, WH Mo 21.00 Uhr, Di 19.45 Uhr, Fr 20.45 Uhr, So 17.00 Uhr).

Rund um die Uhr im Internet:

www.klinikum-augsburg.de
youtube.com/klinikumwebmaster

Scannen & Klinik-TV online sehen!



Lob & Kritik

Sie haben einen Artikel in unserem Magazin gelesen, der Ihnen besonders gut gefallen hat? Dann loben Sie uns! Sie haben eine Ergänzung oder wollen Kritik loswerden? Dann teilen Sie uns das bitte mit!

Kostenloses Abonnement

Sie möchten unser Magazin »Gesundheit ganz groß« regelmäßig lesen und abonnieren? Wir nehmen Sie gerne in unsere Abonnenten-Liste auf. Ganz unkompliziert und kostenlos erhalten Sie dann unser Magazin viermal im Jahr direkt mit der Post nach Hause. Schreiben Sie uns per E-Mail an marketing@klinikum-augsburg.de

Impressum

Herausgeber: Klinikum Augsburg
Unternehmenskommunikation
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg
Telefon 0821 400-3000, Fax 0821 400-3348
presse@klinikum-augsburg.de
V.i.S.d.P.: Alexander Schmidtke

Redaktion:

Leitung: Andrea Kleisli (ak)
Ständige Mitarbeiter: Sonja Diller (sdk),
Ilka von Goerne (vg), Kristina Holtzsch (kh),
Dr. Peter Konopka, Peter K. Köhler (kpk),
Petra Krauß-Stelzer (pks), Ines Lehmann (ilm),
Stefan Stremel (sts)

Konzeption & Realisation:

Andrea Kleisli (ak), Agentur WOK GmbH,
YEAH – Bild, Code & Herzklopfen GbR

Fotografie & Bild-Redaktion:

Ulrich Wirth, Sylvia Willax

Verlag:

Vindelica Verlag
Parkstr. 14, 86462 Langweid
Telefon 0821 24757-10, Fax 0821 24757-13
info@vindelica.de

Produktionsleitung:

Klinikum Augsburg

Unternehmenskommunikation

Anzeigenwerbung:

Vindelica Verlag, Karl-Heinz Jakel

Druck: Druckerei Joh. Walch

Erscheinungsweise: viermal jährlich

Nächste Ausgabe: März 2019



Seite
14

Gesundes Leben

6 Krisen als Chance

Wie man persönliche Krisen meistern kann

8 Sieben goldene Regeln für ein starkes Immunsystem

12 Wenn Geben erfolgreicher ist als Nehmen

oder: Warum Egoisten nicht immer gewinnen

Mensch & Moderne Medizin

14 Zuspruch für den Widerspruch – Organspender dringend gesucht

20 Schaufensterkrankheit: So kommen die Beine wieder in Gang

Durchblutungsstörungen der Gefäße

24 Hoch hinauf und tief hinunter

Wie Ärzte am Klinikum Hobby und Beruf verbinden



Seite
8



Seite
40



Seite
20

Kultur & Unterhaltung

30 Medien aktuell

32 Veranstaltungen

36 Blickwinkel

38 Rätsel

39 Rezepttipp

Wir für die Region

40 AniTa – Angehörige im Tausch

Tauschbörse soll pflegende Angehörige bundesweit vernetzen

42 Personalisierte Krebstherapie

Neue Behandlungskonzepte für Krebspatienten

45 Spenden

46 Fördervereine

Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen.



Krisen als Chance

Wie man persönliche Krisen meistern kann

Der Tod eines geliebten Menschen, eine plötzliche ernste Erkrankung, die schmerzhaft Trennung oder Scheidung vom langjährigen Partner, der Verlust des Arbeitsplatzes – oder einfach nur eine schlechte Note in der Schule, Misserfolg oder Stress im Beruf, finanzielle Nöte: Vieles, was im Leben passiert, kann uns in eine große Krise stürzen. Man hat dann geradezu das Gefühl, von einer Tsunami-Welle überspült zu werden, zusammenzubrechen. »Das Leben ist kein Wunschkonzert« – diese lapidare und durchaus auch augenzwinkernd gemeinte Redewendung trifft tatsächlich zu. Es gilt, mit Krisen zurechtzukommen, wieder aus ihnen herauszufinden – denn das Leben geht weiter. Das Gewesene nicht zu verklären, Veränderungen zuzulassen, die neue Lebensphase zu gestalten, stellt den Betroffenen vor große Herausforderungen.

»EINE KRISE IST HÄUFIG EIN WENDEPUNKT.«

Zur eigenen Überraschung erweist sich später oft, dass die Krise auch eine Chance war, etwas Neues eröffnet und einen Perspektivenwechsel ermöglicht hat. »Eine

Krise ist häufig ein Wendepunkt«, sagt auch Diplom-Sozialpädagogin Ursula Hahn-Seidl. Als Mitarbeiterin des Klinikums Augsburg und der Personalärztlichen Dienststelle berät die Supervisorin, Coach und Mediatorin Mitarbeiter auch in Krisen. Auf Schicksalsschläge reagieren Menschen zunächst oft mit Ablehnung. Man will die »Katastrophe« nicht wahrhaben oder leugnet sie sogar – eine Phase, die unterschiedlich lang sein kann. Dann folgt, nimmt Ursula Hahn-Seidl ein Modell der Schweizer Psychoanalytikerin Verena Kast gern zu Hilfe, die Phase der »aufbrechenden Emotionen«, der Wut, Verzweiflung, der Angst. Doch die Emotionen können auch positiv sein: Dankbarkeit für das, was man hatte, Glück. In jedem Fall ist es notwendig, Gefühle und Emotionen nicht zu unterdrücken, sondern sich mit ihnen auseinanderzusetzen. Sich vom Gewesenen zu lösen, kann Wochen, Monate, Jahre dauern. Dem zu begegnen, was sich verändert hat, ist aber für einen Neubeginn notwendig. Erst dann kann man sich auf Neues einlassen, neue Pläne schmieden und in Angriff nehmen. Man findet sich wieder im Leben zurecht, definiert sich neu, »ist letztlich gestärkt und um Erfahrungen reicher«, betont Ursula Hahn-Seidl.

Doch vieles, was zur Bewältigung einer Krise notwendig ist, ist leichter gesagt als getan. Denn die Krise wirft den Betroffenen zunächst aus der Bahn: Der Lebensentwurf wird in Frage gestellt, es gibt keinen normalen Tagesablauf mehr. »Schritt für Schritt machen!« rät Ursula Hahn-Seidl zu Geduld, »Tag für Tag!« Gerade bei der akuten Krise ist es hilfreich, nur für kurze, überschaubare Zeiträume zu planen, »das ganz Kleine einzuteilen, im Hier und Jetzt zu stehen.« Jetzt sind Familie, Freunde, Nachbarn gefragt. Wichtig ist, nicht allein zu sein, auf diese Ressourcen zurückgreifen zu können. »Das Umfeld wirkt stabilisierend«, so die Sozialpädagogin: »Man muss die Beziehungen in Anspruch nehmen.« Verfügt man jedoch über kein soziales Netzwerk beziehungsweise reicht dieses nicht aus, sollte man sich nicht scheuen, Beratungsstellen oder die Seelsorge aufzusuchen und therapeutische oder psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Ein Tagebuch führen, Entspannungsübungen oder Sport können unter anderem helfen, in der akuten Krise ruhiger zu werden und sich neu zu orientieren. | pks



Ursula Hahn-Seidl
Dipl. Sozialpädagogin

Unsere Caritas-Seniorenzentren



St. Raphael | Augsburg
Caritasweg 2 · Tel. 0821/568 79-0

Antoniushaus | Augsburg
Stephansgasse 7 · Tel. 0821/345 34-0

St. Verena | Augsburg
Kappelberg 2 · Tel. 0821/272 64-0

St. Anna | Augsburg
Blücherstraße 79 · Tel. 0821/346 99-0

Notburga | Neusäß-Westheim
Von-Rehlingen-Straße 42 · Tel. 0821/4807-0

St. Hedwig | Königsbrunn
Blumenallee 29 · Tel. 08231/96 19-0

St. Agnes | Mering
Jägerberg 8 · Tel. 08233/8468-0

St. Theresia | Mering
Leonhardstraße 76a
Tel. 08233/74 15-0

Heilig-Geist-Spital | Landsberg am Lech
Kommerzienrat-Winkelhofer-Platz 3
Tel. 08191/9 40 85-0

Kooperationseinrichtungen

Senioreneinrichtung Albertusheim | Augsburg
Moltkestraße 12 · Tel. 0821/257 65-0

Seniorenheim Dinkelscherben | Dinkelscherben
Spitalgasse 2 · Tel. 08292/9606-0

Seniorenzentrum St. Albert | Zusmarshausen
Hochstiftstraße 6 · Tel. 08291/85958-0



Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne! www.cab-a.de



Sieben goldene Regeln für ein starkes Immunsystem



Dr. Peter Konopka war bis 2003 internistischer Oberarzt am Klinikum Augsburg. Sportlich immer aktiv, eröffnete er 1991 seine eigene Yoga-Schule in Augsburg. Die seit 5 000 Jahren bewährten fernöstlichen Übungen setzte Konopka bereits 1972 ein, als er Yoga erstmals als wirksamen Ausgleich für Wirbelsäulenbeschwerden bei Radsportlern entdeckte. Ungezählt sind seine Vorträge, Veröffentlichungen und Kolumnen in Fachmedien. Regelmäßig verfasst er auch Beiträge und gibt wertvolle Tipps in unserem Magazin »GESUNDHEIT ganz groß«.



Unser Immunsystem ist ein komplexes Netzwerk aus zahlreichen miteinander kommunizierenden Immunorganen, wie beispielsweise Knochenmark, Milz, Thymus, Lymphknoten und der Darmwand sowie Immunzellen und -botenstoffen. Es ist sehr eng mit dem Nervensystem und unserer Psyche verbunden. Das Zusammenspiel bringt auch die moderne Wissenschaft der Psycho-Neuro-Immunologie in ihrem Namen zum Ausdruck. Vor allem im Winter lauern über 200 verschiedene Erkältungsviren darauf, dass dieses Netzwerk Schwächen zeigt. Deswegen sollten wir uns Gedanken darüber machen, wie wir unser immunologisches Bollwerk stärken können.

1 Optimistische Lebenseinstellung

Positiv denken ist gut. Aber viele halten das nicht durch. Leichter ist es, sich grundsätzlich eine optimistische Lebenseinstellung anzugewöhnen, bei der sich positives Denken automatisch einstellt. Studien haben – vereinfacht ausgedrückt – gezeigt, dass das Immunsystem für 48 Stunden gehemmt wird, wenn man sich einmal ärgert. Wenn man dagegen einmal lacht, ist es für 24 Stunden befreit. Dazu passt auch das Sprichwort: »Der Heitere ist Meister seiner Seele.«

2 Entspannung und Abbau von negativem Stress

Entspannung fördert die Funktion des Immunsystems vor allem deswegen, weil man sich dabei bewusst von negativen

Gedanken und Gefühlen befreit. Entspannung heißt Loslassen und ist bewusste Psychohygiene. Lernen und praktizieren Sie daher eine Entspannungstechnik wie autogenes Training oder Yoga.

3 Ausreichender Nachtschlaf

Übermüdung und Erschöpfung hemmen das Immunsystem. Lernen Sie daher, sich bewusst zu regenerieren. Dazu gehört ein ausreichender Nachtschlaf, idealerweise von 7 – 8 Stunden.

4 Körperliche Aktivität an frischer Luft

Richtig dosierte körperliche Aktivität an frischer Luft und bei jedem Wetter ist insgesamt gesundheitsfördernd und erhöht zudem die psycho-physische Stabilität und stärkt das Immunsystem. Vor allem durch Ausdauertraining wird die Funktion der Immunzellen verbessert. Dazu genügt schon ein Spaziergang von einer halben Stunde, am besten täglich.

5 Vitalstoffreiche Ernährung

Achten Sie besonders im Winter auf die Qualität Ihrer Nahrung. Essen Sie viel Obst und Gemüse, aber auch ausreichend hochwertiges Eiweiß; denn alle Immunorgane und -zellen werden immer wieder neu aus Eiweiß aufgebaut. Zu den Vitalstoffen, die das Immunsystem

unterstützen, gehören insbesondere sekundäre Pflanzenstoffe, Vitamine (Vitamin C, Folsäure, Vitamin D u.a.), Spurenelemente wie Zink und Selen, Magnesium sowie Omega-3-Fettsäuren in Fettsäuren (Lachs, Makrele, Hering) und Meeresfrüchten. >>

SCHON
gewusst
?

Eiweiß ist nicht gleich Eiweiß. Um bestmöglich funktionieren zu können, benötigt unser Immunsystem hochwertiges Eiweiß. Folgende Lebensmittel sind optimale Eiweißspender:

Milch und Milchprodukte (Hüttenkäse, Quark, Käse, Naturjoghurt)

Fisch mit hochwertigen Fischölen: Makrele, Seelachs, Hering

Mageres Fleisch (Geflügel, Kalb, Rind, Hase, Reh, anderes Wild)

Eier

Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen, Linsen, Sojabohnen)

Auch reichlich frisches Obst und Gemüse (»five a day«) sowie Mikronährstoffe wie Selen, Zink, Magnesium und Vitamin D unterstützen das Immunsystem.

Das Therapiezentrum Burgau



Therapie
Zentrum
Burgau



- ist eine große und renommierte Fachklinik für Neurologische Rehabilitation
- hat in Bayern die längste Erfahrung in der Behandlung von Patienten mit erworbenen Hirnschädigungen (z. B. Schlaganfall)
- bietet für beatmete Patienten eine moderne Intensivstation
- kooperiert eng und vertrauensvoll mit den großen Akutkliniken
- verbindet Akutbehandlung und gezielte Rehabilitation
- begleitet, fördert und fordert seine Patienten in ihrem Alltag
- verbindet jahrzehntelange Erfahrung mit modernen diagnostischen und therapeutischen Methoden
- schafft Grundlagen für Teilhabe und ein selbstbestimmtes Leben
- bindet Angehörige partnerschaftlich in die Behandlung mit ein
- ist als gemeinnützige Gesellschaft ausschließlich dem Patientenwohl verpflichtet: Erwirtschaftete Gewinne verbleiben im Unternehmen!

Der Vater einer unfallverletzten Tochter hat das Therapiezentrum Burgau 1989 gegründet. Es ist die Klinik eines Betroffenen für Betroffene. Hier arbeiten erfahrene und qualifizierte Fachkräfte aus den Bereichen Medizin, Therapie und Pflege Hand in Hand für die bestmögliche Behandlung unserer Patienten.

Therapiezentrum Burgau
Chefarzt Prof. Dr. Andreas Bender
 Kapuzinerstraße 34 • 89331 Burgau • Telefon: 08222-404-100
www.therapiezentrum-burgau.de

Wir schaffen Grundlagen



Auf zu neuer Lebenskraft!

Wie gewinnen Sie nach einem Krankenhausaufenthalt wieder Kraft, Energie und Lebensfreude? Der PASSAUER WOLF begleitet Sie auf Ihrem ganz individuellen Weg der Rehabilitation und Anschlussheilbehandlung. Ein Team aus Ärzten und Therapeuten entwickelt mit Ihnen den persönlichen Genesungsplan und hilft Ihnen, Schritt für Schritt Ihren Zielen näher zu kommen.

Machen Sie Ihre Rehabilitation zu etwas Besonderem

Für alle, die exklusiven Komfort genießen wollen, verbinden sich mit dem PASSAUER WOLF Privat-Angebot hochwertiger Stil mit herzlichem Service, persönliche Betreuung mit privater Atmosphäre, Geborgenheit mit medizinischer und therapeutischer Spitzenleistung. Gerne beraten wir Sie zu den Gestaltungsoptionen Ihres Aufenthaltes.

PASSAUER WOLF
 Reha • Hotelkliniken



BAD GÖGGING

NEUROLOGIE

ORTHOPÄDIE

GERIATRIE

HNO-PHONIATRIE

*Mobilität &
 Lebenskraft stärken*

PASSAUER WOLF Bad Gögging
 Am Brunnenforum 5
 93333 Bad Gögging
bad-goegging@passauerwolf.de
 T +49 9445 201-0
 @PassauerWolf

www.passauerwolf.de

6 Gesunde Darmflora

Die Bedeutung der Darmflora für das Immunsystem wird immer mehr erforscht. Unser Körper ist ein Ökosystem, das aus ca. 60-80 Billionen Körperzellen und etwa zehnmal (!) so vielen Darmbakterien besteht. Wie man heute weiß, beeinflusst dieses sogenannte »Mikrobionom« das Immunsystem und andere Systeme unseres Körpers. Man

sollte also nicht nur auf eine gesunde Ernährung, sondern auch auf eine gesunde Verdauung und Darmflora achten. Dazu kann zum Beispiel einfacher Naturjoghurt beitragen. So war das Nebenprodukt einer Studie die Erkenntnis, dass »Joghurtesser« um 20 % weniger Infekte hatten als »Nicht-Joghurtesser«. Daher kann das im Kasten aufgeführte »Geheimrezept« sehr nützlich sein.



7 Sauna, heiße Bäder, Kneipp-Güsse

Es ist unbestritten, dass regelmäßige Saunabesuche die Infektabwehr verbessern und zur allgemeinen Gesundheitspflege beitragen. Auch heiße Bäder steigern die Funktion der Immunzellen. Abschließende Kneipp-Güsse mit kaltem Wasser dienen der Abhärtung und stärken dadurch zusätzlich die Immunabwehr. Sauna-Besuche ergänzen außerdem die Regel Nr. 1, denn in Finnland heißt es: »In der Sauna ver-raucht der Zorn.«

»Geheimrezept« für eine immunstärkende (Zwischen-) Mahlzeit

Naturjoghurt (mit Joghurtkulturen für eine gesunde Darmflora)

2–3 EL Weizenkeime (Reformhaus)
 mit hohem Gehalt an Selen, Zink, Magnesium u. a.

1 rotbackiger Apfel
 (sekundäre Pflanzenstoffe, Pektine zur Darmpflege, Vitamin C)

Weihnachtsspenden-Aktion 2018

Sie spenden –
 wir verdoppeln!*

INFOS ZUR SPENDENAKTION:
haus-der-stifter-augsburg.de

HAUS DER STIFTER

**Stiftergemeinschaft
 der Sparkasse Augsburg**

*Die Sparkasse Augsburg stellt für alle bis 31.12.2018 eingehenden Spenden in der HAUS DER STIFTER – Stiftergemeinschaft einen Spendenbetrag von gesamt maximal 20.000,- € zur Verfügung. Der Zuschuss ist je Projekt und Spender auf 200,- € beschränkt.

Wenn Geben erfolgreicher ist als Nehmen

oder: Warum Egoisten nicht immer gewinnen



Josefa Britzelmeier-Nann ist katholische Klinikseelsorgerin und schon mehr als drei Jahrzehnte am Klinikum Augsburg tätig. Hier arbeitet sie regelmäßig mit Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen zusammen, erlebt deren Geschichten und Schicksale. Insbesondere begleitet sie Patienten und deren Angehörige auf der Palliativstation und ist ihnen eine große Stütze in einer schweren Zeit. Dabei lernt sie auch immer wieder Neues über sich selbst, darüber, was im Leben wirklich wichtig ist, und, dass der Sinn des Lebens schlussendlich nicht im vollkommenen Gelingen und in der Ganzheit liegt.



**»ES IST EINE ERFAHRUNG,
DASS DAS WAS DU GIBST INS
EIGENE HERZ ZURÜCKKEHRT.«**

Bei meinen Besuchen bei kranken Menschen fällt mir immer wieder auf, dass Menschen sich manchmal schwer tun, das Geschenk eines Besuches, die Zeit, die ich mitbringe und die Zuwendung, anzunehmen. Sie wollen keine Umstände machen. Ist es leichter, anderen Mut zuzusprechen, als selbst Zuspruch anzunehmen?« Und trotzdem: Wenn ein Funke überspringt, wenn die Skepsis des Besuchten weicht, kann es gelingen, dass der Besucher, der eigentlich etwas geben wollte, dann doch der Beschenkte ist.

Dann ist nicht mehr klar, wer der Gebende oder der Nehmende ist. Dann kann es passieren, dass die Freude, die du gibst, ins eigene Herz zurückkehrt.

Geben ist seliger denn Nehmen, sagt ein Sprichwort. Stimmt das? Unserer Gesellschaft wird vorgeworfen, dass es zu viele Egoisten gibt. Die Menschen würden nur an sich selbst denken. Gemäß dem Spruch: »Die Menschen sind schlecht, sie denken nur an sich, nur ich, ich denk an mich.« Wer in einem helfenden Beruf arbeitet, spürt häufig, dass Menschen sehr fordernd sein können. Aber wer in der Versorgung anderer Menschen tätig ist, kann gar nicht anders, als zu geben: seine Kraft, seine Kompetenz, seine Zuwendung.

**»VIELEN FÄLLT ES
SCHWER, ETWAS UMSONST
ANZUNEHMEN.«**

Ist da Geben seliger als Nehmen? Der amerikanische Psychologe Adam Grant stellte fest, dass Menschen, die ohne Gegenleistung geben, die Freunden helfen, die darauf schauen, was andere brauchen und wie sie ihnen helfen können, auch beruflich erfolgreicher sind. Etwas geben, ohne dabei im Gegenzug etwas zu erwarten, nennt man Altruismus. Aber bis zu welchem Punkt können wir etwas geben, ohne Gegenleistung? Was ist gerecht, was ist fair? Das Leben ist ein Geben und Nehmen.

Der Mensch musste immer teilen, um zu überleben, schon in der Steinzeit: Wissen, Werkzeuge, Essen und Unterschlupf. Immer war es die Solidarität der Einen, die das Überleben der Anderen sicherte. Menschen besitzen wohl einen angeborenen Sinn, eine Art Wunsch nach Entschuldung, wenn jemand etwas für sie tut. Vielen fällt es schwer, etwas umsonst anzunehmen.

Kompetenz in Bewegung

Sanitätshaus
Rehatechnik
Orthopädietechnik

Augsburger Straße 37
86157 Augsburg
Tel.: 0821/ 228 190 90

Vinzenz-von-Paul-Platz 1
86152 Augsburg
Tel.: 0821/ 508 700 20

Freisinger Str. 43
86551 Aichach
Tel.: 08251/ 896 97 62

Am Stadtbach 29
89312 Günzburg
Tel.: 08221/ 200 60 60

www.storhamed.de

STORHAMED
Sanitätshaus

Zuspruch für den Widerspruch – Organspender dringend gesucht

Diese Zahlen können über Leben und Tod entscheiden: Auf eine Million deutscher Bundesbürger entfallen zehn Organspenden, in Spanien sind es bis zu 40. Bis zu acht Jahre wartet ein deutscher Patient auf eine Spenderniere, in Spanien durchschnittlich gerade mal ein Jahr. Diese Zahlen treiben einen Mann um, dem sie zu gleicher Zeit die Hände binden. Denn Professor Dr. Matthias Anthuber, Chirurgischer Leiter des Transplantationszentrums am Klinikum Augsburg, in dem ausschließlich Nieren transplantiert werden, könnte mit seinem Team mehr tun. Patienten warten, die Ärzte stehen bereit – doch es fehlen die Spendernieren. Wie kann sich das ändern?

Drei Dinge sind da notwendig, sagt Anthuber, der als Chefarzt die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie leitet: »Information, Information und Information!« Ängste nehmen, Vertrauen schaffen, für Transparenz sorgen, aufklären. Natürlich leicht gesagt. Und dennoch muss es getan werden. »Wir laden zu Info-Veranstaltungen ein, wir halten Vorträge«, berichtet er und fügt hinzu: »Wir müssen konsequent bei den jungen Menschen anfangen.« Will heißen: »Das Thema Organspende gehört in den Biologieunterricht ebenso wie Sexualkunde.«

Denn es ist eine dicke Mauer aus Vorurteilen, Ängsten und Halbwissen, die es zu durchbrechen gilt. Professor Anthuber, seit 2004 am Klinikum Augsburg tätig, kennt die Liste der Vorbehalte, die für die geringe Bereitschaft zur Organspende

verantwortlich ist und die durch den Skandal um manipulierte Wartelisten vor einigen Jahren neue Nahrung erhielt. Vor allem die große Angst, ein Inhaber eines Spenderausweises werde im Falle einer schweren Erkrankung nur unzureichend versorgt, da man bereits auf die Organe warte, sei völlig abwegig. »Das tut mir als Arzt einfach weh, wenn so etwas gesagt wird«, betont der 59-jährige Chirurg, der sich mit 14 Jahren entschlossen hat, den Beruf seines Vaters zu ergreifen und der bis heute von der Begeisterung für seinen Beruf getragen ist. »In 32 Berufsjahren habe ich so etwas nicht einmal in Andeutungen erlebt. Ich verstehe gar nicht, wie man auf die Idee kommt, dass wir den einen Patienten sterben lassen, um den anderen Patienten auf der Warteliste zu helfen?« Professor Matthias Anthuber, der schon als Assistenzarzt an der Herzchirurgischen Klinik des Klinikums Großhadern erste Erfahrungen mit der >>



**»DAS THEMA
ORGANSPENDE GEHÖRT
IN DEN BIOLOGIE-
UNTERRICHT EBENSO WIE
SEXUALKUNDE.«**

Transplantationsmedizin gesammelt hat und heute mit dem chirurgisch-nephrologischen Transplantationsteam am Klinikum internationales Renommee genießt, verweist auf klare Regeln, die keinen Missbrauch zulassen. Erst wenn der Hirntod eines Patienten von zwei unabhängigen Spezialisten festgestellt wurde, darf über eine Entnahme gesprochen werden. Ein Atemtest zeige neben anderen eindeutigen klinischen Symptomen unzweifelhaft, wenn ein Mensch

nur noch von einem Beatmungsgerät am »Leben« gehalten werde. »Ein Hirntoter kann nicht mehr selbst atmen, die Maschine übernimmt das an seiner Stelle.« Stellt man die Beatmungsmaschine ab, geht innerhalb von Minuten nach und nach jedes Organ am Sauerstoffmangel zu Grunde. Entnahme, Vermittlung und Implantation sind wiederum streng voneinander getrennt. Wer welches Herz, welche Lunge oder Leber erhält, entscheidet nach strengen medizinischen Kriterien die im niederländischen Leiden ansässige Stiftung Eurotransplant (siehe eigenen Bericht).

»Wenn ein Organ im Klinikum entnommen wird, bleibt es in den seltensten Fällen hier, sondern wird weitervermittelt«, berichtet Anthuber, »darauf haben wir keinen Einfluss.« Sprich: Es können auch keine Manipulationen vorkommen. Dasselbe gilt für die Frage, wer in Augsburg eine neue Niere bekommt. Wöchentlich tagt am Klinikum die sogenannte Transplantations-Konferenz, die Befunde prüft und über die Frage entscheidet, wer auf die Warteliste kommt. »Auch hier ist alles streng geregelt, es gilt ein Sechs-Augen-Prinzip«, erklärt Anthuber. Mit Dr. Stefanie Grütznier, Chefarztin des Instituts für Transfusionsmedizin und Hämostaseologie, sei eine Kollegin in der Konferenz vertreten, die nicht mit

Ein Lauf fürs Leben

»Das Knie!« Der ehemalige Leistungssportler und Weltklasse-Handballer Matthias Anthuber hat mit dem Joggen längst Schluss machen müssen. Aber beim sogenannten Organspendelauf sorgt der Präsident der Deutschen Gesellschaft für Chirurgie (DGCH) hinter den Kulissen für Beschleunigung. Denn erstmals findet die Veranstaltung im Englischen Garten und somit vor und mit einer breiten Öffentlichkeit statt. Bis zu 1 000 Teilnehmer werden am **27. März 2019** auf drei unterschiedlichen Strecken (2,5, 5 und 10 Kilometer) walken und laufen. »Wir wollen dem Thema Organspende«, so Anthuber, »mit diesem Lauf und der Beteiligung nicht nur von Kongressteilnehmern, sondern auch von prominenten Persönlichkeiten aus dem Leistungssport, der Politik, der Gesellschaft und der laufinteressierten Öffentlichkeit eine unüberhörbare Stimme geben.« Als Schirmherrin der Veranstaltung ist Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml angefragt. Prominente wie TV-Moderator Jörg Wontorra, der ehemalige Handball-Bundestrainer Heiner Brand sowie Handball-Legende Stefan Kretzschmar haben ihre Teilnahme zugesagt.

Mehr dazu unter www.organspendelauf.de

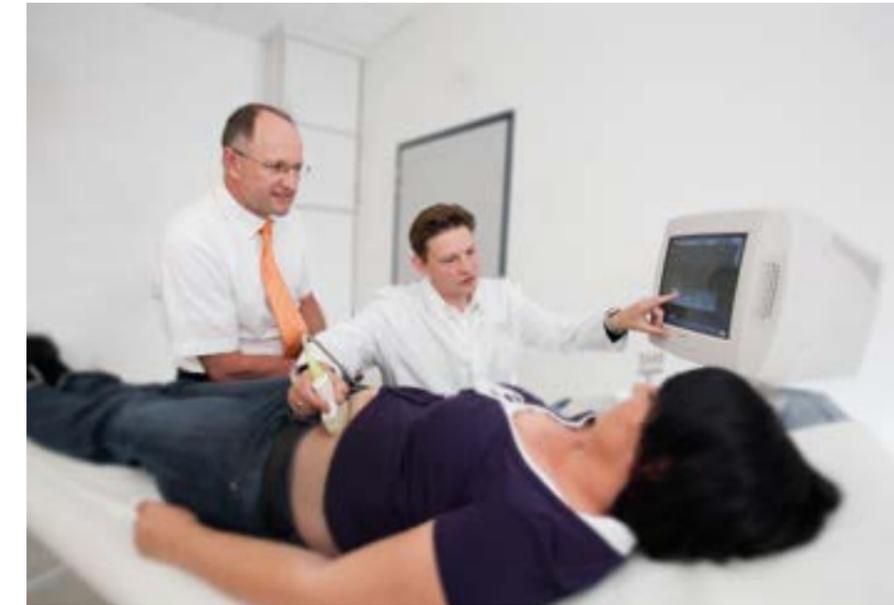


Katja Mayer von der km Sport-Agentur Augsburg und Prof. Matthias Anthuber

Transplantationen beschäftigt und deren externes Urteil sehr wichtig sei. Auch Überprüfungen der Bundesärztekammer ergaben für das Augsburger Transplantationszentrum, das seit 17 Jahren besteht, Bestnoten.

Rund 30 bis 35 Nieren werden pro Jahr in Augsburg transplantiert. Früher waren es schon einmal über 40. Dass der Rückgang angesichts sinkender Spenderzahlen bisher nicht dramatischer ausfiel, hat zwei Gründe: Die Zahl der sogenannten Lebendspenden steigt. Und: »Wir können heute Organe transplantieren, die früher als nicht verwendbar eingestuft wurden«, berichtet Anthuber. Der medizinische Fortschritt habe da vieles ermöglicht. »Old for old«, heißt bei den Transplantationsmedizinern das Schlagwort. Die gesunde Niere eines 75-Jährigen einem über 65-jährigem Empfänger zu geben, funktioniere heute hervorragend. Daher sieht der Nierenexperte auch bei der Lebendspende Potential. Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier hat sie für seine Frau geleistet, Rennfahrlegende Niki Lauda und Rockstar Tina Turner sind ebenfalls bekannte Patienten, die von Verwandten und Ehepartnern lebenswichtige Organe erhalten haben. Rund 25 Prozent beträgt der Anteil dieser Transplantationen in Augsburg, in anderen Ländern wie den USA und Norwegen liegt die Quote bei 50 Prozent. Auch hier hat der medizinische Fortschritt den Ärzten die Arbeit erleichtert. Mittlerweile können in Augsburg auch Transplantationen zwischen blutgruppenungleichen Spendern und Empfängern durchgeführt werden. »Jeder prominente Fall einer Lebendspende hilft uns enorm«, betont Prof. Anthuber, »er baut Vorurteile und Ängste ab, macht Mut.« Denn medizinisch sei bei einem gesunden Spender die Entnahme in der Regel unproblematisch, wenn auch technisch anspruchsvoll. Der Eingriff kann bestens vorbereitet werden, lange Transportwege entfallen. Und: Jeder Spender hilft zwei Patienten – seinem Partner und jenem anderen Unbekannten, für den somit ein anderes postmortales Organ zur Verfügung steht. Aber auch die Lebendspende ist an strenge Regeln gebunden. Nicht nur medizinisch werden Spender und Empfänger sprichwörtlich auf Herz und Nieren geprüft. Eine Ethikkommission,

Prof. Anthuber (li.) und Dr. Florian Sommer überprüfen bei einer Ultraschalluntersuchung, ob die neue Niere gut durchblutet wird.



bestehend aus externen Ärzten und Juristen, bewertet und prüft jeden Einzelfall. In der Regel benötigt das Verfahren acht bis zwölf Wochen »Und das ist auch gut so«, sagt Matthias Anthuber, »man muss den Menschen Zeit lassen, es soll kein Druck entstehen.« Für den Chirurgen gehört es noch heute zu den schönsten Momenten seines Berufes, wenn er die Folgen seiner Arbeit sieht. »Die Menschen blühen wieder auf. Mussten sie vorher vier Mal wöchentlich zur Dialyse, so beginnt nun für sie ein neues Leben.« Umso schmerzlicher ist es für alle Betroffenen, dass Wartezeiten von sechs bis acht Jahren für eine neue Niere mittlerweile zur Regel geworden sind. 165 Patienten warten allein am Augsburger Klinikum, dessen Einzugsgebiet weit über den Regierungsbezirk Schwaben hinausgeht, auf eine Nierenspende. »Wir haben über die letzten Jahre je einen bis vier Patienten, die auf ein Organ gewartet haben, verloren. 2018 ist bisher ein Patient verstorben. 2015 hingegen waren es vier.« Grundsätzlich gelte: Je länger ein Patient >>

**»JEDER PROMINENTE FALL
EINER LEBENDSPENDE HILFT
UNS ENORM. ER BAUT
VORURTEILE UND ÄNGSTE
AB, MACHT MUT.«**

Prof. Dr. Anthuber

Die Stiftung Eurotransplant

Die Stiftung Eurotransplant ist eine gemeinnützige Organisation. Sie vermittelt und koordiniert den internationalen Austausch von gespendeten Organen in acht europäischen Ländern mit einem Einzugsgebiet, in dem 134 Millionen Menschen leben. Belgien, Deutschland, Kroatien, Luxemburg, Niederlande, Österreich, Slowenien und Ungarn haben sich zusammengeschlossen, um durch gemeinsame Vermittlung der gespendeten Organe eine möglichst effektive Versorgung der Patientinnen und Patienten zu gewährleisten. Seit der Gründung 1967 hat die Stiftung mehr als 160 000 schwerkranken Menschen durch die Vermittlung eines Spenderorgans helfen können. Eurotransplant führt sowohl Wartelisten über Patientinnen und Patienten, die auf ein Spenderorgan warten, als auch Listen mit Daten gespendeter Organe. Mit Hilfe dieser Informationen vermittelt Eurotransplant gespendete Organe an eine passende Empfängerin oder einen passenden Empfänger. Als Kriterien für die Organvermittlung werden die medizinische Dringlichkeit, Erfolgsaussicht sowie die bisherige Wartezeit berücksichtigt und für jedes Spenderorgan separat festgelegt. Die relevanten Daten der wartenden Menschen erhält Eurotransplant aus den Transplantationszentren. Informationen über die gespendeten Organe aus Deutschland werden von der Koordinierungsstelle, der Deutschen Stiftung Organtransplantation (DSO), weitergeleitet. Es gelten jeweils die nationalen Richtlinien der Mitgliedsstaaten. Die Bundesärztekammer hat hierzu die Richtlinien für die Wartelistenführung und Organvermittlung festgelegt.

auf die Dialyse angewiesen ist, sein Blut also »gewaschen« werden muss, desto kränker wird er. Die Dialyse könne den Patienten also nur für eine gewisse Zeit Lebensqualität sichern.

Hoffnung setzen Transplantationsexperten wie Prof. Anthuber und sein Team auch auf die Politik. Der jüngste Vorstoß von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn ließ sie aufhorchen – und hoffen. Der CDU-Politiker hatte unlängst nicht nur ein neues Gesetz zur Professionalisierung der Abläufe und besseren Vergütung der Klinikleistungen in Sachen Organspende auf den Weg gebracht, das bereits vom Kabinett verabschiedet ist und 2019 in Kraft treten soll. Er brachte auch die sogenannte Widerspruchslösung ins Spiel. Bei ihr gilt jeder automatisch als Organspender, der ihr nicht ausdrücklich widersprochen hat. Bei der doppelten Widerspruchslösung, die Spahn ins Gespräch brachte, sollen zudem auch die Angehörigen zum Willen des potentiellen Spenders befragt werden. Für Matthias Anthuber und seine Kollegen sowie für viele Betroffene wäre dies nicht nur ein Systemwechsel, sondern auch ein Durchbruch. »Man kann doch von einem Bürger

»MAN KANN DOCH VON EINEM BÜRGER DIESES LANDES ERWARTEN, DASS ER SAGT, ICH WILL ODER ICH WILL NICHT.«

Prof. Dr. Anthuber

Ihren Organspendeausweis zum Ausschneiden finden Sie auf der letzten Seite.



dieses Landes erwarten«, so der Chefarzt, »dass er sagt, ich will oder ich will nicht.« Niemand werde gezwungen, vielen Menschen jedoch geholfen. Länder wie Spanien und Österreich, in denen weit mehr Organspender zur Verfügung stehen und in denen die Wartezeiten weit kürzer sind, praktizieren genau diese Regelung. Eine noch weitgehendere Lösung werde in Israel angewendet – das sogenannte Club-Prinzip. Nur wer als potentieller Organspender zur Verfügung stehe, erhalte auch im Fall des Falles selbst ein Organ. »Das ist gelebte Solidarität«, sagt Anthuber, »aber bei uns wohl nicht machbar.«

Neben der Widerspruchslösung sollten auch generell die Rahmenbedingungen für das Thema Transplantationsmedizin verbessert werden, wie dies das neue Gesetz nun vorsieht. Den oft geäußerten Vorbehalt, die Spenderzahlen seien so gering, weil die Krankenhäuser daran nichts verdienen, mag Anthuber nicht bestätigen. Allerdings räumt er ein, »wir zahlen bei einer Organentnahme drauf«. Denn die Sätze der Krankenkassen seien in diesem Fall nicht kostendeckend. Eine Transplantation hingegen schon. Aber die Kosten sind für den Chirurgen nicht relevant, wenn es um die Rettung von Menschenleben geht. »Für 90 Prozent unserer behandelten Patienten verbessert sich die Lebensqualität schlagartig über Nacht.« 50 Transplantationen jährlich wären in Augsburg möglich. Prof. Anthuber schätzt, dass der Anteil der Lebendspenden auf 50 Prozent gesteigert werden könnte – das Klinikum Augsburg

gehe damit jedoch sehr vorsichtig um. Aber in Kenntnis der aktuellen Spenderzahlen in Deutschland und mit Blick auf die Politik weiß er auch: »Da braucht es einen langen Atem.«

Dafür engagiert sich der Mediziner, der es als einer der besten deutschen Linksaußen bis in die Handball-Nationalmannschaft brachte und lange bei den Bundesligisten Milbertshofen und Schwabing spielte, auch außerhalb des Operationssaals. Schon seit Jahren ist er im Berufsverband der Chirurgen aktiv, aktuell fungiert er als Präsident der Deutschen Gesellschaft für Chirurgie (DGCH). In dieser Funktion hat der Medizin-Professor derzeit viel zu tun, schließlich liegt auch die



**SCHON
gewusst
?**

Die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie wurde im September 2018 erfolgreich als Kompetenzzentrum für Minimal Invasive Chirurgie (DGAV) rezertifiziert.

Vorbereitung des 136. Kongresses der DGCH, der Ende März 2019 in München stattfindet, in seinen Händen. Und selbstverständlich verliert er dabei das Thema Transplantation nicht aus dem Auge. Neben vielen Fachveranstaltungen gehen die Ärzte dieses Mal auch mit einer publikumswirksamen Veranstaltung an die Öffentlichkeit – dem Organspendelauf (siehe eigener Bericht). Und Prof. Anthuber, Vater dreier Kinder, hat in Sachen Medien vom Nachwuchs gelernt. »Wir sind da auf Facebook sehr aktiv«, schmunzelt er, »ich habe gerade was gepostet, das haben mir meine Kinder geraten.« Und auf die sollte man bei diesen Themen unbedingt hören. | sts



Prof. Dr. Matthias Anthuber

Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie



Schaufensterkrankheit: So kommen die Beine wieder in Gang

Durchblutungsstörungen der Gefäße

Die meisten Autofahrer sind sich einig: Um nicht in einen Stau zu geraten, meiden sie verstopfte Straßen. Wenn es um die Beweglichkeit des eigenen Körpers und den Umgang mit dessen inneren Transportwegen, den Gefäßen, geht, sind viele Menschen allerdings etwas sorgloser.

Dabei funktioniert die freie Fahrt für Blut, Sauerstoff und Nährstoffe in den Schlagadern nur dann einwandfrei, wenn diese nicht durch Ablagerungen verengt sind, die durch Nikotin, fettreiche Ernährung und Bluthochdruck entstehen können. Durch Ablagerungen in den Schlagadern drohen Durchblutungsstörungen wie die periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK), die vor allem in den Beinen Probleme verursacht und dann jeden Schritt zur Qual werden lässt. Die moderne Gefäßchirurgie sorgt mit individuellen Therapien für Abhilfe. Besser bekannt ist das vor allem bei älteren Menschen ab dem siebten Lebensjahrzehnt häufig auftretende Gesundheitsproblem unter einer eher harmlosen Bezeichnung: Schaufensterkrankheit. Denn so mancher Betroffene bleibt gern unauffällig vor den Geschäftsauslagen stehen, bis der Schmerz in den Beinen nachlässt. Stadtbummel oder Spaziergang sind bald nur noch im Stop-and-go Modus möglich.

Michael D. erwischte es erstmals bei einer Waldwanderung: Kaum 50 Meter weit war er gekommen, als seine Waden so schmerzhaft verkrampften, dass er nicht weitergehen konnte. Sein Hausarzt empfahl dem leidenschaftlichen Raucher, unbedingt auf Nikotin zu verzichten und nur noch so weit »zu laufen, bis die Beine zu schmerzen beginnen«. Statt durch den Wald ging der 58-jährige Elektrotechniker bald sicherheitsshalber nur noch »ums Haus«, fühlte sich auch im beruflichen Alltag stark eingeschränkt. »Immer häufiger musste ich bereits nach ein paar Schritten stehenbleiben, weil der Schmerz in den Beinen nicht auszuhalten war.« >>

Wenn die Beine nicht mehr mitgehen: Die Schaufensterkrankheit

Die Schaufensterkrankheit (Claudicatio intermittens) ist eine Form der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK). Durch Kalkablagerungen in den Gefäßwänden (Arteriosklerose) verengen sich die Schlagadern, was den Blutfluss einschränkt. Wenn bei körperlicher Belastung der Sauerstoffbedarf der Muskulatur steigt, kann dieser durch die verminderte Durchblutung nicht mehr gedeckt werden und es kommt zu Beschwerden in den Beinen, die erst durch Stehenbleiben abklingen.

Daher müssen die Betroffenen beim Gehen häufig Pausen einlegen und lassen das gern wie einen Schaufensterbummel aussehen. Die Verengung der Blutgefäße ist ein schleichender Vorgang, der häufig lange unbemerkt bleibt. Erst wenn der Gefäßdurchmesser schon deutlich verringert ist, treten Symptome auf:

Zu Beginn nur bei stärkerer Belastung – beispielsweise beim Treppensteigen.

Später machen sich die Schmerzen bereits bei immer kürzer werdenden Gehstrecken bemerkbar. Weitere Symptome können dann auch eine blasse Hautfarbe und Kälte der Haut an den Unterschenkeln sein.

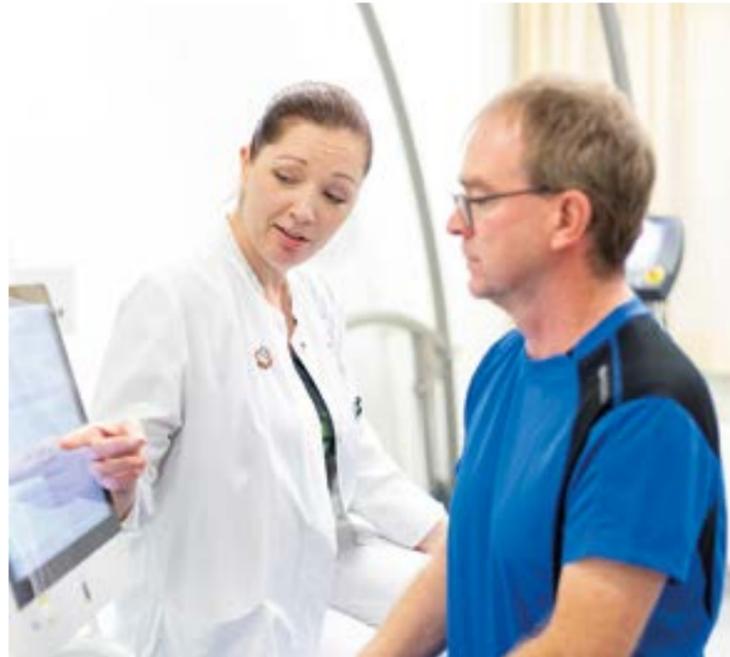
Im fortgeschrittenen Stadium schmerzen die Beine auch in Ruhe.

Durch die verminderte Durchblutung kann es zu offenen Wunden meist an den Zehen oder am Fuß kommen. Im schlimmsten Fall stirbt Gewebe. Ist dies der Fall, muss es entfernt werden.



**»GEFÄSSE
KÖNNEN ÄHNLICH
TRAINIERT WERDEN
WIE MUSKELN.«**

Dr. Yvonne Goßlau



So halten Sie Ihre Gefäße fit

Wer seine Gefäße gesund halten will, kann durch eine entsprechende Lebensweise viel dazu beitragen. Nicht rauchen, regelmäßig bewegen sowie Übergewicht, Stress und hohen Blutdruck abbauen, lauten die wichtigsten Maßnahmen, um Ablagerungen in den Arterien einzudämmen und damit den steten Blutfluss und Sauerstoffnachschub zu gewährleisten. Diabetiker sollten ihren Blutzuckerwert regelmäßig optimal einstellen lassen.

Treiben Sie Sport! Schonende Ausdauersportarten wie Wandern, Radfahren, Nordic-Walking oder Schwimmen eignen sich besonders gut. Auch Entspannungsübungen wie Yoga sind sinnvoll. Kliniken und Krankenkassen informieren über spezielles Gehtraining und Gefäßsportgruppen in Ihrer Region.

Gestalten Sie Ihren Alltag aktiv. Lieber die Treppen nehmen als den Aufzug, lieber mit dem Rad zum Bäcker fahren als mit dem Auto. Strecken Sie sich mehrmals täglich und stellen sich so oft es geht auf die Zehenspitzen. Das stärkt die Waden und das venöse System und geht auch an der roten Ampel, beim Zähneputzen oder am Schreibtisch

Eine ausgewogene, mediterran geprägte Ernährung mit frischen Kräutern, viel Obst und Gemüse stärkt den gesamten Organismus. Verwenden Sie pflanzliche Öle in der Küche und essen Sie mehr Fisch als Fleisch. Mehrere kleine Mahlzeiten belasten den Körper weniger als eine große. Kein schweres Essen kurz vor dem Schlafengehen!

Viel trinken – zwei Liter Wasser oder ungesüßter Tee sollten es täglich sein.

< Dr. Yvonne Goßlau erklärt dem Patienten die arterielle Messung und bespricht mit ihm seine Werte.

**»RAUCHEN IST
DER HAUPTTRISIKOFAKTOR
FÜR ARTERIOSKLEROSE,
DIE GEFÄSSVERENGUNG.«**

Dr. Yvonne Goßlau

Als die Beschwerden auch im Liegen auftraten, stellte er sich in der Klinik für Gefäßchirurgie und endovaskuläre Chirurgie im Klinikum Augsburg vor. Die Diagnose: Schaufensterkrankheit im fortgeschrittenen Stadium. Ein »typischer« Fall für Oberärztin Dr. Yvonne Goßlau, Fachärztin für Gefäßchirurgie und endovaskuläre Chirurgin. »Rauchen ist der Hauptrisikofaktor für Arteriosklerose, die Gefäßverengung, die bei Herrn D. festgestellt wurde,« erklärt die Expertin, deren stationäre Patientinnen und Patienten zu rund zwei Dritteln an dieser Verschlusskrankheit leiden. »Die Abbauprodukte des Fettstoffwechsels, ein kalkiges Material, lagern sich in den Schlagadern ab und verengen sie.« Betroffene Körperbereiche wie Arme oder Beine werden dann schlechter mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt, Stoffwechselendprodukte wie Kohlendioxid langsamer abtransportiert. Die Folge: Eine unzureichende Durchblutung, die sich wiederum durch muskelkaterartige Schmerzen bei Belastung bemerkbar macht.

Den Lebensstil zu ändern, steht nach der Diagnose zuoberst auf dem Rezeptblock. Denn auch Übergewicht, Bluthochdruck, Bewegungsmangel und Diabetes mellitus können dem Gefäßsystem schweren Schaden zufügen. »Gefreit vor dieser Erkrankung ist dennoch niemand,« so Dr. Goßlau, »es gibt auch sportliche Patienten, die betroffen sind und solche mit einer erblichen Komponente. Oder Frauen, die besonders schmale und dünne Gefäße haben.« In seltenen Fällen kann bei jungen Menschen eine Gefäßzyste etwa in der Kniekehle die Ursache sein, bei Fußballern drückt manchmal die Muskulatur auf die Beinarterien. Für alle Patientinnen und Patienten gilt: Mitarbeit und Kooperation bei der Therapie sind unerlässlich. Für Michael D. bedeutete

**WIR
für Sie**

Die Gefäßchirurgie am Klinikum Augsburg unter der Leitung von Professor Dr. Alexander Hyhlik-Dürr zählt zu den größten und leistungsstärksten gefäßchirurgischen Kliniken in Deutschland. Sie arbeitet interdisziplinär und eng mit der Radiologie zusammen. »Das ist bundesweit fast einzigartig«, erläutert Dr. Goßlau. Ein Großteil der Operationen findet im hochmodernen Hybrid-Operationssaal des Klinikums statt, der mit einer bildgebenden Anlage für Röntgenaufnahmen, CT und Angiographie (radiologische Darstellung von Gefäßen) ausgerüstet ist. Diagnose und Therapie gehen hier während eines Eingriffs Hand in Hand.

das den sofortigen Verzicht auf die geliebten Zigaretten und ein spezielles Gehtraining. Denn, sagt Dr. Goßlau, »Gefäße können ähnlich trainiert werden wie Muskeln.« Durch die gezielte Aktivierung bestimmter Muskelgruppen wird die Durchblutung gefördert, sodass sich neue Gefäße um eine Engstelle bilden können. Zusätzlich wurde bei Michael D. eine Operation notwendig. Zunächst musste der Kalk in der Beinschlagader entfernt und diese anschließend durch einen eingenähten Patch erweitert werden, um so den Blutfluss wiederherzustellen. Wäre die verengte Stelle länger gewesen, hätte ein Bypass gelegt werden müssen: Dabei wird aus einem anderen Gefäß ein Umgehungskreislauf gebaut, um die verschlossene Stelle zu überbrücken. Michael D. geht inzwischen wieder gern und oft im Wald spazieren und ist in der Gefäßsportgruppe aktiv. Bis auf die jährliche Kontrolluntersuchung erinnert nichts mehr an seine Erkrankung. | vG



**Prof. Dr.
Alexander Hyhlik-Dürr**

Klinik für Gefäßchirurgie
und endovaskuläre Chirurgie



Den einen führt sein Hobby in die Höhe, hinauf in die Berge, den anderen hinab in die Tiefe der Meere und Seen: Drei Ärzte am Klinikum Augsburg haben ihre Freizeitinteressen in medizinischer Hinsicht soweit professionalisiert, dass sie sich zu ihrem »Dr. med.« eine Zusatzqualifikation erworben haben. Dr. Christopher Hartwig, Oberarzt an der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, Plastische und Handchirurgie am Klinikum Augsburg, hat eine große Begeisterung für die Berge und hat durch eine Weiterbildung die Zusatzqualifikation »International Diploma in Mountain Medicine« erhalten, ebenso übrigens wie sein Kollege Dr. med. Stefan Förch. Dr. Rainer Bernauer dagegen zieht es in die Tiefe: Seit 1995 taucht der gebürtige Österreicher, Facharzt an der III. Medizinischen Klinik des Klinikums – und er sei, betont er, »als Sporttaucher und auch als Biologe sehr mit dem Wasser in Verbindung.« Deshalb vertiefte sich der Internist in die Tauchmedizin und hat nun ein Diplom für Tauchtauglichkeitsuntersuchungen sowie das Taucherarzt-Diplom (Diving Medicine Physician) in der Tasche.

Hoch hinauf und tief hinunter

Wie Ärzte am Klinikum Hobby und Beruf verbinden

Was aber können ein »Bergdoktor« und ein »Taucherarzt« mit den genannten Diplomen am Klinikum Augsburg tun? Derzeit haben die beiden Zusatzbezeichnungen keine Auswirkungen auf die tägliche Arbeit der beiden Mediziner. Wer aber das »International Diploma in Mountain Medicine« erworben hat, kann beispielsweise, wie es auch niedergelassene Ärzte mit dieser Qualifikation tun, Bergsteiger und Trekkingurlauber beraten, bevor sich diese auf anstrengende Touren und in ungewohnte Höhen begeben. Christopher Hartwig, leidenschaftlicher Bergsportler, Mountainbiker, Bergwanderer, Kletterer und Skitourengänger, wollte einfach genau

wissen, wie man bei Unfällen in den Bergen am besten Hilfe leisten kann; vor allem aber wollte er wissen, was er beachten muss, wenn er selbst unterwegs ist. Dies lernte man, berichtet er, in Theorie und Praxis in einem jeweils zweiwöchigen Lehrgang – einer im Sommer, einer im Winter – an dessen Ende man nach einer Prüfung das Mountain-Medicine-Diplom in den Händen hält.

Was steht bei diesem Lehrgang auf dem Stundenplan? Die Mountain-Mediziner lernen im Winter die Lawinensituation zu beurteilen, Verschüttete zu retten, ein Biwak zu bauen oder aus Skiern einen Not-Schlitten zu konstruieren, auf dem >>

Sicherheitstipps und richtiges Tauchverhalten machen das Tauchen zu einem faszinierenden Erlebnis in der Welt unter Wasser.



Verletzte transportiert werden können. Die körperliche Anpassung an Höhen, die lebensgefährlichen Erscheinungen der Höhenkrankheit wie Hirn- und Lungenödem sind ebenso wichtige Themen wie Erfrierungen und chirurgische Notfälle. Wetterkunde und Tourenplanung, Umgang mit Kompass und GPS stehen genauso auf dem Lehrplan wie medizinische Aspekte des Sportkletterns, Expeditionsbergsteigens und Trekkings. Zusätzlich erlernt man Grundlagen der organisierten Bergrettung, beispielsweise Sicherungstechniken oder die Bergung eines Verunglückten aus einer Fels- oder Gletscherspalte oder von einer Bergwand.

Auch wenn für Dr. Hartwig die erlernten Qualifikationen bei seiner Arbeit im Klinikum Augsburg nicht relevant sind, so sind sie für ihn persönlich doch bei der Ausübung seines Hobbys von großem Nutzen. Zudem könne man mit diesem Fachwissen auch Berg-Reisen und Trekking-Touren begleiten. »Die Mountain-Medicine ist mein Hobby«, erklärt der 42-Jährige, der in Nepal schon einen 6 000er erklommen hat. Sie ersetze im Gebirge weder den Notarzt, der mit dem Hubschrauber kommt, noch die Bergwacht. Wenn Hartwig wandert, befindet sich im Rucksack nur ein Verbandspäckchen mit Verbandszeug, Pflaster, Schmerztabletten sowie ein kleines Stück Seil. Das reiche,



Dr. Christopher Hartwig (li.) und Dr. Rainer Bernauer

»DIE MOUNTAIN-MEDICINE IST MEIN HOBBY.«

Dr. Christopher Hartwig

»damit kann man ganz viel machen.« Man lerne eben bei der Ausbildung, wie man mit wenigen Mitteln helfen könne.

Helfen – und noch mehr – kann auch Dr. Rainer Bernauer mit seiner Zusatzqualifikation. »Ich darf Tauchtauglichkeitsuntersuchungen machen – oder auch zurückweisen«, erklärt der leidenschaftliche Sporttaucher, der liebend gerne in den Seen der österreichischen Bergwelt taucht, aber auch in den Tauchparadiesen

auf den Malediven, Niederländischen Antillen, Hawaii, auf den Fidschi-Inseln ins Wasser gegangen ist. Als PADI-Assistent Instructor könne er Tauchlehrern bei der Ausbildung assistieren – aber, trotz seines umfangreichen medizinischen Wissens über die mit dem Tauchen verbundenen möglichen Gefahren für die Gesundheit – nicht als Druckkammerarzt, der nächsten Stufe der Zusatzausbildung, tätig sein. Eine Druckkammer, die u. a. zur Behandlung von Taucherkrankheiten notwendig ist, gebe es am Klinikum Augsburg noch nicht. »Aber das Klinikum wird ja Uni-Klinik, vielleicht wird sich hier eine Tür auf tun«, meint Bernauer. In Bayern gebe es nur in München und in Murnau zwei Druckkammern, in denen eine gesicherte 24-Stunden-Druckkammerbereitschaft bestehe. Dabei gebe es für eine Behandlung in der Druckkammer noch viele andere Indikationen als Taucherunfälle – beispielsweise die Behandlung von Tinnitus, Kohlenmonoxidvergiftungen, Problemwunden, Osteoradionekrosen oder auch die Therapie einer Gasgangrän (Gasbrand).

Die Tauchmedizin, mit der sich Dr. Rainer Bernauer für seine Zusatzqualifikation intensiv beschäftigt hat, befasst sich vor allem mit den Auswirkungen des Tauchens auf den menschlichen Körper beim Atmen komprimierter Luft. Dadurch können viele Organsysteme geschädigt werden, angefangen vom Kreislaufsystem über die Atmung, den HNO-Bereich bis hin zu Störungen des Wärmehaushalts. Typische Taucherkrankheiten sind der Tiefenrausch – auch als Stickstoff-Vergiftung bekannt, das Lungenbarotrauma mit arterieller Gasembolie (eine überdruckbedingte Lungenverletzung) oder die Dekompressionskrankheit. »Letztere beiden sind«, so Dr. Bernauer, »in unbehandelter Form sehr gefährlich und treten häufig nur durch Leichtsinn auf«. Er selbst habe über 300 Tauchgänge absolviert, aber bisher nie eine Dekompressionskrankheit erlitten. Sie ist in der Regel die Folge, wenn ein Taucher nach einem Tauchgang zu schnell aufsteigt, der Druck des Wassers auf den Körper beim Auftauchen also zu rasch abfällt, oder auch, wenn keine Dekompressionsstops eingelegt werden.

Wer tauchen möchte, muss gesund sein: Psychische Stabilität, ein gutes Sehvermögen, sichere Schwimmfähigkeit, ein belastbares Herz-Kreislaufsystem sind bei Erwachsenen Voraussetzung und werden bei der Tauchtauglichkeitsuntersuchung geprüft. Die Tauchtauglichkeit muss, erklärt der 42-jährige Sporttaucher, vor dem 18. Lebensjahr und nach dem 40. Lebensjahr jährlich bescheinigt werden, im Zeitraum dazwischen alle drei Jahre. Für einen Sporttaucher oder »Recreational Diver« beträgt die maximale Tauchtiefe – zumindest auf Meeresniveau – 40 Meter. Auch sollten beim Sporttauchen während des gesamten Tauchgangs Tageslicht erkennbar und der direkte Aufstieg zur Wasseroberfläche jederzeit möglich sein. Auch sollte man als Sporttaucher die Nullzeitgrenzen berücksichtigen, ausreichend lange Oberflächenpausen einlegen, viel trinken – aber keine alkoholische Getränke – und nicht zu schnell nach Beendigung eines Tauchgangs auftauchen. Dann ist die Gefahr, eine Dekompressionskrankheit zu erleiden, sehr gering. | pks




Ihr Spezialist für Homecare

- Pflegebedarf
- Stomaversorgung
- Wundversorgung
- Dekubitusversorgung
- enterale Ernährung
- Inkontinenzprodukte

DRESCHER+LUNG GmbH & Co. KG
care team Augsburg

Jakob-Krause-Straße 8 **Öffnungszeiten**
86199 Augsburg-Bergheim Mo bis Fr: 8–18 Uhr
Tel.: 0821/455972-29 Samstag: 9–12 Uhr www.drescher-lung.de



Bayerisches Rotes Kreuz

Hausnotruf
Sicherheit Zuhause!

Mobiler Notruf
für unterwegs!
(GPS-Ortung außerhalb der Wohnung)



Essen auf Rädern
zirka 220 Gerichte zur Auswahl!
(jetzt kostenloses Probeessen bestellen)

Kostenfrei anrufen unter:
 **0800 90 60 777**

Intelligente Lösung Smarte Fuge



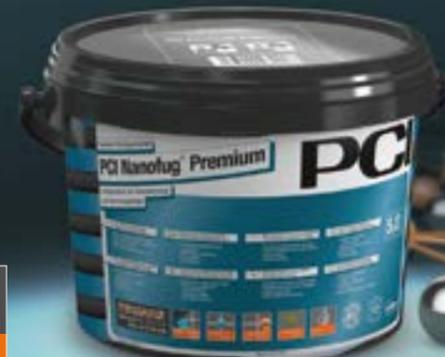

easyworking


waterdrop effect


easy to clean effect


resistance effect


protection effect



A brand of **BASF**
The Chemical Company

Mehr Infos unter www.pci-augsburg.de

Mehr Rente im Alter? Nutzen Sie Ihr Eigenheim!

Immer mehr ältere Immobilienbesitzer kennen das Problem: Zwar zahlen sie keine Miete, dennoch können sie aufgrund einer niedrigen Rente den wohlverdienten Lebensabend nicht so genießen, wie sie gerne würden. Die Kosten für die eigene Gesunderhaltung steigen. Das Eigenheim ist in die Jahre gekommen und muss instand gehalten bzw. altersgerecht umgebaut werden. Wir bieten die Lösung für Sie – mit einer **Immobilien-Leibrente** sichern Sie sich ein lebenslanges Wohnrecht und eine monatliche Zusatzrente für einen größeren finanziellen Spielraum. **Informieren Sie sich bei uns, wir beraten Sie gerne diskret und unverbindlich.**

KNIPFER IMMOBILIEN



KNIPFER IMMOBILIEN • Anton Knipfer
Kurzes Gelände 16, 86156 Augsburg
Telefon: 0821/4860900
info@knipfer-immobilien.de
www.knipfer-immobilien.de

Offizieller Kooperationspartner der



KÜCHENSTUDIO CAROLA GRAUL

Küchen zum Leben und Genießen



Wir unterstützen die MUKIS – hier eine Charity-Aktion bei Spielen der Augsburger Panther!

KÜCHENSTUDIO CAROLA GRAUL | Im Moos 5 | 86477 Adelsried
Telefon: 08294 - 86970 | Sonntag **SCHAUTAG** von 13.00 - 16.00 Uhr
Sheridan Tower | Max-Josef-Metzger-Str. 21 | 86157 Augsburg
Telefon: 0821 - 8090220 | Öffnungszeiten: Di. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr
Sa. 10.00 - 14.00 Uhr und jederzeit nach Vereinbarung
E-Mail: info@graulkuechen.de | www.graulkuechen.de



**Bewegen
Sie sich!**

**PROVITA
GESUNDHEITZENTRUM**

Im Verbund der
m&i-Klinikgruppe Enzensberg

Ambulante Rehabilitation
Orthopädie | Neurologie

Praxisbetriebe für
Krankengymnastik | Massage
Ergotherapie | Logopädie

Gesundheitsbildung/Prävention
2 Bewegungsbäder (32°C)

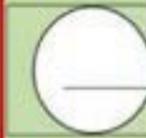
Öffnungszeiten:
Mo.-Do. 7.00-21.00 Uhr und Fr. 7.00-18.00 Uhr

Haunstetter Str. 112 · 86161 Augsburg
Straßenbahnhaltestelle Siemens S2, Kostenlose Parkplätze
www.gesundheitszentrum-provita.de

Fachkompetenz rund um Ihre Gesundheit!

**Orthopädie-Technik
Sanitätshaus
Reha-Technik**

Kompressionsstrümpfe in neuen
Trendfarben sind eingetroffen!
Wir beraten Sie gerne.



Herbert Ganter GmbH
Ulmer Landstraße 315 86391 Stadtbergen
Tel.: 08 21/240 70-0 Fax: 08 21/240 70-70
E-Mail: ganter.orthopaedietechnik.de
Internet: www.orthopaedietechnik.de

*Ein starkes Team
bringt Ihnen Sonne ins Haus!*

Unser Leistungsspektrum:

- Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung
 - Behandlungspflege
 - Vertretung von pflegenden Angehörigen
 - Stundenweise Betreuung
 - Ambulant betreute Seniorenwohngemeinschaft "Haus Sonnenschein"
- Für ein Beratungsgespräch stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.
Unser Team ist rund um die Uhr für Sie da.

*ambulante
Kranken- und Altenpflege*

Sonnenschein

www.sonnenschein-team.de

Hauptstraße 62 • 86391 Stadtbergen-Leitershofen
Telefon 0821.433 97 33 • Telefax 0821.433 97 34

STURM WOHNBAU.GMBH



NEUBAUPROJEKTE UM UMFELD VON NEUSÄB



www.sturm-wohnbau.de

Tel: 08230 / 8919350 • Mobil 0172 35 33 33 4

Sturm Wohnbau GmbH
Geschäftsführer Architekt Michael Buck
Ganghoferstraße 4 • 86456 Gablingen

Ganzheitlich und wohnortnah
in guten Händen



Hessing

Klinik für Geriatrische
Rehabilitation

**Hessing Klinik für
Geriatrische Rehabilitation**
Butzstraße 27
86199 Augsburg

T 0821 909 101
F 0821 909 108

geriatrie@hessing-stiftung.de
www.hessing-stiftung.de

Jährlich vertrauen mehr als
2.000 Patientinnen und Pa-
tienten auf unsere langjährige
Erfahrung in der Geriatrischen
Rehabilitation. Unser Anspruch
ist es Ihnen, nach einer akuten
Erkrankung oder Operation
wieder ein selbstbestimmtes
Leben und gesundes Altern zu
ermöglichen.
Ob stationäre oder ambulante
Rehabilitation – bei uns sind
Sie in den besten Händen.

Von hier. Für uns.

Unser neuer Augsburg-Tarif

- ✓ **Bürger-Bonus sichern**
- ✓ **Preisvorteil 2 Jahre fix***
- ✓ **preiswert, zuverlässig, kundennah**



team m&m

* Die Energiepreisgarantie umfasst ca. ein Drittel des Komplett-Preises
beim Strom und ca. die Hälfte beim Erdgas, der Rest sind Netzentgelte, Steuern,
Abgaben und Umlagen, die von der Preisgarantie ausgenommen sind.

swa Strom & Erdgas



Ulrike Eger empfiehlt:

MEDIEN aktuell

Romy Fölck
Totenweg



Die junge Polizistin Frieda kehrt in ihr Dorf zurück, weil ihr Vater brutal niedergeschlagen wurde. Er liegt im Koma. Frieda hat wenig Kontakt zu den Eltern. Seit ihre Freundin vor beinahe zwanzig Jahren ermordet wurde, hat sich die Beziehung zu ihnen und zum Dorf erkaltet. Als Kriminalkommissar Haverkorn jetzt zu den Ermittlungen auf dem Obsthof ihrer Eltern auftaucht, kommen die Erinnerungen an das Gewaltverbrechen im alten Viehstall am Totenweg hoch. Auch da hat Kommissar Haverkorn ermittelt. Ihre Schuldgefühle erdrücken sie schier, da sie den Mörder kennt, aber niemandem davon erzählte. Haben die aktuellen Ereignisse noch etwas mit dem gewaltsamen Tod von Marit zu tun? Frieda ist verwirrt und weiß nicht, wem sie trauen darf. Jetzt als Polizistin weiß sie um ihre Verantwortung, aber ihre Gefühle und Ängste lassen sie nicht vernünftig handeln. Auch Haverkorn hat den Fall Marit nie vergessen und leidet daran, dass er den Täter nie gefasst hat. Jetzt sieht er durch das Wiedersehen mit Frieda eine neue Chance.

» Spannende Krimihandlung zwischen Deichen und abgelegenen Gehöften.«

Ulrike Schweikert
Die Charité – Hoffnung und Schicksal



Der Roman spielt in Berlin im neunzehnten Jahrhundert. Die Cholera wütet in der Stadt und Menschen und vor allem Mediziner suchen nach den Gründen. Gerade im Viertel der Armen kommt es zu vielen Toten. Die junge Elisabeth beginnt ihren Dienst in der Charité als Krankenschwester. Als ihre Schwester bei der Geburt ihres Kindes stirbt, ist sie die einzige Überlebende ihrer Familie. Das Neugeborene legt die Hebamme und Freundin, ohne jemandem davon zu erzählen, in die Arme einer vornehmen Dame, die ihr Kind tot gebar. Als Buße gibt Martha ihren Beruf als Hebamme auf und arbeitet im Totenhaus der Charité. Dort hat sie mit Professor Dieffenbach und seinen Kollegen zu tun und lernt sehr viel über den menschlichen Körper. Bald darf sie tatkräftig bei den Obduktionen und Präparierungen mitarbeiten. Die Pflegerin Elisabeth fällt im Krankenhaus als unsichtig, tüchtig und freundlich auf. Doch mit ihrer eigenständigen Art macht sie sich nicht nur Freunde. Unterhaltsam schildert Schweikert die Anfänge der Krankenhausgeschichte und Medizin am Beispiel der Charité.

» Ein historischer Roman im Umfeld des wohl bekanntesten deutschen Krankenhauses.«

Uli T. Swidler
Roh



Carl Gruber, Streifenpolizist bei der Kölner Polizei, gerät in einen Hinterhalt. Dabei kommt ein jugendlicher Türke mit seiner Dienstwaffe ums Leben. Diese Tat wird Gruber in die Schuhe geschoben. Obwohl er bei diesem dubiosen Fall freigesprochen wird, verliert er seine Anstellung. Der Ruf, ein fremdenfeindlicher Kindsmörderer zu sein, bleibt bestehen. Nach gescheiterter Ehe versucht Gruber, sich als Privatdetektiv über Wasser zu halten. Dabei gerät er ins Visier einer radikalchristlichen Gemeinschaft, die international gegen den Islam agiert. Sein Hauptaugenmerk liegt in den Nachforschungen zu den Hintergründen des getöteten Jugendlichen. Diese führen ihn auf die Spur von Meti Arslan, den Kopf einer islamischen Parallelwelt mitten in Köln. Nach hartnäckigen Versuchen schafft er es doch, seine junge, ehemalige Polizeikollegin, von seiner Unschuld zu überzeugen. Gemeinsam kommen sie der Wahrheit auf die Spur. Intelligent erzählt der Autor einen brisanten Thriller über die Folgen von religiösem Fundamentalismus.

» Ein spannender, aktueller Thriller.«

Nell Leyshon
Die Farbe von Milch



Die Geschichte spielt im Jahre 1831. Mary lebt mit ihren drei Schwestern auf einem ärmlichen Bauernhof. Der Alltag besteht nur aus Arbeit. Es gibt keine liebevolle Zuwendung von den Eltern, die ihre Kinder als Arbeitskraft sehen. Nur mit dem Großvater, der zur Arbeit nichts mehr taugt, hat sie eine liebevolle Beziehung. Als sie mit fünfzehn zum Pfarrer als Haushaltshilfe und Pflegerin der kranken Gattin geschickt wird, ändert sich alles. Die Pfarrersgattin schließt Mary in ihr Herz und ist auf ihr Wohlergehen bedacht. Trotzdem hat Mary in ihrer ungewohnten Umgebung Heimweh. Mit ihrer ehrlichen Art stößt sie manchen vor den Kopf. In dem gepflegten Haushalt lernt Mary die Verhaltensregeln und lernt durch den Unterricht vom Herrn Pfarrer das Lesen. In einer einfachen Sprache erzählt sie selbst ihre Geschichte, die nach dem Tod der Pfarrersfrau wieder eine dramatische Wendung nimmt. Irritierend ist die fehlende Zeichensetzung der Autorin. Das angewandte Stilmittel macht das Buch authentisch, da Mary immer wieder betont, ihre Geschichte eigenhändig aufgeschrieben zu haben.

» Eine berührende Geschichte.«

Celeste Ng
Kleine Feuer überall



Mia, eine alleinerziehende Mutter und Künstlerin ist neu in Shaker Heights. In dem beschaulichen Vorort von Cleveland ist alles fortschrittlich und passgenau, vom Außenanstrich der Häuser bis zum Alltag ihrer Bewohner. Elena Richardson passt mit ihrer Familie ganz in das Bild dieser heilen Welt. Großzügig bietet sie Mia eine Arbeit in ihrem Haushalt an. Die Tochter Pearl hat sich bereits mit ihren Kindern angefreundet. Die ganz andere Lebensweise von Mia macht Elena neugierig. Als Journalistin macht sie sich auf die Suche nach der Vergangenheit der zurückhaltenden Künstlerin. Dabei übersieht sie viele Sorgen bei ihren eigenen heranwachsenden Jugendlichen, während diese sich Rat bei Mia holen. Mr. Richardson vertritt als Anwalt ein befreundetes Ehepaar. Auch seinen Sinneswandel bemerkt Elena nicht. Elena ist gefangen in Regeln und Ordnung. Als sie auf manche Geheimnisse von Mia und Pearl stößt, gerät ihr Leben aus den Fugen. Der Leser erhält von Mia Rückblenden ihres Lebens erzählt. So entsteht ein vielschichtiges Bild.

» Ein spannender Gesellschaftsroman.«



ROMAN
Olivier Guez
Das Verschwinden des Josef Mengele

HÖRBUCH
Sabine Bode
Die vergessene Generation



SACHBUCH
GraficNovel:
Das Tagebuch der Anne Frank

KINDERSACHBUCH
Das Fahrrad Vom Hochrad bis zum E-Bike



DVD
Victoria & Abdul

WIR für Sie

Klinikum Hauptgebäude

Mo, Mi 10.00 – 13.00 Uhr
Mi 14.00 – 16.00 Uhr
Di, Do, Fr 10.00 – 12.00 Uhr

Klinikum Süd

Mo 10.00 – 12.00 Uhr
Di – Fr 9.30 – 11.30 Uhr



Bismarckstraße 27,
86391 Stadtbergen
Telefon 0821/24 40 93 93
Telefax 0821/24 40 93 92
E-Mail: info@acvila.de
www.acvilla.de



Pflege, die Ihre Welt verändert...

Bedürfnisorientiert · Fachkompetent
Zielorientiert

Unsere Leistungen:

- Häusliche Krankenpflege nach dem Kranken- und Pflegeversicherungsgesetz
- Medizinische Betreuung zu Hause – 24 Stunden pro Tag, 7 Tage in der Woche
- Versorgung nach einem Krankenhausaufenthalt
- Angebote zur Unterstützung im Alltag
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratungsbesuche
- Individuelle Pflegeschulungen
- Palliative Pflege

VERANSTALTUNGEN Rückblick

Kulturprogramm der Bücherei startete mit dem Film: »Mein Blind Date mit dem Leben«

»Mein Blind Date mit dem Leben« ist ein Spielfilm, der auf Tatsachen beruht. Der Abiturient Saliya Kahawatte träumt davon, Hotelier zu werden. Doch kurz vor seinem Schulabschluss erhält er die niederschmetternde Diagnose, rapide zu erblinden. Seinen Traum will er dennoch nicht aufgeben. Nach mehreren Absagen bewirbt er sich zu einer Ausbildung im Bayerischen Hof, verschweigt aber seine Blindheit. Mit bloßer Willenskraft gelingt es ihm, sich alle nötigen Wege einzuprägen, wobei er auch auf die Hilfe seines Kollegen vertrauen muss. Als er die hübsche Laura kennen lernt, wird alles noch schwieriger.



Reisebilder – »Namibia – den Big Five ganz nah«

Es ging mit dem Flieger nach Windhoek und dann mit den Mietwagen vier Wochen durch Namibia. Sonst gerne mit dem eigenen Wohnmobil unterwegs, entschieden sich die Weltbummler Gabriele und Manfred Münzner für die traumhaften Lodges. Sie reisten am Ende der Regenzeit im März und April und erlebten Namibia als wunderbar grünes Wüstenland, das so nur für wenige Wochen existiert. Von der roten Halbwüste im Süden, der Kalahari, und dem Fish-River-Canyon führen sie zu den hohen Dünen der Namib-Wüste. Die Tour führte weiter durch das Erongo Gebirge bis zu den Epupa Fällen an der Grenze zu Angola. Beeindruckende Tierbegegnungen erlebten sie in der Etosha-Pfanne und auf privaten Wildfarmen. Durch Sensoren an einzelnen Wildtieren können die Guides die Plätze aufspüren und so den Gästen ein überwältigendes Erlebnis bieten. Auf eigene Faust warteten die Münzners an einem Wasserloch in der Hoffnung, einige Tiere zu sehen. Als sie schon enttäuscht zur Lodge zurückkehren wollten, kam aus dem hohen Gestrüpp ein ganzes Löwenrudel zum Trinken. Das war nur einer der vielen Höhepunkte dieser unvergesslichen Reise.



Haben Sie eine Veranstaltung verpasst oder sind Sie neugierig geworden auf das kommende Programm? So informieren Sie sich gleich auf den nächsten Seiten über alles, was Sie interessiert.

Geschichtenabend unter dem Motto »Irrtümer und andere Wahrheiten – Kurzgeschichten zum Mithören und Mitfühlen«

Die beiden Augsburger Autoren Gisela Janocha und Rudolf Huber arbeiten seit Jahren in einer Augsburger Schreibwerkstatt und feilen an ihren Texten. Rudolf Huber hatte eine nette Geschichte über eine kleine Bibliothek dabei, wo es allerhand zu entdecken gibt. Einige Gedanken machte er sich über den Regisseur des Lebens. Einfühlsam trug er im Wechsel mit Gisela Janocha seine Geschichten vor. Eine recht nachdenkliche Geschichte über so manchen Lebenstraum erzählte Janocha mit der Geschichte: »Wer einmal eine Reise tut ...« Viel Spaß machten den Zuhörern die Phantasien eines alten Herrn. Die Autoren umschrieben ihre Sammlung mit den Worten »Geschichten von Träumen, vom Warten auf die Liebe, vom täglichen Gang zum Bäcker, dem Charme einer weiblichen Stimme und einem Cappuccino im Freien. Aus Alltag wird Ereignis. Selbst ein Rasenmäher zeigt plötzlich ein Eigenleben. Ist das die Zukunft?« Im Anschluss erzählte Gisela Janocha von ihrer persönlichen Zukunft als Autorin. In Kürze werden ein Hörbuch und ihr erster Roman erscheinen.



AKTEN ADÉ: Buchhaltung und Steuererklärung schnell und sicher mit Cloud und App

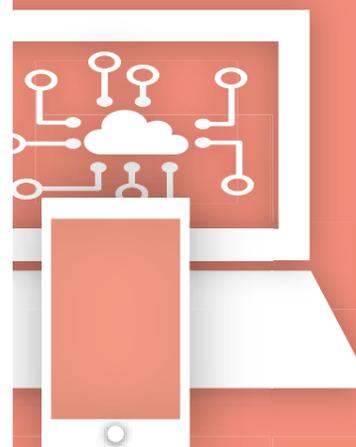
Cloudbasierter Buchhaltung: bequem und einfach

DATEV Unternehmen online hat sich längst als Standard für cloudbasierte Buchhaltungslösungen etabliert. Dokumente werden direkt mit den Buchungssätzen verknüpft. Der Praxisinhaber hat jederzeit Zugriff auf seine Daten. Belege in Papierform archivieren wird überflüssig. Das System erfüllt alle gesetzlichen Vorgaben der Rechnungslegung.

Noch leichter Austausch mit der »AWI mobil«-App

Um den Datenaustausch zwischen Mandant und Steuerberater noch einfacher zu machen, haben wir die App »AWI mobil« entwickelt: Sie bietet einen sicheren Ort, an dem Sie Ihre Steuerunterlagen verwalten und freigeben können. Auf diese Daten kann auch Ihr Steuerberater zugreifen.

Sie können mit der App natürlich auch einfach die Belege für Ihre Einkommensteuererklärung sammeln. Originaldokumente müssen Sie nicht mehr aus der Hand geben und beim Steuerberater einreichen. Unsere App erfüllt dabei alle Regularien zum Datenschutz (DSGVO).



AWI TREUHAND
Steuern • Wirtschaft • Recht

Ernst-Reuter-Platz 4
86150 Augsburg
Telefon: +49 (0)821 90643-0
Telefax: +49 (0)821 90643-20
awi@awi-treuhand.de
www.awi-treuhand.de

Neusäß/Augsburg – Wohnvergnügen mit Lagevorteil!

Beethoven PARK 6
Wohnen in Neusäß

Neuer Bauabschnitt
mit 68 neuen
Wohnungen!



KfW 55
„EnEV 2016“

einzigartig

Die neue **UNI-Klinik** ist fußläufig erreichbar und garantiert Nachfrage und Mietinteressenten! **Kindergärten und Schulen** (Schulstadt Neusäß!) in unmittelbarer Nähe.



fantastisch

Genießen Sie die Vorteile des **parkartigen Grundstücks** in der **ruhigen Anliegerstraße** und die Nähe zu vielfältigen **Freizeit- und Erholungsangeboten**.

1-Zi.-Whg.,	2. OG,	37,98 m² Wfl.,	€ 209.900,-
2-Zi.-Whg.,	EG,	59,64 m² Wfl.,	€ 269.900,-
2-Zi.-Whg.,	1. OG,	61,06 m² Wfl.,	€ 299.900,-
3-Zi.-Whg.,	1. OG,	82,96 m² Wfl.,	€ 384.900,-
3-Zi.-Whg.,	3. OG,	87,97 m² Wfl.,	€ 439.900,-
4-Zi.-Whg.,	4. OG/DG,	129,03 m² Wfl.,	€ 694.900,-

überzeugend

Bus, Tram und Bahnhof Neusäß im Gehbereich, **8 Min. zur A8** (Anschluß Neusäß). Zahlreiche **Einkaufsmöglichkeiten** im Umfeld – vom kleinen Laden bis zu großen Einkaufszentren.

INFO-CENTER

am Baugrundstück
Beethovenstr. 50, Neusäß
Fr / Sa / So 14 – 17 Uhr, Mi / Do 16 – 19 Uhr
Freier Handelsvertreter - für Sie provisionsfrei:
Stefan Neumeister 0160 / 157 72 49

Tel 089/286 500
www.baywobau.de



gemeinsam mit



Baywobau
... wir bauen Ihr Zuhause!

VERANSTALTUNGEN

Ausblick

Informationsabende »Schwangerschaft & Geburt« sowie »Wochenbett & Neugeborenes«

Jeden ersten Dienstag im Monat finden für werdende Eltern Infoveranstaltungen der Klinik für Frauenheilkunde statt. Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 18.15 Uhr im großen Hörsaal.

immer dienstags 8. Januar, 5. Februar, 5. März, 2. April 2019

Russisch 14. März 2019, Mutter-Kind-Zentrum, 4. OG, Vortragsraum

Türkisch Der Informationsabend in türkischer Sprache findet auf Anfrage statt.

Um eine Anmeldung bei Frau Güler Erkoc wird gebeten: Tel. 0176 34 93 8332

Still-Informationsabende für werdende Mütter

jeden 2. Dienstag im Monat um 18 Uhr:

15. Januar, 12. Februar, 12. März, 9. April 2019

Mutter-Kind-Zentrum, 4. OG, Vortragsraum

Stillen schützt und fördert die Gesundheit von Mutter und Kind. Und je besser sich die Mütter auf die Stillzeit vorbereiten, desto leichter gelingt das Stillen und wird zur glücklichen Erfahrung für Mutter und Kind. Deshalb bietet die Frauenklinik regelmäßig einen Stillinformationsabend für werdende Mütter an. Der Informationsabend dauert ca. zwei Stunden und eignet sich für Frauen ab der 25. Schwangerschaftswoche.

Kosmetikseminare für Krebspatientinnen

immer donnerstags, 14. Februar, 14. März und 11. April 2019, 15.30–17.30 Uhr

Anmeldung unter Tel. 0821-40037 12 oder per E-Mail an kosmetikseminar@klinikum-augsburg.de

KiYo Impulsvortrag Stadtbergen: »Mama oder Papa hat Krebs«

»AWO Haus der Familie«, Goethestraße 12, 86391 Stadtbergen

Weitere Informationen:

KiYo Kids & Youngsters krebskranker Eltern

Klinikum Augsburg – ICCA kiyo@awo-augsburg.de

Stenglinstraße 2 Tel: 0821 650 589 60

86156 Augsburg Fax: 0821 650 589 61

Augsburg Open

Donnerstag, 4. bis Sonntag, 7. April 2019

Klinikum Augsburg – nur Donnerstag und Freitag!

weitere Infos auf www.klinikum-augsburg.de/ao2019

Kulturprogramm Bücherei

Mittwoch, 23. Januar 2019, 19:30 Uhr, Großer Hörsaal

Kinoabend: »Die göttliche Ordnung«

Schweiz, 1971: Nora ist eine junge Hausfrau und Mutter, die mit ihrem Mann, den zwei Söhnen und dem missmutigen Schwiegervater in einem beschaulichen Dorf im Appenzell lebt. Hier ist wenig von den gesellschaftlichen Umwälzungen der 68er-Bewegung zu spüren. Die Dorf- und Familienordnung gerät jedoch gehörig ins Wanken, als Nora beginnt, sich für das Frauenwahlrecht einzusetzen ...

Mittwoch, 6. Februar 2019, 19:30 Uhr, Bücherei

Lesung mit Ingrid Krist : »Katharina – Ein ganz besonderes Geschenk«

»Gott gibt die Nüsse, aber er macht sie nicht auf« so lautet der Erfahrungsbericht von Ingrid Krist. Als ihr Kind Katharina mit starken Handicaps auf die Welt kommt, hat im Vorfeld niemand damit gerechnet. Mit der anfänglichen Verzweiflung und Angst lernte das Ehepaar mit der Zeit besser umzugehen und konnte die Besonderheiten immer mehr annehmen. Das Buch stellt das Wertvolle dieser Begleitung heraus. Ingrid Krist erzählt von ihren Kraftquellen.

Mittwoch, 20. Februar 2019, 19:30 Uhr, Großer Hörsaal

Bilder-Vortrag: Über alle Berge

Anstelle von Fahrrad oder Motorrad nehmen Gabriele und Manfred Münzner das Wohnmobil, um einige spektakuläre Pässe in der Schweiz, Italien und Frankreich zu er- und zu befahren. Aber auch die Seilbahnen verhelfen zu phantastischen Ausblicken am Aletsch Gletscher und am Mt. Blanc. Ein kurzer Abstecher führt uns an die italienische Riviera, bevor es in das liebevolle Weinanbaugebiet des Piemonts weitergeht.

Mittwoch, 27. März 2019, 19:30 Uhr, Großer Hörsaal

Filmabend mit Gerhard Menzel:

»Ein Lebensraum für die Natur – Schaezlerwiese«

Über Jahrtausende veränderte der Lech die Landschaft. Es entstanden die Lechheiden. Mit der Einflussnahme des Menschen wurde der Alpenfluss in sein heutiges Bett gezwungen. Zu den Resten der Heide gehört die große Schaezlerwiese: Eingeschlossen von Hecken und Sträuchern, blieb sie als Rückzugsgebiet der einst üppigen Pflanzen- und Tierwelt im Lechtal nördlich von Augsburg erhalten. Dies ist der Naturverbundenheit der Familie Schaezler auf Scherneck, dem Arbeitskreis Heimischer Orchideen sowie dem Bund Naturschutz zu verdanken.



VHS – Ärztliche
Vortragsreihe

Das Leitmotiv: Gesundheit im Dialog

Die Veranstaltungen finden im Bürgersaal Stadtbergen, Osterfeldstraße, statt (abweichende Orte sind angegeben). Der Eintritt beträgt pro Person 5 Euro, Saalöffnung jeweils um 19.00 Uhr. Kostenlose Parkplätze in der Tiefgarage.

Eine ausführliche Wegbeschreibung finden Sie unter: www.buergersaal-stadtbergen.de/index.php?id=4

Montag, 7. Januar 2019 – 19.30 Uhr

Das Harnblasenkarzinom – von der Harnblasenspiegelung zur Neoblase

Dr. Ulrich Sonntag

Montag, 14. Januar 2019 – 19.30 Uhr

Hodenhochstand im Kindesalter

Dr. Stefan-Christian Schmid

Montag, 11. Februar 2019 – 19.30 Uhr

Moderne Neurochirurgie – Möglichkeiten und Grenzen

Prof. Dr. Volkmar Heidecke

Montag, 18. Februar 2019 – 19.30 Uhr

Immunsystem und Krebs: Wie hängt beides zusammen und wie kann die Abwehr gegen Tumorzellen aktiviert werden?

Prof. Dr. Martin Trepel

Montag, 11. März 2019 – 19.30 Uhr

Steine in der Urologie – Ursachen und Behandlung

Daniel Mörike

Montag, 18. März 2019 – 19.30 Uhr

Esstörungen

Igor Djukic, Bezirkskliniken Schwaben

Montag, 25. März 2019 – 19.30 Uhr

Volkskrankheit Osteoporose – wenn die Wirbelsäule einfach bricht

Dr. Stefan Schmid, Dr. Timm Littwin

Montag, 1. April 2019 – 19.30 Uhr

Heller Hautkrebs – eine Volkskrankheit

Prof. Dr. Julia Welzel

ICCA-Patientenforum am Weltkrebstag

Montag, 4. Februar 2019, 16 Uhr

»Alternativ- und Komplementärmedizin bei Krebs: Pro & Contra« Experten aus Augsburg, München und Zürich berichten zu den Themen Ernährung, TCM-Traditionelle Chinesische Medizin und Phytotherapie (Heilpflanzen) bei einer Krebserkrankung. Informationsveranstaltung für Patienten, Angehörige und Interessierte

Programm und Anmeldung: **Telefon 0821-400 3434**

ICCA Zentrale Anlaufstelle **Email: icca@klinikum-augsburg.de**

Klinikum Augsburg, 1. OG **Website: www.icca.de Internet: icca.de**

Kunstaussstellung im Klinikum Augsburg Süd

1. Dezember bis Ende Februar 2019

Bilder in Acryl »Bunte Welt« von Marianna Copija.

Ab 1. März bis Ende Mai 2019

Werke zum Thema »Trinkwasser« von Corinna Schuch.



Altenhilfe
der Stadt Augsburg

Servicetelefon für Pflegeplätze:
0821-324 6161

Neueröffnung Seniorenzentrum Servatius

Jetzt im Neubau: Fritz-Hintermayr-Straße 6

- Lebensqualität in familiären Wohngruppen
- 136 moderne Einzelapartments mit Telefon, TV und WLAN
- zusätzlich 48 Pflegeplätze im Bestand
- zwei beschützte Wohngruppen
- hauseigene Küche

16 Tagespflegeplätze in separaten Räumlichkeiten, Eröffnung im 1. Quartal 2019

Die Altenhilfe ist ein Eigenbetrieb der Stadt Augsburg

Wir sind für Sie da!
www.altenhilfe-augsburg.de



Blickwinkel

Regelmäßig ist Visite mit »Dr. Lilo Musi« alias Miriam Brenner und »Dr. Schlaubi« alias Markus Sedelmaier in der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben und auf der vira, der Versorgungseinheit für integrierte Traumatologie im Alter. Dann lassen die beiden KlinikClowns ordentlich den Bär steppen und sorgen für einen direkten Angriff auf die Lachmuskeln. In Situationen, in denen Fröhlichkeit oft Mangelware ist, leisten diese beiden »Mediziner« eine ganz andere, aber unverzichtbare Art der Therapie. Wissenschaftliche Studien belegen, dass Humor, Lachen und einfühlsame Zuwendung positive Auswirkungen auf den Allgemein- und Gesundheitszustand haben und Heilungsprozesse fördern. Humor hat dabei viele, individuelle Facetten: Mal agieren die KlinikClowns robust, mal ganz zart und leise. Und doch haben ihre Begegnungen immer die gleiche Basis: Mitfühlendes Dasein, Offenheit und das ehrliche Interesse am Gegenüber. Es ist die Wertschätzung, die das innere Lächeln mit sich bringt und den Patienten Glücksmomente schenkt. Finanziert werden die fröhlichen »Clownsvisiten« vor allem durch Spenden.

AniTa – Angehörige im Tausch

Tauschbörse soll pflegende Angehörige bundesweit vernetzen.

In Deutschland leben immer mehr Eltern und ihre erwachsenen Kinder weit voneinander entfernt. Das führt zu Herausforderungen und Problemen, wenn die Eltern alt werden und Unterstützung brauchen. Die Tauschbörse AniTa, ein vom Spitzenverband der gesetzlichen Krankenversicherung gefördertes Projekt der HAW Hamburg, soll hier helfen. Unter der Leitung von Prof. Dr. Susanne Busch, Expertin auf dem Gebiet der Gesundheitsökonomie und -politik, wurde ein Modell erarbeitet, dass es Betroffenen ermöglicht, sich überregional zu vernetzen.

Was ist das Ziel des Projektes?

Unser Ziel ist, Betroffene miteinander zu vernetzen, sodass sie einander niederschwellige Hilfe in einer oftmals schwierigen Situation leisten können. Der Name des Projektes – AniTa – steht dabei für Angehörige im Tausch.

Wie funktioniert die Vernetzung?

Grundlage für die Vernetzung ist eine Onlineplattform. In einem von den Nutzern miteinander vereinbarten Rahmen wird Unterstützung für jeweils hilfebedürftige Verwandte oder Bekannte »getauscht«. Konkret bedeutet das beispielsweise, dass sich eine erwachsene Tochter in Hamburg um einen in ihrer Nähe wohnenden alten Menschen kümmert, deren Angehörige zum Beispiel in München leben. Gleichzeitig übernimmt jemand anderes eine Begleitung für die eigene Mutter oder den eigenen Vater. Im Idealfall erfolgt dies im direkten Austausch zwischen zwei Familien, aber auch ein Ringtausch ist möglich.



Was bedeutet es konkret, wenn man sich am Tausch beteiligt?

Die Begleitung kann regelmäßige Besuche oder gemeinsame Unternehmungen umfassen, beinhaltet aber keine Pflege- oder Haushaltstätigkeiten. Es geht darum, der älteren Generation mehr Teilhabemöglichkeiten, Sicherheit und Abwechslung zu bieten – und den Jüngeren die Sicherheit, dass ihre Angehörigen eine Bezugsperson vor Ort haben.

Wer finanziert das Projekt?

Das Projekt wird in der Erprobungsphase vom Spitzenverband der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV-Spitzenverband) finanziert. Es läuft noch bis Sommer 2020. Anmelden kann sich jeder Interessierte über die Webseite www.anita-familie.de

Was passiert, wenn die Projektlaufzeit vorbei ist?

Ein wichtiger Bestandteil des Projektes ist es Ansätze zu entwickeln, wie das Projekt dauerhaft gefestigt werden kann, sofern die Tauschbörse gut angenommen wird. Ist eine Tauschpartnerschaft

»GLEICHZEITIG ÜBERNIMMT JEMAND ANDERES EINE BEGLEITUNG FÜR DIE EIGENE MUTTER ODER DEN EIGENEN VATER.«

Prof. Dr. Susanne Busch

**SCHON
gewusst
?**

Immer häufiger leben erwachsene Kinder so weit von ihren alt gewordenen Eltern entfernt, dass sie nicht mehr schnell und unkompliziert unterstützen und helfen können, wenn es erforderlich wird. Was das bedeutet, welche Belastungen auf die Beteiligten zukommen und ob eine Vernetzung im Sinne eines »Tausches von Fürsorge« ihnen helfen kann, untersucht ein Team der HAW Hamburg im Rahmen des Modellprojektes »AniTa – Angehörige von älteren Menschen mit Pflege-/Unterstützungsbedarf im (Aus-)Tausch« in der Region Augsburg und München.

Das Projekt finanziert sich im Auftrag des Spitzenverbands der GKV im Rahmen des Modellprogramms nach § 8 Abs. 3 SGB XI und wird u.a. durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) in Bayern und die Deutsche Alzheimer Gesellschaft unterstützt.

Weitere Informationen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter www.anita-familie.de

einmal beschlossen, führen die Beteiligten diese ohnehin weitgehend ohne das Projekt weiter. Selbstverständlich wird sichergestellt sein, dass bei Fragen oder Problemen von Tauschpartnerschaften Gesprächspartner zur Verfügung stehen.

Das Interview führte Kristina Woock, wissenschaftliche Mitarbeiterin Projekt »AniTa – Angehörige im (Aus)Tausch«.





Vorsorge ist besser als Nachsorge

Ihre Praxis unterliegt einem regelmäßigen strukturellen Wandel. Veränderter Wettbewerb, Kostendruck und Rationalisierung erfordern Reaktionen. In dieser Situation eröffnet unsere **Wirtschaftsberatung** neue Dimensionen für Ihre Praxis.

Willy-Brandt-Platz 3 - 86153 Augsburg | Telefon +49 821 543378-0 | www.swmp.eu | info@swmp.eu

Personalisierte Krebstherapie

Neue Behandlungskonzepte für Krebspatienten

WIR
für Sie

Im ICCA kümmern sich Ärzte aus 29 Kliniken und Instituten um die optimale Diagnose und Behandlung von Krebserkrankungen. Darüber hinaus bietet es neben einer umfassenden, interdisziplinären Versorgung zahlreiche Begleitangebote für Patienten und Angehörige, rund um das Thema Krebs. Auch arbeitet es mit zahlreichen Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen und niedergelassenen Ärzten eng zusammen.

Auch wenn zwei Patienten die gleiche Krebserkrankung haben, unterscheiden sich ihre Tumore wesentlich – wenn man die Erbsubstanz (DNA) und andere molekulare Merkmale in den Tumorzellen untersucht. Genau dies tun die Ärzte aus allen Kliniken und Zentren des Klinikums, die im Interdisziplinären Cancer Center Augsburg (ICCA) eng zusammenarbeiten. In einem aufwendigen Verfahren, das sich Sequenzierung nennt, untersuchen sie die DNA mit modernen Analysegeräten. Dies ist prinzipiell mit Ermittlungsmethoden bei der Polizei vergleichbar, wenn zur Identifizierung ein »genetischer Fingerabdruck« erstellt wird. Einen solchen »genetischen Fingerabdruck« der Tumorerkrankung erstellen die Ärzte, um die Mechanismen und Angriffspunkte des Tumors genauer zu verstehen. Ziel ist es, jeden Patienten individuell mit höchster Präzision zu behandeln – auch Präzisionsonkologie genannt. Unser Magazin sprach darüber mit Privatdozent Dr. Rainer Claus vom ICCA.

Was ist personalisierte Krebstherapie?

Dank entscheidender Fortschritte in der Forschung in den letzten Jahren und neuer Methoden zur Molekularen Diagnose verstehen wir viele Krebskrankheiten heute besser als früher. Wir können molekulare Veränderungen wie z. B. Veränderungen der Erbinformationen (DNA) im Tumor nachweisen, die zu fehlerhaften Funktionen in der Tumorzelle führen und damit für die Entstehung bestimmter Tumoren verantwortlich sind. Diese Veränderungen können sich teilweise erheblich zwischen einzelnen Patienten und Tumortypen unterscheiden. Mit den molekularen Informationen ist es dann möglich, jede Tumorerkrankung individuell zu charakterisieren und mögliche Angriffspunkte für neue Medikamente zu finden.

Welche Erkenntnisse kann man mit Hilfe der Molekularen Diagnostik gewinnen?

Auf Basis der molekularen Untersuchungen und der individuellen Charakter-

isierung des Tumors können wir individuelle Behandlungswege zur Abtötung der Tumorzellen entwickeln. Dazu gehört ein sehr gezielter Einsatz von Medikamenten, teilweise in Kombination mit anderen Methoden wie z. B. Bestrahlung. Immer häufiger kommen Medikamente zum Einsatz, die ursprünglich für andere Tumorerkrankungen entwickelt und zugelassen wurden, die aber aufgrund ihrer Wirkweise und aufgrund der spezifischen molekularen Merkmale des individuellen Tumors ein Ansprechen zeigen. Die molekularen Eigenschaften des Tumors kann man dabei wie eine Art Visitenkarte (»Biomarker«) ansehen, anhand derer wir versuchen, die Wirksamkeit verschiedener zielgerichteter Medikamente vorherzusagen. So sind für die Behandlung bestimmter Lungentumore derzeit beispielsweise eine Vielzahl neuer Medikamente zugelassen. Nicht jedes wirkt bei jedem Tumor. Anhand der molekularen Struktur des Tumors (z. B. der spezifischen Veränderungen der DNA) können die Medikamente – von denen es heute eine Vielzahl bereits in Tablettenform gibt – ganz gezielt eingesetzt werden. Um es bildlich zu sagen: »Wir passen die Therapie wie einen maßgeschneiderten Anzug dem Patienten an«.

Was bringt das für die Patienten?

Wir setzen die individuelle molekulare Charakterisierung von Tumoren bereits in der Standardbehandlung einzelner Tumorerkrankung (z. B. bei Lungentumoren, Hautkrebs usw.) ein. Ein wesentlicher Schwerpunkt der Aufdeckung individueller molekularer Tumormerkmale und der personalisierten Therapie liegt aber vor allem bei Patienten, bei denen die etablierten Therapieansätze nicht mehr wirken oder fehlgeschlagen sind. Für diese Patienten versuchen wir, anhand der molekularen Tumorprofile individuelle, neuartige Behandlungsmöglichkeiten zu erarbeiten. Dabei haben wir übrigens gelernt, dass sich die genetischen Veränderungen (Mutationen) mancher sehr unterschiedlichen Krebsarten sehr ähnlich sind, während in ein und derselben Tumorart teilweise sehr unterschiedliche Mutationsprofile vorliegen können. Das

»EIN WICHTIGES ZIEL IST, DIE WIRKSAMKEIT BESTMÖGLICH VORHERZUSAGEN UND SOMIT MÖGLICHERWEISE UNWIRKSAME BEHANDLUNGEN ZU VERMEIDEN.«

Dr. Rainer Claus

bedeutet, dass wir bei solchen Patienten eine Tumorerkrankung auch mit Medikamenten behandeln können, die eigentlich nur für die Therapie anderer Krebsarten zugelassen sind. Ein weiteres wichtiges Ziel ist auch, anhand der molekularen Profile die Wirksamkeit bestmöglich vorherzusagen zu können und somit möglicherweise unwirksame Behandlungen zu vermeiden. Damit können wir dann natürlich auch unnötige Nebenwirkungen und mögliche Unverträglichkeiten von Medikamenten verringern. Die beschriebenen molekularen Methoden lassen sich zudem einsetzen, um das erneute Auftreten von Tumorerkrankungen frühzeitig zu erkennen, in einigen Fällen deutlich frühzeitiger als das mit bildgebenden Verfahren (Röntgen, CT, Ultraschall usw.) und den klassischen Tumormarkern möglich ist. So ist es beispielsweise möglich, durch molekulare Untersuchungen im Blut von Tumorpatienten (Flüssigbiopsie, »Liquid Biopsy«) ein erneutes Auftreten von Darmkrebs bis zu sechs Monate früher zu erkennen, als es durch CT-Untersuchungen erkennbar würde.

Gibt es besondere Schwierigkeiten?

Ein grundlegendes Problem ist, dass viele Krebsarten ihr molekulares Profil (mit den spezifischen genetischen Mutationen) insbesondere unter Therapie immer wieder verändern. Wir nennen dies klonale Evolution. Um die maßgeschneiderte personalisierte Therapie weiter optimal zu gestalten und an die neue Situation anzupassen, müssen wir dementsprechend unter Umständen die beschriebenen >>

Um welche Krebsarten geht es bei der personalisierten Krebstherapie?

Grundsätzlich ist es möglich, molekularbiologische Diagnosemethoden bei allen Krebsarten einzusetzen, um personalisierte Therapiemöglichkeiten zu überprüfen. Bislang werden die beschriebenen Methoden vor allem bei Patienten mit bösartigen Tumoren an Lunge, Darm, Leber, Gallenwege, Brust, Darm und Haut (schwarzer Hautkrebs, malignes Melanom) eingesetzt.

molekularen Analysen im Verlauf der Erkrankung auch mehrfach wiederholen. Hierfür müssen wiederholt Gewebeprobe (Biopsien) gewonnen werden. In den letzten 2-3 Jahren hat sich gezeigt, dass die Flüssigbiopsie, also die molekulare Tumorcharakterisierung durch Analysen im Blut, in einigen Situationen bereits die Biopsien des Tumors ersetzen kann. In diesem Bereich findet aktuell intensive Forschungsarbeit u. a. auch am Klinikum Augsburg statt. Ob die Flüssigbiopsie die Gewebebiopsie jedoch vollständig ablösen kann, ist bisher nicht klar. Eine weitere Schwierigkeit in der molekularen Charakterisierung des Tumors ist die Interpretation der molekularen Veränderungen. Während eine zunehmende Anzahl an Genmutationen und ihre funktionelle Konsequenz mittlerweile bekannt ist, tauchen in den molekularen Untersuchungen immer wieder genetische Veränderungen auf, deren Bedeutung bisher nicht eindeutig geklärt ist.

Wie läuft die Diagnose ab?

Wir gewinnen durch die Biopsie Zellen aus dem Tumor und isolieren aus ihnen die DNA. Wie beschrieben, ist dies in einigen Fällen mittlerweile bereits aus dem Blutplasma möglich. Die DNA besteht aus mehr als 3 Milliarden Bausteinen und enthält etwa 23 000 einzelne Gene. Entweder alle Gene oder eine Auswahl von Genen werden dann von speziellen Geräten »gelesen«, um die Mutationen herauszufinden. Diesen Vorgang nennt man Sequenzierung. Um hohe Sicherheit zu gewinnen, dass die Mutationen richtig erkannt wurden und um festzustellen, wie häufig sie vorliegen, wird dieses »Lesen« etwa 1 000 bis 5 000 mal

»WIR PASSEN DIE THERAPIE WIE EINEN MASSGESCHNEIDERTEN ANZUG DEM PATIENTEN AN«.

Dr. Rainer Claus

wiederholt. Diese Diagnostik dauert heute dank modernster Analysemethoden nur etwa 1-2 Tage. Im Anschluss werden die Mutationen dann detailliert beschrieben und mit Experten aus verschiedenen Fachrichtungen interpretiert, um maßgeschneiderte Therapieempfehlungen daraus abzuleiten. Um dieses Vorgehen fest in den klinischen Alltag zu integrieren, erfolgt die Interpretation und Besprechung der Befunde sowie die Therapieempfehlung in einer wöchentlich stattfindenden Expertenkonferenz, dem molekularen Tumorboard (MTB).

Was geschieht mit dieser enormen Datenmenge?

Um die Datenmenge sinnvoll zu analysieren und im Anschluss auch interpretieren zu können, sind medizin- und bioinformatische Methoden notwendig. Die aus der Analyse des Tumors gewonnenen Daten werden mit mathematischen Verfahren analysiert und zusammen mit Molekularpathologen und Informatikern für uns Ärzte so aufbereitet, dass wir eine verlässliche Grundlage für die Befundinterpretation bekommen. Aus diesen Daten und allen weiteren vorliegenden Befunden und Ergebnissen entwickeln wir dann eine auf jeden Patienten individuell zugeschnittene Behandlungsstrategie.

Werden die Kosten für individuelle Therapien von den Krankenkassen übernommen?

Die Krankenkassen übernehmen prinzipiell Kosten für Therapien, die für eine bestimmte Tumorerkrankung in einer bestimmten Situation zugelassen sind. Da bei der personalisierten Tumorthherapie durch die molekulare Diagnostik häufig Therapiemöglichkeiten aufgezeigt werden, die keine entsprechende Zulassung besitzen, besteht grundsätzlich erst einmal keine Verpflichtung der Krankenkasse, die entstehenden Kosten zu übernehmen. Häufig geht es dabei um sehr teure Medikamente mit Monatstherapiekosten von mehreren Tausend Euro, für die noch keine großen wissenschaftlichen Studien für die spezifische Tumorerkrankung vorliegen. In solchen Fällen müssen wir mit den Krankenkassen verhandeln und die Kostenübernahme individuell beantragen (z. B. wenn wir ein Medikament, das beispielsweise für die Behandlung von Lungenkrebs zugelassen ist, bei einem Patient mit Darmtumoren einsetzen wollen). Durch einen methodisch einwandfreien Nachweis der molekularen Veränderungen, durch detaillierte Beschreibung und Interpretation sowie die Auflistung möglicher klinischer Hinweise auf Wirksamkeit erhalten wir in einer Vielzahl von Fällen einen positiven Bescheid für die Kostenübernahme durch die Krankenkasse.



Dr. Rainer Claus
II. Medizinische Klinik

Wir danken



... dem Haus der Stifter, Stiftergemeinschaft der Stadtparkasse Augsburg für die Spende von 1.303,22 Euro an den Förderverein MUKIS e.V. zu Gunsten der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben. Die MUKIS wurden bereits zum fünften Mal bei dieser gemeinnützigen Veranstaltung begünstigt.



... dem Küchenstudio Carola Graul im Sheridanpark für die Spende über 1.000 Euro an den Förderverein MUKIS e.V. zu Gunsten der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben.



... dem FORUM MEDIA GROUP für die Spende an den Bunten Kreis. Im Rahmen der Feier zum 30-jährigen Firmenjubiläum im Juni hatte FORUM alle Gäste darum gebeten, keine Geschenke mitzubringen, sondern stattdessen für den guten Zweck zu spenden. Der Endbetrag, inklusive »Aufrundung« durch FORUM belief sich bei der Scheckübergabe auf 4.500 Euro. Astrid Grotz, Stiftungs-Kuratorin, nahm den symbolischen Scheck von Norbert Bietsch, Geschäftsführer der Forum Media Group, entgegen. »Der Bunte Kreis ist eine renommierte Stiftung, die für Humanität und menschliches Miteinander steht«, sagte Norbert Bietsch und fügte hinzu: »Genau aus diesem Grund haben wir uns für den Bunten Kreis als Spendenorganisation entschieden.«

Die Auflösung der Rätsel von Seite 38:

H	I	E	R	A	I
K	L	E	R	U	S
S	O	I	R	E	E
T	N	B	G	A	U
S	D	E	R	E	N
G	E	G	E	N	B
M	A	R	K	I	E
L	O	K	A	T	N
O	F	E	N	L	T
O	M	S	T	O	U
K	N	O	S	P	E
A	S	E	A	R	M
O	A	N	T	O	N

ORGANSPENDE

- 1. BACHE
- 2. EXOTE
- 3. GILET
- 4. EXAKT
- 5. IDYLL
- 6. STALL
- 7. TROTT
- 8. EFFET
- 9. ROYAL
- 10. TROLL

BEGEISTERT




IHR SPEZIALIST FÜR LYMPHVERSORGUNG
Wir sind auch Partner für

- Brustprothesen • Rücken • Sturz
- Schlaganfall • Inkontinenz • Diabetes
- Enterale Ernährung • Wundversorgung
- Bandagen • Rollatoren • u.v.m.

Karlstraße 12 • 86150 Augsburg • Telefon 08 21 / 455 10 40
weitere Filialen in Dillingen und Neu-Ulm
www.hilscher.de

Sie brauchen uns, wir brauchen Sie

Tragen auch Sie dazu bei, dass das Klinikum Augsburg als einziges Krankenhaus der höchsten Versorgungsstufe in Schwaben, die hohe Leistungsfähigkeit und den hervorragenden medizinischen

Standard weiterhin gewährleisten kann. Unterstützen Sie die Fördervereine, die für die Patienten und das Klinikum da sind. Auf dieser Seite führen wir eine Auswahl an Möglichkeiten auf.



Kinder wollen leben, spielen, lachen e. V.
 Vorsitz: Martin Oberman
 Agnes-Graf-Straße 29, 86609 Donauwörth
www.kinder-wollen-leben-spielen-lachen.de
 IBAN: DE18 7225 0160 0190 0264 76
 BIC: BYLADEM1DON



Menschen brauchen Menschen – Förderverein für Palliativpatienten am Klinikum Augsburg e. V.
 Vorsitz: Hans Jenuwein
 Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg
 IBAN: DE19 7205 0000 0000 0546 50
 BIC: AUGSDE77XXX



»Glühwürmchen« e. V.
 Verein zur Unterstützung von krebs-, schwerst- und chronisch kranken Kindern und deren Familien
 Vorsitz: Rosmarie Schweyer,
 Brachstädter Str. 12, 86660 Tapfheim
www.gluehwuermchen-ev.de
 IBAN: DE18 7225 0160 0190 0456 82
 BIC: BYLADEM1DON



Stiftung Bunter Kreis, Stiftung zur Unterstützung von Familien mit chronisch-, krebs- und schwerstkranken Kindern
 Geschäftsführung: Horst Erhardt,
 Stenglinstraße 2, 86152 Augsburg
www.bunter-kreis.de
 IBAN: DE 64720501010000046466
 BIC: BYLADEM1AUG



Elterninitiative krebskranker Kinder Augsburg – Lichtblicke e. V.
 Vorstand: Gerd Koller,
 Geschäftsführung: Thomas Kleist,
 Neusässer Str. 43a, 86156 Augsburg
www.krebskranke-kinder-augsburg.de
 IBAN: DE20 7205 0000 0000 0373 66
 BIC: AUGSDE77XXX

Förderkreis des Tumorzentrums Augsburg e. V.
 Vorstand: Prof. Dr. Martin Trepel und PD Dr. Georg Stüben,
 Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg
www.tumorzentrum-augsburg.de
 IBAN: DE88 7205 0000 0810 5283 72
 BIC: AUGSDE77XXX



mukis – Förderverein der Klinik für Kinder und Jugendliche Augsburg e. V.
 Vorsitz: Max Strehle,
 Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg
www.mukis-augsburg.de
 IBAN: DE43 7205 0000 0000 0316 17
 BIC: AUGSDE77XXX



Fördergemeinschaft Herzzentrum Augsburg-Schwaben e. V.
 Vorsitz: Max Strehle,
 Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg,
www.herzzentrum-augsburg.de
 IBAN: DE10 7205 0101 0000 0034 00
 BIC: BYLADEM1AUG



Förderkreis für krebskranke Kinder im Allgäu e. V.
 Vorsitz: Stephan Bartzack,
 Steufzger Straße 41 b, 87435 Kempten
www.foerderkreis-krebskranke-kinder-allgaeu.de
 IBAN: DE38 7339 0000 0000 0240 23
 BIC: GENODEF1KEV



Stiftergemeinschaft zur Förderung des Klinikums Augsburg
 Vorsitz: Max Strehle,
 Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg
 IBAN: DE38 7205 0101 0200 6271 23
 BIC: BYLADEM1AUG



Gesellschaft zur Förderung des Zentralklinikums Augsburg e. V.
 Vorsitz: Max Strehle
 Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg
 IBAN: DE67 7205 0101 0380 0028 81
 BIC: BYLADEM1AUG



Kinderkrebshilfe Königswinkel
 Vorsitz: Dr. Rainer Karg
 Sonnenstr. 9, 87642 Halblech
www.kinderkrebshilfe-koenigswinkel.de
 IBAN: DE12 7336 9933 0000 3208 20
 BIC: GENODEF1RHP

Gesundheit schenken – mit Gutscheinen vom Heilbad Krumbad

Heilbad Krumbad

Krumbad

Lebensfreude und Lebensenergie

Wohlfühlen · Regenerieren · Genießen

Das Heilbad Krumbad stellt als qualitativ hochwertiges Gesundheitshaus auf Basis einer außergewöhnlichen Symbiose aus Therapie, Reha, Hotel, Gastronomie, Wohlfühl- und Tagungsdomizil den Mensch in den Mittelpunkt seines Handelns. Das Krumbad hat ganzjährig geöffnet.

Bischof-Sproll-Straße 1 · 86381 Krumbach
 Telefon: (0 82 82) 906-0
info@krumbad.de · www.krumbad.de

Der neue Kia Ceed Sportswagon. Bewegt Großes.

Kia Ceed Sportswagon 1.4 EDITION 7
für € 169,00¹
 mtl. finanzieren

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung. KIA The Power to Surprise

Der neue Kia Ceed Sportswagon zeigt, wie Kompaktklasse heute geht: ausdrucksstarkes Design, intelligente Assistenzsysteme² und ein Laderaumvolumen von bis zu 1.694 l. Seine effizienten Motoren erfüllen bereits heute die Abgasnorm Euro 6d-TEMP. Damit ist der neue Kia Ceed Sportswagon wie geschaffen für lange und kurze Reisen. Kurz: Er bewegt Großes.

Frontkollisionswarner³ · Rückfahrkamera⁴ · LED-Scheinwerfer · Beheizbares Lenkrad · Sitzheizung vorn und hinten · Elektrisch bedienbare Heckklappe · 7-Jahre-Kia-Herstellersgarantie⁴, das Kia Qualitätsversprechen · u. v. a.

Kia Ceed Sportswagon 1.4 EDITION 7, 73 kW (100 PS)¹			
Nettodarlehensbetrag	€ 17.187,30	Laufzeit in Monaten	48
Anzahlung	€ 0,-	48 mtl. Raten à	€ 169,00
Gebundener Sollzinssatz p.a.	0,77 %	Effektiver Jahresszins	0,77 %
Schlussrate	€ 9.487,40	Gesamtkreditbetrag	€ 17.599,72

Kraftstoffverbrauch Kia Ceed Sportswagon 1.4 EDITION 7 (Super, Manuell (6-Gang)), 73 kW (100 PS) in l/100 km: innerorts 8,0; außerorts 5,4; kombiniert 6,4. CO₂-Emission: kombiniert 145 g/km. Effizienzklasse: C¹.

Gerne unterbreiten wir Ihnen Ihr ganz persönliches Angebot. Besuchen Sie uns und erleben Sie den neuen Kia Ceed Sportswagon bei einer Probefahrt.

TIERHOLD

Auto. Service. Qualität.

Automobile Tierhold GmbH
 Unterer Talweg 48
 86179 Augsburg
 t 0821-808 99-0
tierhold.com

¹Max. 150.000 km Fahrzeug-Garantie. Abweichungen gemäß den gültigen Garantiebedingungen, u. a. bei Lack und Ausstattung.
²Ein repräsentatives und unverbindliches Finanzierungsangebot der KIA Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH (Darlehensgeber), Friedrich-Ebert-Anlage 35-37, 60327 Frankfurt am Main. Abgebildetes Modell kann zusätzliche kostenpflichtige Ausstattungspakete und Sonderzubehör enthalten, die im Finanzierungsangebot nicht berücksichtigt sind. Vorstehende Jahreszins-Angaben stellen den Beispielwert des nach § 6a Abs. 4 PAngV zu erwartenden effektiven Jahreszinses in 2/3 aller voraussichtlich aufgrund der Werbung zustande kommender Verträge dar. Verbraucher haben gemäß § 355 und § 495 BGB ein Widerrufsrecht. Angebot gültig bis 31.12.2018 und nur solange der Vorrat reicht.
³Der Einsatz von Assistenz- und Sicherheitssystemen entbindet nicht von der Pflicht zur ständigen Verkehrsbeobachtung und Fahrzeugkontrolle.
⁴Bei umgekappter Rücktrittsbank, nach VDA.
 Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

Perücken-Spezialist

Direkt im Klinikum Augsburg
 Klinikum Augsburg (Perücken-Spezialist)
 Stenglinstraße 2 · Telefon 0821 44 33 05

- Echthaarperücken, große Auswahl an Kunsthaarperücken auch zum Tarif der Krankenkassen
- Komplette Abwicklung gegen Rezept

www.peruecken-maier.de

Porto zahlt Empfänger

KLINIKUM AUGSBURG
 Unternehmenskommunikation
 Redaktion
 »GESUNDHEIT ganz groß«
 Stenglinstraße 2
 86156 Augsburg

Sie wollen unser Gesundheitsmagazin regelmäßig lesen und kostenlos abonnieren, schnell und unkompliziert?

Dann bitte hier Ihre Adresse eingeben, an uns zurückschicken und Sie erhalten das Magazin viermal jährlich direkt mit der Post nach Hause. Ihre Vorteile:

- Gratis-Abonnement zu Informationen rund um Medizin und Gesundheit
- Viermal jährlich Lieferung frei Haus in Ihren Briefkasten
- Flexible Laufzeit, jederzeit kündbar

Herr/Frau: _____
 Vorname, Nachname: _____
 Straße: _____
 PLZ, Ort: _____

Für den Fall, dass nach meinem Tod eine Spende von Organen/Geweben zur Transplantation in Frage kommt, erkläre ich:

JA, ich gestatte, dass nach der ärztlichen Feststellung meines Todes meinem Körper Organe und Gewebe entnommen werden.

oder JA, ich gestatte dies, mit Ausnahme folgender Organe/Gewebe:

oder JA, ich gestatte dies, jedoch nur für folgende Organe/Gewebe:

oder NEIN, ich widerspreche einer Entnahme von Organen oder Geweben.

oder Über JA oder NEIN soll dann folgende Person entscheiden:

Name, Vorname _____ Telefon _____
 Straße _____ PLZ, Wohnort _____

Platz für Anmerkungen/Besondere Hinweise

DATUM _____ UNTERSCHRIFT _____

Kostenloses Abo direkt in den Brief- kasten.



Ihr persönlicher Organspendeausweis

Füllen Sie den Organspendeausweis bitte deutlich und lesbar aus und legen Sie ihn am besten zu Ihren Personalpapieren, die Sie immer bei sich tragen. Sollten Sie Ihre Entscheidung rückgängig machen oder ändern wollen, zerreißen sie den Ausweis und füllen Sie einen neuen aus. Ausweisvordrucke erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse oder privaten Krankenversicherung, in Gesundheitsämtern, in vielen Apotheken und Arztpraxen und bei der BZgA.

Mit dem Organspendeausweis schaffen Sie Klarheit und ersparen Ihren Angehörigen unter Umständen eine große Belastung. Damit Ihre nächsten Angehörigen Ihre persönliche Entscheidung kennen, ist es wichtig, dass Sie mit ihnen darüber sprechen.

Organspendeausweis

nach § 2 des Transplantationsgesetzes



Organspende

Name, Vorname Geburtsdatum

Straße PLZ, Wohnort



Antwort auf Ihre persönlichen Fragen erhalten Sie beim Infotelefon Organspende unter der gebührenfreien Rufnummer 0800/9040400.



WALDBURG-ZEIL
KLINIKEN



Dank Reha Kraft und neue Energie schöpfen.
Pläne schmieden.

Argentalklinik, Isny-Neutrauchburg
Parksanatorium Aulendorf

Klinik Alpenblick, Isny-Neutrauchburg
Klinik Schwabenland, Isny-Neutrauchburg

Telefon: +49 (0) 7562 71-1135

www.wz-kliniken.de

Ein Stück Leben.