

HERZ - JOURNAL



Eine Torte für das Geburtstagskind
Stadtrat W.Riedler, Präsidentin J. Zirkl, Bundesgeschäftsf. H. Schultner, LAbg. U. Lackner, Stadträtin E. Edlinger (von links)

Foto: M. Zirkl

25 Jahre Herzverband
Landesverband Steiermark

ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND

Dr. Jakub Krumnikl D.E.A.A.

Klinik f. Anästhesiologie und Intensivmedizin
Dept. f. Herz-u. Gefäßanästhesie u. Intensivmedizin
LKH-Univ.-Klinikum Graz
Auenbruggerplatz 29
8036 Graz

Jahren gewandelt. Neben der intraoperativen Betreuung der Patienten kommt auch der präoperativen Therapie und Risikoevaluation durch den Anästhesisten und der postoperativen Therapie auf der Intensivstation (meist ebenfalls durch Herzanästhesisten oder speziell ausgebildete Intensivmediziner) eine entscheidende Bedeutung zu.

Dies ist auch in der Herz-Anästhesie so.

Herznarkose

Ein zunehmend großer Anteil von Patienten leidet, bedingt durch das zunehmende Alter der Bevölkerung, heute an Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems (Bluthochdruck, Herzinsuffizienz, Erkrankungen der Herzkranzgefäße und der Herzklappen), des Stoffwechsels (Diabetes mellitus mit seinen Begleiterkrankungen), der Lunge (Asthma, chronisch obstruktive Lungenerkrankungen), der Nieren, der Leber und nicht zuletzt des zentralen Nervensystems (z.B. Patienten mit Schlaganfall).

Die Arbeit des Anästhesisten beschränkt sich daher nicht nur auf die Erzeugung, Aufrechterhaltung und Beendigung einer Narkose, sondern umfasst eine Vielzahl von Aufgaben. Eine der wichtigsten Aufgaben und Herausforderungen für den Herzanästhesisten besteht in der Aufrechterhaltung eines möglichst stabilen Kreislaufes bei einem „herzkranken“ Patienten. Dies ist oftmals nicht allein durch eine sorgfältige Auswahl der Narkosemedikamente möglich, sondern erfordert häufig auch eine Therapie mit Kreislauf unterstützenden Medikamenten.

Ebenso wichtig ist die Sicherung einer ausreichenden Sauerstoffversorgung durch eine künstliche, maschinelle Beatmung, die vorhandenen Lungenerkrankungen Rechnung trägt. Erkrankungen der Leber und der Nieren müssen im Narkosekonzept ebenfalls berücksichtigt werden, da diese Erkrankungen unter anderem mit Störungen der Blutgerinnung und des Elektrolythaushaltes einhergehen und nicht zuletzt wesentlichen Einfluss auf den Abbau von Medikamenten haben. Verschlechterungen der Nierenfunktion müssen entsprechend der Ursache behandelt werden. Auch Entgleisungen des Blutzuckers bei Diabetikern müssen verhindert werden, weil wissenschaftliche Erkenntnisse gezeigt haben, dass Entgleisungen während der Operation die Operationsergebnisse negativ beeinflussen.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Arbeit des Anästhesisten besteht im angepassten Ersatz von Verlusten an Flüssigkeiten und Blutgerinnungskom-



Abbildung einer Herz-Lungen-Maschine. Die Herz-Lungen Maschine dient dazu während einer Herz-Operation für eine gewisse Zeit Herz- und Lunge zu ersetzen. Dadurch ist es möglich das Herz anzuhalten um am stillstehenden Herzen die Operation durchführen zu können.

Die Narkose ist heute eine Selbstverständlichkeit, so dass man sich eine Operation ohne Anästhesie und die damit früher verbundenen Schmerzen nicht mehr vorstellen kann. Bis zum 19. Jahrhundert gab es nur wenige Möglichkeiten und Mittel Schmerzen zu lindern. Erst mit der Einführung der Äthernarkose 1846 stand ein Verfahren zur kompletten Schmerzausschaltung zur Verfügung.

Die enormen Fortschritte der anästhesiologischen und intensivmedizinischen Patientenversorgung in der Herzchirurgie in den letzten 20 Jahren haben zusammen mit immer weiter verfeinerten chirurgischen Techniken dazu geführt, dass heute auch schwer kranke Patienten sicher betreut werden können. Dabei hat sich auch das Berufsbild des Herzanästhesisten in den letzten

Anästhesie allgemein

Das Ziel einer Allgemeinanästhesie ist die Erzeugung einer vollständigen Toleranz für operative Eingriffe. Um diese Toleranz zu erzeugen muss die Allgemeinanästhesie folgende Qualitäten erfüllen:

1. Ausschaltung des Bewusstseins, auch als Hypnose (griechisch = Schlaf) bezeichnet
2. Erzeugung einer Gedächtnislücke für die Zeit der Operation (= Amnesie)
3. Erzeugung einer absoluten Schmerzfreiheit (Analgesie)
4. Bei Bedarf Erzeugung einer Muskelentspannung (Relaxation).

Diese Ziele werden prinzipiell bei allen Narkosen durch die Kombination verschiedener Medikamente erreicht.

ponenten durch Blutungen und Verdunstung.

Herzanästhesie präoperativ:

Mit all diesen Erkrankungen und Problemen wird der Anästhesist, insbesondere aber der Herz-Anästhesist konfrontiert. Sie stellen eine besondere Herausforderung dar. Daher arbeiten im Bereich der Herzanästhesie nur Anästhesisten mit langjähriger Erfahrung.

Um vor der Operation die persönliche Krankheitssituation des Patienten festzustellen, müssen vor einer Herzoperation zahlreiche Untersuchungen durchgeführt werden. Liegen diese Befunde vor, wird vom Anästhesisten eine Risikoabschätzung durchgeführt und anschließend in einem Aufklärungsgespräch mit dem Patienten der Ablauf und die potentiellen Risiken besprochen.

Herzanästhesie intraoperativ:

Bereits vor der Operation erhalten die Patienten auf der Station als sogenannte Prämedikation ein beruhigendes Medikament, das die Aufregung eindämmen und den späteren Narkosebedarf vermindern soll.

Damit der Anästhesist während der Operation all seinen Aufgaben gerecht werden kann benötigt er ähnlich wie ein Pilot zum Fliegen diverse Überwachungssysteme.

Deshalb wird im so genannten Einleitungsraum der Patient monitiert. Darunter versteht man in einem ersten Schritt das Anlegen eines EKG zur Überwachung der Herzfrequenz, einer pulsoxymetrischen Messung (nichtinvasive Messung der Aufsättigung des arteriellen Blutes mit Sauerstoff) und die Anlage eines arteriellen Katheters in örtlicher Betäubung zur exakten und kontinuierlichen Messung des Blutdruckes. Danach wird durch die Verabreichung der „Narkosemedikamente“ die eigentliche „Anästhesie“ eingeleitet.

Schläft der Patient wird er intubiert (Einführung eines Beatmungstubus in die Luftröhre) um den Atemweg zu sichern und eine maschinelle Beatmung durchführen zu können. Das Beatmungsgerät ermöglicht darüber hinaus zusammen mit über den arteriellen Katheter entnommenen Blutgasanalysen die Möglichkeit die Lungenfunktion zu

überwachen. Anschließend beginnt der zweite Schritt des Monitorings.

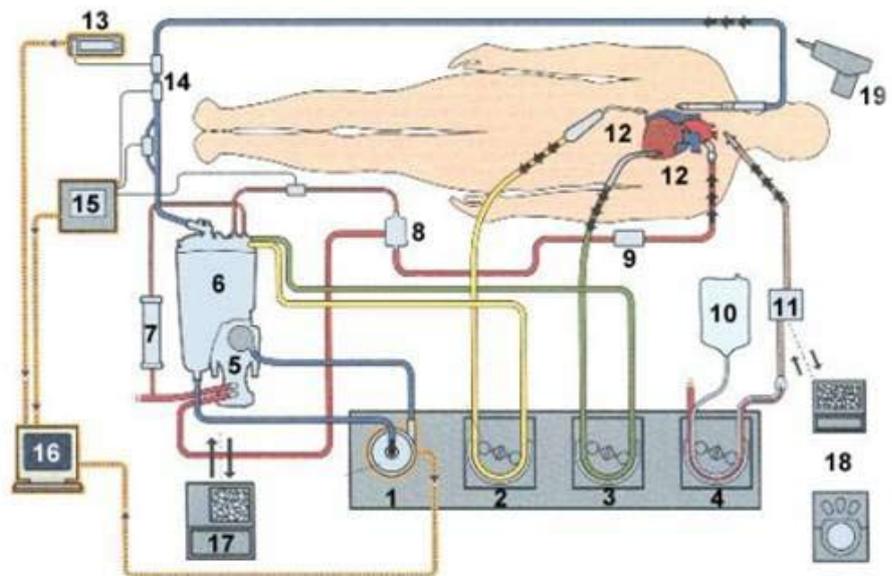
Dieses umfasst bei praktisch allen Patienten die Anlage eines zentralen Venenkatheters, einer Magensonde und eines Blasenkatheters. Die mit Hilfe dieser Maßnahmen gemessenen Parameter und Werte ermöglichen es dem Herzanästhesisten die Narkose und den Kreislauf des Patienten während der Operation zu steuern und einen stabilen Operationsverlauf zu gewährleisten.

Bei Patienten mit schlechter Herzfunktion, veränderten Herzklappen oder sonstigen schweren Begleiterkrankungen wird vom Anästhesisten im Bedarfsfall das Monitoring erweitert.

Heutzutage wird ein Großteil der

Herzoperationen am offenen Herzen und mit Hilfe der Herz-Lungenmaschine durchgeführt. Nur mit ihrer Hilfe ist es möglich das Herz für eine gewisse Zeit „anzuhalten“, ohne dass die übrigen Organe einen Schaden erleiden, weil ihnen durch die Herz-Lungen-Maschine ausreichend Blut und damit Sauerstoff zur Verfügung gestellt werden kann. Gesteuert wird die Herz-Lungen-Maschine von Kardiotechnikern.

Ein besonders kritischer Zeitpunkt bei jeder Herz-Operation ist die Phase, bei der die Aufrechterhaltung des Kreislaufes durch die Herz-Lungen-Maschine beendet wird und das operierte Herz den Kreislauf wieder übernehmen muss. In dieser Phase ist eine enge Zusammen-



Herz-Lungen-Maschine (HLM) / Extrakorporale Zirkulation

Abbildung TERUMO (Deutschland) GmbH

Der Blutfluss an der Herz-Lungen-Maschine (sehr vereinfacht):

Das sauerstoffarme (venöse) Blut wird über eine Kanüle (12) vom rechten Vorhof des Herzens mit Hilfe einer Pumpe (2) in das Reservoir (6) der HLM befördert. Von dort gelangt es in den sogenannten Oxygenator (5) in dem das Blut mit Sauerstoff angereichert und Kohlendioxid aus dem Blut entfernt wird. Anschließend befördert die arterielle Pumpe (1, die eigentliche Hauptpumpe, die die Herzarbeit verrichtet und das Herz ersetzt) das jetzt sauerstoffreiche Blut über verschiedene Messeinheiten (13, 15, 16), einen sogenannten Wärmeaustauscher (17), dient dazu das Blut auf die gewünschte Temperatur zu erwärmen oder abzukühlen) und die sogenannte arterielle Kanüle (12) in die Hauptschlagader (Aorta) und damit zurück in den Kreislauf des Menschen.

Daneben besitzt die HLM noch diverse Sauger (3), Filter (8), Detektoren und die sogenannte Kardioplegieeinheit mit Pumpen (4), Kardioplegielösung (10) und eigenem Wärmeaustauscher (11).

Die Kardioplegielösung ist eine Kaliumreiche Flüssigkeit, die einen kontrollierten Herzstillstand auslöst, dadurch den Sauerstoffverbrauch des Herzens senkt und es vor Sauerstoffmangel schützt.

arbeit von Anästhesisten, Kardiotechnikern und Herzchirurgen unabdingbar.

Aber auch in den anderen Phasen einer Herzoperation ist eine gute Zusammenarbeit und ein gegenseitiges Vertrauen in die Fähigkeiten des anderen Fachgebietes notwendig. Der Anästhesist erfüllt dabei nicht nur die Rolle des „Wächters und Korrektors“ der Herz-Kreislauffunktion und des Schlafes, sondern in Zusammenarbeit mit Herzchirurgen und Kardiotechnikern des ganzen Menschen. Das gemeinsame Ziel bei einer Herzoperation ist es, nicht nur das Herz zu „reparieren“ sondern mehr Leistungsfähigkeit und damit Lebensqualität für den Patienten zurück zu gewinnen.

Perspektive / Zukunft:

Praktisch alle Herz-Operationen, die

mithilfe einer Herz-Lungen-Maschine durchgeführt werden sind große Operationen, die mit erheblichen Blutverlusten einhergehen können. Erschwerend kommt hinzu, dass die Blutgerinnung für eine Operation an der Herz-Lungen-Maschine aufgehoben werden muss. Ein weiterer Faktor ist, dass durch die Herz-Lungen-Maschine das Kreislaufvolumen des Patienten erheblich vergrößert wird und es dadurch zu einer „Verdünnung“ des Blutes kommt. Eine gewisse Konzentration an roten Blutkörperchen pro ml Blut darf aber nicht unterschritten werden, da sonst eine ausreichende Versorgung der Organe mit Sauerstoff nicht gewährleistet ist. Daher ist der Verbrauch von Blutkonserven in der Herzchirurgie hoch.

Blutkonserven und diverse Blut- und Gerinnungsprodukte, die aus mensch-

lichem Blut gewonnen werden sind durch die heutigen, verbesserten Testverfahren so sicher wie nie zuvor. Aber es gibt neben einem verbliebenen kleinen Restrisiko für Infektionen (HIV, Hepatitis) weitere Nachteile, die mit der Gabe von Blutkonserven einhergehen. So kann es beispielsweise nach Konservengabe zu einer deutlichen Schwächung des Immunsystems und damit zu einer erhöhten Infektanfälligkeit kommen.

Daher ist eines der Ziele eine weitere Verbesserung der schon bisher vorhandenen Möglichkeiten der Einsparung von Fremdblut. Dies kann auf verschiedene Arten geschehen.

1. Verkleinerung und Erhöhung der Leistung der Herz-Lungen-Maschinen, was zu einer Verkleinerung des Kreislaufvolumens und damit auch zu einer geringeren Blutverdünnung führt.
2. Verfeinerung der Operationstechniken und Zunahme der sogenannten Knopflochchirurgie.
3. Entwicklung von künstlichen Sauerstoffträgern (künstliche rote Blutkörperchen), deren Ergebnisse aber bisher leider enttäuschend sind.

Weitere Fortschritte wird es auf dem Gebiet der Überwachung von Patienten geben, die es ermöglichen werden Probleme noch früher zu erkennen. Große Anstrengungen werden unternommen, neue, Kreislauf unterstützende Medikamente mit neuen Wirkprofilen und weniger Nebenwirkungen zu entwickeln. Und nicht zuletzt wird die Entwicklung von immer kleineren, leistungsfähigeren und langlebigen mechanischen Herzunterstützungsverfahren vorangetrieben, die Patienten mit einer sehr schlechten Herzfunktion für ein Weiterleben mit einer besseren Lebensqualität sorgen sollen.

Diese kommenden Fortschritte werden zu einer weiteren Spezialisierung der Herz-Anästhesie und des Herz-Anästhesisten führen. Bleiben wird, dass eine Herzoperation auch künftig nur durch eine gute Zusammenarbeit von Herzchirurgie, Herz-Anästhesie und Kardiotechnik möglich sein wird.



Anästhesie Arbeitsplatz Herz-OP (erweitert):

Narkosemaschine: Narkosemaschinen sind Beatmungsgeräte, die speziell für die Bedürfnisse während einer Operation ausgerichtet sind und die Verabreichung von Narkosegasen ermöglichen.

1. NO-Gerät: Ermöglicht die Verabreichung von NO (Stickstoffmonoxyd). NO wird eingesetzt um im Bedarfsfall die Lungendurchblutung zu verbessern.
2. Echogerät: Dient nach Anschluß einer TEE (siehe Text) dazu während der Herz-Operation eine Ultraschalluntersuchung des Herzens durchzuführen.
3. Spritzenpumpen: Dienen dazu Medikamente während der Operation kontinuierlich zu verabreichen.

In dieser Abbildung fehlen die Monitore für die Überwachung der sogenannten Vitalparameter (EKG, Blutdruck, Sauerstoffsättigung, etc.)

Teil 4: Sommer

**DI Dr. Claudia
Brandner**

Dipl. Ernährungsbe-
raterin nach der Chinesischen Diätetik
Dipl. Shaolin Qi-
Gong Lehrerin
Informationen
unter:
www.QM4you.at



Laue Sommernächte, heiße Tage, schwüle Nachmittage und darauf folgender Regen. Der Sommer hat viel Hitze und Feuchtigkeit für uns parat. Hitze, die es gilt zu kühlen und Feuchtigkeit, die es gilt zu zügeln. Die Nahrung und die Lebensführung können gezielt dazu eingesetzt werden.

Zu viel Hitze im Außen geht leicht auf das innere Klima im Körper über und erzeugt Kopfschmerzen, Schwindel, Hitzesensationen, erhöhten Blutdruck, Übelkeit udgl. mehr. Wenn Feuchtigkeit von Außen nach Innen eindringt entstehen Müdigkeit und Trägheit, Schlafstörungen, Aggressionen, innere Unruhe und Konzentrationsprobleme. Aus diesen Gründen ist es wichtig, die äußeren Hitze und/oder Feuchtigkeit mit der Nahrung auszugleichen, damit sie nicht ins Körperinnere eindringen können.

Im Sommer ist es ratsam, trotz Hitze, den Verdauungsapparat nicht mit zu viel kalten Speisen und Getränken zu „füttern“, denn diese schwächen das Verdauungsfeuer. Jenes Feuer im Körper, das brennen muss um den Stoffwechsel gut in Schwung zu halten. Die aufgenommene Nahrung sollte daher erfrischend und kühlend und nicht kalt sein.

Übermäßige Kälte liefern z.B. Speiseeis und eisgekühlte Getränke. Diese führen zu einem Kälteüberschuss im Körper und damit zu Übelkeit und Erbrechen. (Ich spreche hier von großen Mengen und häufigem Genuss). Ebenso sollte ein zuviel an Hitze und Bitterstoffen im Sommer vermieden werden, wie z.B. Kaffee oder Gegrilltes. Dafür können die Speisen ruhig ein wenig schärfer sein, denn im Sommer ist das Herzfeuer (wir

sind zeitlich gerade im Feuerelement) relativ stark und dies kann die Aufgaben des Funktionskreises Lunge beeinträchtigen. Mit etwas mehr an Scharf wird der Funktionskreis Lunge gestützt und damit das Wechselspiel zwischen den Elementen Feuer und Metall (= Herbst) in Balance gehalten.

Das Getreidefrühstück im Sommer verträgt auch kühlende Teile. So

kann zum Dinkelbrei Joghurt gegessen werden. Das Angebot an Obst- und Gemüsesorten ist jetzt reichhaltig und sollte auch genutzt werden. Für die Zubereitung empfiehlt es sich, Obst und Gemüse in Form von Rohkost am Vormittag bis hin gegen Mittag zu verzehren. Gegen Abend dann sollte eher den saftigen Zubereitungsarten der Vorzug geben werden. Es gibt unglaublich viele Suppenrezepte, auch solche, die „kalt“ gegessen werden. Toben Sie sich aus und verfeinern Sie die Suppen immer mit verschiedenen frischen Kräutern. Diese unterstützen die Verdauung. Wenn Sie grillen, sorgen Sie für einen thermischen Ausgleich. Z.B. eine Joghurtsauce oder Salate zum Lammkotelett wirken ausgleichend auf die Hitze des Gegrillten. Achten Sie immer auf eine Kopfbedeckung und genießen Sie die Mittagszeit in Ruhe.

In der Zeit, wo die Sonne hoch steht, braucht der Mensch auch wenig Schlaf. Man sollte sich aber vor Überanstrengung hüten und nicht zu viel Schweiß verlieren. Und sich vor allem nicht zu lange der Sonne aussetzen. Eine Mittagspause stärkt den Körper - vor allem im Sommer sehr - Siesta halten!

Noch ein paar Infos zum Sommer = Feuerelement

Laut Chinesischen Kalender begann am 16. Mai 2009 die Sommerzeit. Dem Sommer wird das Element Feuer zugeordnet. Das Element Feuer steht für eine

klare Unterscheidung zwischen Illusion und Wirklichkeit, für eine Wahl zwischen nützlich und sinnlos sowie für das Erkennen des inneren Potentials. Das Feuerelement steht für einen klaren Verstand, welcher die Möglichkeiten für die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit, der eigenen Potentiale erkennt. Es steht für einen guten sprachlichen Ausdruck und für die Begeisterungsfähigkeit – mit Feuereifer bei der Sache sein. Feuer steht für das Funkeln in den Augen und für eine innere Ausgeglichenheit beim Herangehen an die eigene Lebensaufgabe.

Mehr Details zu den Lebensmitteln

Wassermelonen & Co. Empfohlen wird, während des Sommers viel Flüssigkeit zu sich nehmen und kühlende (nicht kalt wirkende) Lebensmittel zu essen, wie z.B. Wassermelonen, Spargel, Gurken, Tomaten, Karotten, Spinat, Tofu, Melanzani, Rettich, Radieschen, Birnen, Zwetschken, Pfirsichen, Mungbohnen, grünem Tee, Morcheln, Erdbeeren, Schweine- und Hühnerfleisch sowie Mais und Weizen.

Schädliche Kälte. In Eiscreme, kalten Getränken und Klimaanlage sieht die TCM, die Traditionelle Chinesische Medizin, hingegen die Gefahr schädlicher Kälteeinflüsse auf einen nicht in der Balance befindlichen Körper. Das ist, als ob man die Temperatur von kochendem Wasser zu reduzieren versucht, indem man kaltes Wasser dazu gibt. Das kühlt nur für kurze Zeit ab. Man kann aber den Gashahn am Herd abdrehen, um das Wasser langsam abkühlen zu lassen. Deshalb macht es Sinn, „hitze“ Lebensmittel zu reduzieren oder besser ganz wegzulassen.

Hitze Lebensmittel. Die TCM rät, im Sommer keine oder nur selten gegrillte, geräucherte, gebackene und scharfe Speisen sowie viel Süßes zu essen. Viel Süßes erzeugt zu viel Feuchtigkeit im Körper, die sich in Schleim umwandeln kann. Beispiele für „hitze“ Lebensmittel und Gewürze: Ingwer, Lamm- Wild- und Ziegenfleisch, Knoblauch, Curry, Basilikum, Koriander, Pfeffer, Zwiebel, Garnele, Kümmel und Bärlauch. Nimmt man im Sommer häufig hitzige Lebensmittel zu sich, zerstört man die Körperbalance und damit wird die Anzahl der Beschwerden erhöht.

Sommerfrische Grüße!

Univ.-Prof. Dr. Harald Dobnig
Facharzt für Endokrinologie und Stoffwechsel
Med. Uni Graz



Vitamin D als Stütze für einen kräftigen Knochenapparat ist lange schon im Fokus der Forschung. Erstmals zeigt eine Langzeitstudie der Med Uni Graz nun einen anderen sensationellen Einfluss auf:

Ein Mangel an diesem Vitamin steht in Zusammenhang mit einem höheren Sterblichkeitsrisiko.

Die internationale Fachwelt hat bei der Veröffentlichung der Studienergebnisse aufgehört. Die 8-jährige Studie, an der 3.200 Menschen in einem Durchschnittsalter von 62 Jahren teilnahmen, zeigte auf, dass PatientInnen mit Vitamin D-Blutwerten in der unteren Hälfte des empfohlenen Wertes ein bis zu doppelt so hohes Todesrisiko aufwiesen. Weiters konnte ein Zusammenhang zwischen wichtigen Erkrankungen wie z.B. Schlaganfall, Krebs und Herzmuskelschwäche und dem Fehlen von Vitamin D festgestellt werden.

Durchgeführt wurde die Studie in Ludwigshafen unter der Federführung von Univ.-Prof. Dr. Winfried März, analysiert und veröffentlicht von Univ.-Prof. Dr. Harald Dobnig von der Klinischen Abteilung für Endokrinologie und Nuklearmedizin in Graz, gemeinsam mit seinem Kollegen Dr. Stefan Pilz. 80-90% des Vitamin D wird dank des Sonnenlichts über eine chemische Reaktion in den unteren Hautschichten dem Körper zugeführt, nur 10-20% stammen aus der Ernährung. Vitamin D-Mangel ist weltweit sehr verbreitet, was mit zu wenig Sonnenlicht zu tun hat. Bewegungsmangel, Urbanisierung, aber auch Luftverschmutzung verringern das Maß an Sonnenminuten, das der moderne Mensch täglich konsumiert.

Darüber hinaus sind viele Länder einfach topographisch benachteiligt, da die Anzahl der Sonnenstunden dort generell geringer ist. Ab einer gedachten Linie nördlich von Rom etwa ist der Sonnenstand von Oktober bis März zu flach, um auf eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D zu kommen. Zurzeit ist es nicht möglich, die Konsequenzen eines

Vitamin D-Mangels auf einige wenige grundlegende Mechanismen zu reduzieren.

Hier steht die Forschung noch am Anfang. Aber es scheint so, dass eine ausreichende Versorgung mit diesem Vitamin auf mehreren Organen notwendig ist und neben den bekannten Auswirkungen auf den Knochen immunologische, gefäßbiologische und muskuläre Prozesse positiv beeinflusst werden. „Zum jetzigen Zeitpunkt ist es jedenfalls wichtig darauf hinzuweisen, dass niedrige Vitamin D-Werte mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko verbunden sein können“, führt Harald Dobnig aus. Insbesondere Menschen von denen wir wissen, dass sie häufig sehr niedrige Werte haben, wie etwa immobile und ältere PatientInnen, BewohnerInnen von Alters- und Pflegeheimen oder Menschen, die überwiegend nachts oder in geschlossenen Räumen arbeiten, sollten großzügiger mit Vitamin D versorgt werden. Menschen mit auffälliger Muskelschwäche

in den Oberschenkeln, stärkerem Knochenschwund oder mit diffusen Knochen- und Muskelschmerzen wird empfohlen, ihren Vitamin D-Spiegel bestimmen zu lassen.

Die Studie wurde unter anderem im renommierten US-Journal „Archives of Internal Medicine“ veröffentlicht und stieß auf großes Medieninteresse. Weltweit erschienen innerhalb weniger Tage hunderte Presseartikel und Kommentare dazu. Im Gegensatz zu den Studien, die mit den Vitaminen A, C, E oder Betacarotin gemacht wurden und die keine eindeutigen Vorteile gezeigt haben, handelt es sich beim Vitamin D um einen tatsächlichen Mangelzustand eines Vitamins und ein entsprechender Ausgleich, so nimmt man an, könnte hier ganz andere Ergebnisse liefern. Vor allem, weil ein Mangel an Vitamin D sehr leicht behoben werden kann.



Funktion

Vitamin D (Calciferole) steht für eine Gruppe von mehreren Substanzen, die den Kalzium- und Phosphatstoffwechsel und damit den Knochenbau sowie die Zahnentwicklung fördern. Zu geringe Mengen führen zur Entkalkung der Knochen oder zu Rachitis. Neuesten Ergebnissen zufolge hat Vitamin D darüber hinaus wichtige Einflüsse auf immunologische und entzündliche Prozesse, beeinflusst Muskelstoffwechsel sowie Zellteilung und -ausreifung.

Vorkommen

Im Gegensatz zu anderen Vitaminen ist der Körper in der Lage, Vitamin D aus Cholesterin selbst herzustellen. Die Voraussetzung dafür ist Sonnenlicht – etwa 15 Minuten UV-Strahlung täglich genügen, um den Tagesbedarf während der Sommermonate zu decken. Dies dürfte jedoch nicht für alle gelten, insbesondere für ältere Menschen, deren Kapazität Vitamin D in der Haut zu produzieren eingeschränkt ist.

Vitamin D kann auch über die Nah-

rung aufgenommen werden, jedoch ist die empfohlene Dosis sehr schwer zuführbar, da nur wenige Lebensmittel Vitamin D enthalten, wie z.B. Eier, Avocados, Kuhmilch, Fisch Heringe, Lachs, Sardinen, Fischleberöl, Thunfisch oder Champignons. Vitamin D bleibt beim Garen aktiv, es ist bis zu 180° C hitzestabil. Auch in der Lagerung bleibt es gut erhalten.

Bedarf

Es ist zu erwarten, dass durch neue Studienergebnisse die empfohlenen

Vitamin D Dosen erhöht werden.

Bislang ging man für den Erwachsenen von einem Tagesbedarf von 400 Einheiten (5 Mikrogramm) pro Tag aus. Das dürfte in vielen Fällen jedoch zu niedrig angesetzt sein. Für Menschen ab etwa 65 Jahren empfehlen Experten derzeit 1000 IE täglich, für gehbehinderte, immobile PatientInnen sind zum Teil deutlich höhere Dosen erforderlich. Auch für Schwangere und Kinder gelten andere Dosen.

Quelle: Meditio, Med.Uni Graz

Presseinfo der Med. Uni Graz

OA. Dr. Peter Oberwalder
Univ.-Klinik für
Chirurgie Graz

Erstmalige, in Österreich neue Bypass-OP-Technik speziell für Risikopatienten an der Univ. Klinik für Chirurgie bringt raschere Genesung, eine um 1/3 verkürzte OP-Dauer und reduziert das OP-Risiko; Gerätetechnik ermöglicht präzisere Naht als von Chirurgenhand.



Graz, am 23. März 2009: An der Grazer Univ.-Klinik für Chirurgie, Klinische Abteilung für Herzchirurgie, wird seit März bei Bypass-Operationen eine neue Technik eingesetzt. Die so genannten „zentralen und peripheren Anastomose-Geräte“ ermöglichen das „automatische“ Vernähen von Bypässen mit Herzkranzgefäßen, vor allem der sehr kleinen, nur 1 mm dünnen Gefäße innerhalb von 10 – 20 Sekunden. Die Arterien können mit den Geräten viel präziser und schneller als von chirurgischer Hand vernäht werden. Das Alter der durchschnittlichen Bypass-Patienten hat in den letzten Jahren zugenommen und dadurch hat sich aufgrund der schlechteren Gefäßsituation das Schlaganfall-

risiko erhöht. Das heißt, je verkalkter die Aorten sind, desto höher ist bei Manipulation der Aorta das Schlaganfallrisiko. Weitere Vorteile für die Patienten: Diese Technik ist besonders bei Operationen am schlagenden Herzen von Vorteil, denn die OP-Technik ist für Patienten schonender und bringt eine um ca. 1/3 verkürzte

Operationszeit. Damit minimiert sich wiederum die Gene-

sungsdauer.

Der Einsatz der Anastomose-Geräte und das Know-how der Anwendung wurde von OA Dr. Peter Oberwalder aus den USA importiert und in Graz seit Anfang März bei sechs Risikopatienten erfolgreich angewandt. Damit nimmt Graz eine Vorreiterrolle in Österreich ein.

„Alle Patienten konnten das Spital um den 8. postoperativen Tag verlassen. Die Methode ist absolut zuverlässig und präzise. Insbesondere bei sehr kleinen Herzkranzgefäßen kann mit diesen Anastomose-Geräten die Naht viel genauer als mit der Hand gesetzt werden. Die Technologie wird in den USA weit verbreitet eingesetzt und zeigt gute Erfolgsraten“,

erklärt OA Dr. Peter Oberwalder.

„Aufgrund der guten Erfahrungen und den vielen Vorteilen für die PatientInnen soll an der Univ.-Klinik für Chirurgie diese Technologie routinemäßig über Risiko-Operationen hinaus eingesetzt werden“, führt Univ.-Prof. Dr. Karlheinz Tscheliessnigg, Vorstand der Univ.-Klinik für Chirurgie, aus. Bypass-Operation: Überbrückung von verengten oder verstopften Herzkranzgefäßen. An der Univ.-Klinik für Chirurgie wurden letztes Jahr 1.625 Herzoperationen durchgeführt, davon 968 Operationen an Herz-Lungen-Maschinen und davon wiederum 431 isolierte Bypass-Operationen. Eine Bypass-Operation am Herzen dient zur Überbrückung von verengten oder verstopften Herzkranzgefäßen mittels einer „Umleitung“, damit die Herzversorgung mit Blut und Nährstoffen hinter den verstopften Stellen wieder sichergestellt ist. Als Überbrückung dienen Venenstücke aus Beinen sowie die Brustwandarterien oder auch Unterarmarterien. Die neue Technik ist bei allen drei Varianten gut einsetzbar. Bildnachweis: Univ.-Klinik für Chirurgie, honorarfrei. Der Einsatz der Anastomose-Geräte und das Know-how dafür wurden von OA Dr. Peter Oberwalder aus den USA importiert. Mit der neuen OP-Technik, die Patienten eine raschere Genesung, eine um 1/3 verkürzte OP-Dauer und ein wesentlich geringeres OP-Risiko bringt, nimmt Graz eine Vorreiterrolle in Österreich ein.

Wibs dich Frei im Apothekermarkt



1. Die Wibs Dämpfung

Durch die spezielle Konstruktion im Fersen-Abrollbereich erreichen Wibs eine um etwa 20% bessere Dämpfung im Vergleich zu einem Standardschuh. Die so erreichte höhere Dämpfung ist jedoch nicht zu hoch um zu Lasten der weiteren Schrittabwicklung zu gehen.

2. Das natürliche Abrollverhalten

Die konstruktiv vorgegebene Abroll-Linie des Wibs verläuft in einem leichten Bogen und entspricht somit der Idealbewegungs-Kurve eines Fußes beim Abrollvorgang. Form und Ausgestaltung des Wibs verbessern somit nachweislich den Abrollprozess in Richtung natürliches Verhalten des Fußes.

3. Aufbau der eigenen Stabilität

Ein wesentliches Element des Wibs ist die weltweit einzigartige und patentierte runde, leicht erhöhte 3D Balace Zone. Dieses Element führt dazu dass der Träger sowohl im Stand als auch beim Gehen ein hohes Maß an eigener nicht durch den Schuh unterstützte Stabilität aufbaut. er muss praktisch auf dem Schuh balancieren. Somit verbessert der Wibs die Stabilität in den Gelenken.

Beim Wibs erhöht sich daher die Aktivität der Unterschenkel-, der Oberschenkel-, ja sogar der gesamten Rumpfmuskulatur bis in den Nacken und Halsbereich.



wibs
walk in balance
S H O E S

**BESSER GEHEN.
BESSER FÜHLEN.
NUR IN DER APOTHEKE.**

DIE EFFEKTE: AUFRECHTE, GESPANNTE HALTUNG. STEIGERUNG DER MOBILITÄT UND LÖSUNG VON VERSPANNUNGEN. FÖRDERUNG DES NATÜRLICHEN BEWEGUNGSABLAUFES. VORBEUGUNG VON VERSCHLEISSERSCHINUNGEN. ANREGUNG DES STOFFWECHSELS. REDUKTION DES KÖRPERGEWICHTS. STEIGERUNG DER KÖRPERSPANNUNG. UNTERSTÜTZUNG DES IMMUNSYSTEMS. WIBS DICH FREI!

Weitere Informationen in der WIBS-Apotheke und auf www.wibs-shoes.com

**Univ. Prof. Dr.
Horst Olschewski**
Leiter der Klini-
schen Abteilung
für Pulmonologie
Univ: Klinik für
Innere Medizin, Me-
dizinische Universität
Graz



**COPD, die Raucherlunge, trifft
immer öfter auch Nichtraucher! Was
kann man dagegen tun?**

Die meisten Leute können sich unter „Asthma bronchiale“ etwas vorstellen, die „COPD“ ist dagegen nur wenigen bekannt. Wenn jemand chronisch verengte Atemwege hat, liegt entweder Asthma bronchiale oder eine COPD vor, manchmal aber auch Kombination von beiden. Früher führte das Asthma nicht selten zum Tode, aber durch die modernen Medikamente kann Asthma heute fast immer hervorragend kontrolliert werden, sodass die Betroffenen ein normales Leben führen können und auch beim Sport kaum beeinträchtigt sind. Dagegen führt die COPD auch heute noch regelhaft zu einer schweren Behinderung der körperlichen Leistung, häufig verbunden mit Niedergeschlagenheit und Depression. Auch die Lebenserwartung wird durch COPD deutlich eingeschränkt.

Bei der COPD ist eine dauerhafte Entzündung der Atemwege vorhanden, die häufig mit einer Lungenüberblähung (Lungenemphysem) einhergeht. Definitionsgemäß wird sie durch „inhalative Schadstoffe“, meist Zigarettenrauch, ausgelöst. Selten findet sich die Erkrankung bei Personen, die nie geraucht haben.

Die COPD nimmt zu und wird bald die dritthäufigste Todesursache weltweit sein. Personen mit COPD leiden häufig zusätzlich an Herz-Kreislaufkrankheiten (Durchblutungsstörungen,

Herzinfarkt, Schlaganfall), reduzierter Muskelkraft und Knochenentkalkung (Osteoporose) und haben ein erhöhtes Risiko für Lungenkrebs.

Therapie der COPD

Die wichtigste Maßnahme zur Bekämpfung dieser Neuen, Volksseuche“

ist die Eindämmung der Nikotinsucht. Gezielte Informationen sollten bereits die Kinder in den ersten Schulklassen erreichen, weil heute das Einstiegsalter bereits bei 11-13 Jahren liegt. Die modernen Zigaretten enthalten so viele Zusatzstoffe, dass auch Kinder den Rauch tief inhalieren können, ohne zu husten. Wahrscheinlich entsteht deshalb heute auch der Lungenkrebs an tieferen Stellen der Lunge als noch vor 20 Jahren.

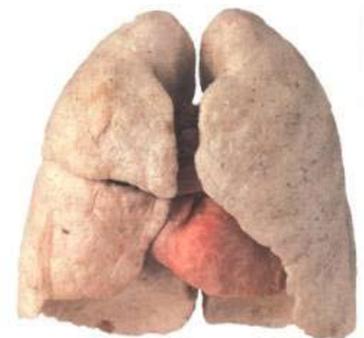
Die meisten erwachsenen Raucher wünschen sich, sie würden nicht rauchen. Neue Medikamente blockieren die Entzugssymptome und erleichtern damit den Ausstieg aus der Droge. Auch Rauchverbote haben sich als besonders wirksam erwiesen. Österreich ist leider im internationalen Vergleich das absolute Schlusslicht im Nichtraucherschutz wie eine aktuelle Erhebung ergeben hat. Wenn Raucher zu Nichtrauchern werden, verbessert sich die Lungenfunktion, vor allem aber sinkt die Geschwindigkeit, mit der die Lunge altert. Je früher der Ausstieg erfolgt, desto besser ist es.

Körperliches Training gehört zu den wichtigsten Maßnahmen zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit. **Inhalative Medikamente** verbessern die Lungenfunktion und senken das Risiko, wegen einer Erkältungsepisode, einer sogenannten „Exacerbation“, ins Krankenhaus zu kommen. Tritt eine Exacerbation auf, so muss rasch gehandelt werden. Vielfach ist es nötig, Cortison zu nehmen. In leichteren Fällen wird ambulant behandelt, in schwereren Fällen ist eine Aufnahme im Krankenhaus erforderlich.

Die Medikamente für Asthma und die COPD ähneln sich, allerdings sind sie bei Asthma meist viel besser wirksam. Es gibt aber einen prinzipiellen Unterschied: Während Betablocker für Asthmapatienten sehr gefährlich sein können, indem sie Asthmaanfälle auslösen, sind sie bei den meisten COPD Patienten sicher und verbessern sogar eindeutig die Überlebenschancen, wenn gleichzeitig eine koronare Herzkrankheit vorliegt. Im fortgeschrittenen Zustand benötigen die meisten COPD Patienten eine **Langzeitsauerstoffthe-**



Raucherlunge



Nichtraucherlunge

rapie. In Einzelfällen führt der Patient auch eine nächtliche Heimbeatmung mit einem speziellen Gerät durch. Für die Lungengesundheit der Bevölkerung kommt es darauf an, dass die Feinstaubbelastung durch Zigarettenrauch und Umwelteinflüsse reduziert wird. Dazu muss die Politik in die Pflicht genommen werden. Längst überfällig ist ein Rauchverbot für Gaststätten, wie es bereits in vielen Nachbarländern praktiziert wird.

Stadtrat Dr. W. Riedler übergibt Defi an Steir. Herzverband

25 Jahre
HERZVERBAND
LV-Steiermark

Die Übergabe eines Defibrillators an den Steirischen Herzverband durch Herrn Gesundheitsstadtrat Dr. Wolfgang Riedler fand in der Presse großes Echo. Auch an dieser Stelle möchten wir uns für den Defi, der im Rondo der GVB am Jakominiplatz für die Bevölkerung von Graz aufgestellt wird, ganz herzlich bedanken. In unserem nächsten Herzjournal werden wir darüber berichten.
BIG (Bürgerinformation Graz) Mai 2009
„WOCHEN“ Graz & Umgebung am 15. April 2009

Hilfe fürs Herz

Zum 25-Jahr-Jubiläum des Steirischen Herzverbands überreichte Gesundheitsstadtrat Dr. Wolfgang Riedler einen neuen Defibrillator. Mit diesen zu bedienenden Geräten, die bei Herzflimmern lebensrettend sind, wird Graz flächendeckend ausgestattet. Riedler gratulierte Präsidentin Dr. Jutta Zirkl zur wertvollen Arbeit in der Gesundheitsprävention.



Verband mit großem Herz für unsere City

Künftig soll es in Graz ein flächendeckendes Netz mit öffentlich zugänglichen Defibrillatoren geben.

Herz-Kreislauf-Versagen ist nach wie vor Todesursache Nummer eins in Österreich. Dabei würde ein Defibrillator das vermeintlich Unvermeidbare oft verhindern.

Darum hat sich der österreichische Herzverband nun auch ein ehrgeiziges Ziel gesteckt: „Wir wollen einen Stadtplan

entwerfen, auf dem alle öffentlich zugänglichen Defibrillatoren eingezeichnet sind, und überall dort, wo es Lücken gibt, zumindest in der Innenstadt, welche anbringen“, so Jutta Zirkl, Präsidentin des Landesverbands Steiermark.

Ein Ziel, das Gesundheitsstadtrat Wolfgang Riedler (SPÖ) tatkräftig unterstützt. Er spendete dem Herzverband eines dieser lebensrettenden Geräte. Angebracht soll dieser Defibrillator nun beim Rondeau auf dem Jakominiplatz werden. MALU

Wir versichern das Wunder Mensch.

Natürlich. Eine Gesundheits-Versicherung hat den Krankheitsfall bestmöglich abzusichern. Beruhigend. Denn wir von der Merkur erlauben uns, ein gutes Stück weiter zu denken. Wir sehen es als unsere Verantwortung, dafür Sorge zu tragen, dass es erst gar nicht zum Auftreten von Krankheiten kommt. Flexibel. Für lebensbegleitende Maßnahmen zur Erhaltung Ihrer Gesundheit. Denn das Wunder Mensch verdient unsere volle Aufmerksamkeit.



Gerade im fortgeschrittenen Alter wird die Herzgesundheit immer wichtiger, denn in den westlichen Industrienationen sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen die Todesursache Nummer 1. Viele Erkrankungen, wie etwa Arteriosklerose, koronare Herzkrankheit, Herzrhythmusstörungen oder Herzinsuffizienz, lassen sich jedoch ernährungsmedizinisch positiv beeinflussen.

Herz- und Gefäßgesundheit können Sie essen

Die richtige Ernährung trägt maßgeblich dazu bei, Herz und Gefäße bis ins hohe Alter gesund und fit zu halten. Eine Ernährungsweise mit viel frischem Obst und Gemüse, Fisch und Vollkorn enthält wertvolle Mikronährstoffe, die Herz und Gefäßen zugutekommen.

Doch leider wird in unseren Breiten häufig zu wenig Obst und Gemüse gegessen und „herzgesunde“ Nahrungsmittel wie Fisch stehen eher selten auf unserem Speiseplan. Und so bekommt unser Körper nicht immer das, was er braucht. Zudem kann der Mikronährstoffgehalt der Nahrungsmittel wegen Lagerungs- oder Transportzeiten unter ungünstigen Licht-, Luft- und Temperaturverhältnissen abnehmen. Zusätzliche Belastungen wie Rauchen, Krankheiten und Medikamenteneinnahme haben außerdem zur Folge, dass der Bedarf an Mikronährstoffen steigt.

Wenn man bereits an einer Herz- oder Gefäßerkrankung leidet, besteht ein höherer Bedarf an Mikronährstoffen, der allein über die Ernährung nicht mehr gedeckt werden kann.

Mikronährstoffe: In Kombination besonders stark

Mikronährstoffe sind als Team unschlagbar! Sie ergänzen sich gegenseitig in ihrer Wirkung, d.h., sie arbeiten quasi Hand in Hand. Deshalb ist es sinnvoll, Mikronährstoffe für Herz und Gefäße im Rahmen einer diätetischen Behandlung in einer ausgewogenen Zusammensetzung einzusetzen, wie sie auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse in Orthomol Cardio® kombiniert sind.

Für wen ist Orthomol Cardio® geeignet?

Orthomol Cardio® ist ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung von kardiovaskulären Erkrankungen, z.B. Arteriosklerose, koronare Herzkrankheit, Herzrhythmusstörungen und Herzinsuffizienz.

Orthomol Cardio® ist als Monatspackung mit 30 Tagesportionen in Ihrer Apotheke erhältlich. Fragen Sie auch in der Apotheke nach dem Orthomol-Kundenpass (6. Monatspackung ist bei einem ausgefüllten Pass gratis!).



Granulat



Jod



Rotweineextrakt
Kakaoextrakt
Omega-3-
Fettsäuren



L-Carnitin
Coenzym Q10

Für nähere Informationen kontaktieren Sie bitte:

Sanova Pharma GesmbH / Tel.: 01/801 04 DW 2537 Frau Michelle Wöfl / e-mail: orthomol@sanova.at oder im Internet unter www.orthomol.at

Unser Jubiläumsherztag - ein beeindruckendes Ereignis



Dr. Bodner Erika
Gruppe Graz

„Der Herzverband ist ein Verband mit Herz“ – dieses Wortspiel, ausgesprochen von Stadtrat Dr. Wolfgang Riedler, kann als menschlicher Grundtenor des Tages gelten, an dem unser Herz – dem 25 jährigen Jubiläum entsprechend – besonders sorgfältig nach den verschiedensten Seiten ausgeleuchtet wurde. Sogar die Dekorationen in Form von originell bestickten Bildern („Nadelmalerei“ von Brigitta Neubauer) in den Gängen der pädagogischen Akademie in Eggenberg galten dem Thema „Herz“.



geehrt.

Da Psychosomatik und Psychokardiologie die Schwerpunktthemen des wissenschaftlich-medizinischen Teils des Tages war, stellte zu Beginn Frau Dr. Wagner-Skacel durch einen Film in sehr anschaulicher Weise Problemfälle aus der Klinik für Psychosomatik in Bad Aussee vor, wobei es vor allem um die therapeutische Be-

handlung von durch Herzerkrankung und Stress verursachte Depressionen ging. Da der ganzheitliche Aspekt einer Störung berücksichtigt werden muss, gibt es eine Palette von heilenden Angeboten wie Malen, Tanzen, Einübung neuer Verhaltensweisen, Gesprächstherapie, aber auch medikamentöse Betreuung. Die Ärztin betonte, dass Menschen, die ihre Gefühle verleugnen und ihren Wunsch nach Unabhängigkeit (auch von einer Gruppe) betonen, eine schlechtere Prognose haben.

Die Lebendigkeit des Vortrages von Univ. Prof. Dr. Burkert Pieske wurde immer wieder von allen bekannten Redewendungen untermauert, die durch seine Erläuterungen mehr an Gewicht erhielten: „Das habe ich mir zu Herzen genommen“, „Da ist mir vor Schreck das Herz stehen geblieben“, „Der Kummer hat mir das Herz gebrochen“. Immer geht es dabei um die Auswirkungen von psychischem Stress, der die Übersättigung des Körpers mit Hormonen zur Folge hat. So betont der Referent die Bedeutung der sozialen Bindungen, um den Teufelskreis von krankheitsfördernden Verhaltensweisen (z. B. Rauchen, Trinken) und um psychische und organische Reaktionen zu vermeiden (Veränderungen am Herzmuskel!). Wesentlich ist auch für Dr. Pieske die grundsätzliche Stabilität einer Persönlichkeit und ihre Art der Konfliktverarbeitung. Er berichtet, dass in Graz – um flächenübergreifend wirksam zu sein -, auch Psychologen an der Klinik für Kardiologie mitarbeiten.

Prim. Dr. Viktor Weinrauch nahm sich in fesselnder Weise der Kulturgeschichte des Herzens an, betonte aber gleich zu Beginn, dass noch im Jahr 2020 Herz-Kreislaufkrankungen an erster Stelle sein würden!

Die Bedeutung von Gegenmaßnahmen seien nicht groß genug einzuschätzen. Die Verletzlichkeit dieses Organs ist seit jeher bekannt, schon die Ägypter hatten den Herzinfarkt auf Papyrus beschrieben. Seit der Zeit der Sumerer 3000 v. Chr. sei das Herz ein Thema, nur der Schwerpunkt seiner Bedeutung habe sich gewandelt: als Sitz der moralischen Qualität bei den Ägyptern, als Sitz der irdischen oder der göttlichen Liebe oder als der Erleuchtung wie im Buddhismus – nur, um einige Beispiele zu nennen. Die an sich ganz banale 300 – 350 Gramm schwere Muskelmasse, die das Herz darstellt, leistet bis zum 70. Lebensjahr 3 Milliarden Herzschläge und pumpt 180 Millionen Liter Blut. Im Mutterleib begegnet es uns als „Melodie des Lebens“ mit großer Klangvielfalt und begründet so ein Urvertrauen. Durch dieses Organ werden Gefühle spürbar, so in der Verliebtheit durch Wärme oder durch sein beschleunigtes Klopfen. Diese sich verändernden Frequenzen sind notwendig als Zeichen unserer Lebendigkeit, ein totales Gleichmaß würde Erstarrung bedeuten.

Nach all diesen Erläuterungen konnten zum Abschluss Fragen zu den Themen gestellt werden, die von den Fachleuten freundlich und umfassend beantwortet wurden. Es tat gut zu spüren, dass unsere Anliegen von den Ärzten zu einer ersten Angelegenheit gemacht wurden.

Die schon erwähnte, immer wieder betonte Bedeutung des Herzverbandes dürfen die Verantwortlichen, allen voran Dr. Jutta Zirkl, mit Stolz und Freude zur Kenntnis nehmen. Die getanen Äußerungen klangen wahrlich nicht nach leerem Lob, sie wurden begründet und ausgedrückt durch das Engagement der Vortragenden. Das reichhaltige Buffet, das am Ende der Tagung eröffnet wurde – aus den Sachspenden der Mitglieder der Wandergruppe Graz und von ihnen bedient – bildete den feierlichen Abschluss des gelungenen Tages. Dank gebührt allen Vortragenden, den Organisatoren und den freiwilligen Helfern

Unser Wissen um die Zusammenhänge des Lebens wurde wieder ein Stück erweitert und Herzdarstellungen werden uns von nun an sicher besonders ins Auge fallen!

Der erste Teil des Vormittages umkreiste die Bedeutung des Herzverbandes als Ganzes – seine gemeinschaftsstiftende Absicht, seine Hinführung zur Eigenverantwortlichkeit und seine Unterstützung und Aufklärung. Darin waren sich die Redner einig: Landtagsabgeordnete Mag. Uschi Lackner, Stadträtin Elke Edlinger („ein wichtiger Beitrag im Feld der Sozialarbeit“), Bundesgeschäftsführer Helmut Schulter, Stadtrat Dr. Wolfgang Riedler, der auch besonders auf die Freundlichkeit von unserer Präsidentin Dr. Jutta Zirkl und ihrer Begleiter hinweist. „Herzfrischend“ sei diese, sei aber auch der frühlinghafte Blumenschmuck des Vortragssaales.

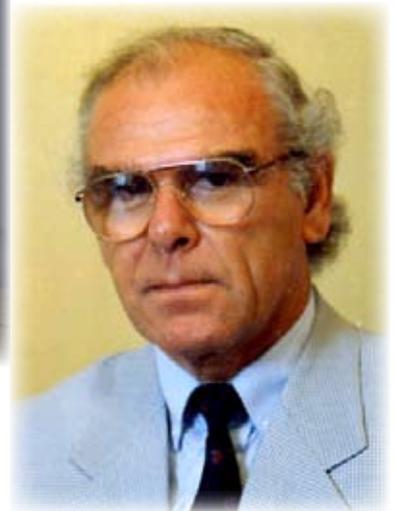
Helmut Schulter und Dr. Jutta Zirkl rollten den Werdegang des Herzverbandes auf, ausgehend von ihren bescheidenen Anfängen durch die Initiative von Kurt Sommer, die Veränderung seines Schwerpunktes zur Prävention hin, die zunehmende Erweiterung der Angebote z. B. durch Qi Gong oder die Herausgabe des attraktiven „Herzjournals“. Ganz neu ist die schon zugebilligte Aufstellung von Defibrillatoren in allen Grazer Stadtteilen! Für dieses Ergebnis erfolgreicher Zusammenarbeit dankte Jutta besonders Dr. Wolfgang Riedler. Schließlich wurde Helmut Schulter symbolisch für den Steirischen Herzverband eine prachtvolle Torte überreicht und die Gründungsmitglieder mit Blumen (Erika Sommer stellvertretend auch für ihren Mann) und mit Geschenken

Unsere Jubilare

Ein besonderer Höhepunkt unseres Festtages und eine große Freude für uns alle war die Anwesenheit der Gründungsmitglieder. Ihnen dankten wir herzlich, dass Sie damals den Mut hatten, den Steirischen Herzverband zu gründen und ihm 25 Jahre lang treu geblieben sind.



Stadträtin Elke Edlinger, Helmut Schuster, Dr. Jutta Zirkl, Oskar Lamperti, Michael Hausensteiner, Erika Sommer, Maria Mörth, Stadtrat Dr. Wolfgang Riedler, Landtagsabgeordnete Mag. Uschi Lackner (von links nach rechts).



Unser Gründungsmitglied, Senatsrat i. R. Werner Haiden, erkrankte leider in allerletzter Minute und konnte an unserer Feier leider nicht teilnehmen. Wir gratulieren ihm daher auf diesem Wege ganz herzlich und danken ihm für seinen langjährigen persönlichen Einsatz zum Wohle des Steirischen Herzverbandes. *(rechts)*



Sehr gefreut hat uns, dass der Präsident des Landesverbandes Kärntens Dieter Schiffrer mit Gattin und Präsident Franz Radl vom Wiener Herzverband mit uns gefeiert haben. Eine ganz besondere Überraschung war ein wunderschöner Blumengruß aus Tirol mit herzlichen Glückwünschen vom Präsident Roland Weißsteiner. *(links)*

Unsere Sponsoren

Wir danken der Firma Hornig Graz für die großzügige Kaffeespende, der Sanova Pharma GesmbH Wien für die Produktinformation Orthomol cardio und Padma, der Therme Radenci für die Kostproben ihres Mineralwassers, der Firma Omron für die Produktpräsentation und der Firma Roche für die Geräte zur Blutzucker- und Cholesterinmessung.

Die Künstlerin Frau Brigitta Neubauer hat mit ihren Nadelmalerei-Bildern zum Thema „Herz“ (im medizinischen wie auch im übertragenen Sinn) unsere Veranstaltung sehr bereichert.

Jubiläumsherztag 2009 „Impressionen“

25 Jahre
HERZVERBAND
LV-Steiermark

Zur Erinnerung für die Teilnehmer unseres Herztages veröffentlichen wir eine Auswahl unserer schönsten Fotos. Allen jenen, die nicht kommen konnten, wollen wir einen kleinen Einblick in unser 25jähriges Jubiläum ermöglichen.

Dass unser Jubiläumsherztag ein so großer Erfolg war, danken wir vielen freiwilligen Helfern. Besonderer Dank gilt der Wandergruppe Graz, die auch heuer wieder ein hervorragendes Buffet vorbereitet hat. Es war wunderschön anzuschauen, die verschiedensten Mehlspeisen, die appetitlichen Brötchen, der duftende Kaffee und die vielen freundlichen Damen und Herren, die unsere Gäste bewirteten.





Jubiläumsherztag 2009 „Blitzlichter“

25 Jahre
HERZVERBAND
LV-Steiermark





Kuraufenthalt in der Therme Radenci



Die Kurtätigkeit des Gesundheitsbads Radenci hat bereits eine 125-jährige Tradition und beruht auf dem einzigartigen Mineralwasser, dessen

heilende Wirkung bereits im 19. Jahrhundert bekannt war. Im Laufe der Jahrzehnte entwickelte sich das Heilbad Radenci zu einem bedeutenden und renommierten Zentrum für kardiovaskuläre Rehabilitation und entwickelte gleichzeitig auch die diagnostische Tätigkeit.

Das 21. Jahrhundert brachte dem modernen Menschen einen hohen Lebensstandard, für den er jedoch oftmals mit einem hohen Preis bezahlen muss – einer angeschlagenen Gesundheit. In der westlichen Welt steigt deshalb die Zahl der Kreislauferkrankungen an und die Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates sowie des Bewegungsumfeldes vergrößern sich.

Wir bieten Ihnen diagnostisch-therapeutische Verfahren auf hohem Niveau an und verwöhnen Sie gleichzeitig in unserem Entspannungszentrum.

Dr.med.Andrej Vugrinec, Internist

Harmonie Paket

- 4x Übernachtungen im Doppelzimmer
- 4x Feinschmecker-Frühstücksbuffet
- 4x schmackhaftes-Abendessenbuffet
- unbegrenzte Eintritte in das hauseigene Thermal- und Schwimmbad,
- 1x täglich freier Eintritt in die hauseigene Saunalandschaft (2x Finnische, 1x Türkische, 1x Infrarot- und 1x Kräutersauna, 1x Tilarium)
- Morgengymnastik und Aqua Fitness täglich (Mo.-So.)
- kuscheliger Leihbademantel
- 1x Programm Entdecken Sie Ayurveda mit 1x Abhyanga, 1x Svedana,
- 1x Radenska Kohlensäuremineralbad mit ätherischen Ölen
- das gesunde Radenska Mineralwasser in der Trinkhalle

Kurtaxe: 1,01 Euro pro Tag und Person

Zuzahlung für Einzelzimmer ist 10,- Euro pro Tag.

Preise verstehen sich pro Person. Die Herzverbandmitglieder bekommen **15% Ermässigung**.

Mehr Info:

Zdravilisce Radenci, SI-9252 Radenci
Tel.: 00386 2 520 27 -22
info@zdravilisce-radenci.si
www.zdravilisce-radenci.si

Hotel / Saison	01.06. - 27.08.2009	29.03. - 31.05.2009
	22.11. - 26.12.2009	28.08. - 21.11.2009 27.12. - 02.01.2010
RADIN**** /DZ	303€	322€
IZVIR*** /DZ	273€	296€

Liegt Ihnen Ihre Gesundheit am HERZEN, oder wollen Sie uns unterstützen, dann treten Sie bitte dem österreichischen Herzverband, Landesverband Steiermark bei. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt €25.-

BEITRITTSERKLÄRUNG



Familienname:

Vorname:

Wohnort:..... PLZ:

Strasse & Hausnr.:

Tel. Nr.: Geburtsdatum.:

Datum:

.....
Unterschrift

Rehabilitation - gestern, heute, morgen

25 Jahre
HERZVERBAND
LV-Steiermark

Der Steirische Pflege- und Patientenservice versteht sich als Anlaufstelle für Patienten und Pflegebedürftige sowie deren Angehörige. „Wo hin wenden sich Angehörige, die plötzlich einen Pflegefall in der Familie haben?“, weiß Obfrau Dr. Gudrun Uran, Ärztin für Allgemeinmedizin, aus praktischer Erfahrung um diese Sorgen. „Wir sind in einem immer komplexeren Gesundheitssystem eine Anlaufstelle um Antworten zu geben und konkret zu helfen.“ Dass dies „unmittelbar, rasch und effizient“ geschehen kann, ist dank des medizinischen Netzwerkes, das dem Vereinsvorstand zur Verfügung steht, möglich. „Womit wir als Ärzte sehr oft konfrontiert werden, sind Terminschwierigkeiten bei Operationen“, nennt Herzspezialist

Dusleag ein praktisches Beispiel. „Dabei geht es oft nur um die Koordination – ein Problem, das wir lösen können.“

Dem Verein stehen weitere Fachexperten wie Prim. Dr. Ing. Gerhard Stark beratend zur Seite. „Wir können auf ein Team von Juristen und Ärzten zählen“, verspricht Uran professionelle Unterstützung in allen einschlägigen Fragen.

Frau Hirzberger ist unter der Telefonnummer

0664 22 44 404 Montags und Dienstags von 8 bis 12 Uhr, und Mittwoch und Donnerstag von 14 bis 18 Uhr erreichbar bzw.

per e-mail info@patientenservice.co.at.

STEIRISCHER PFLEGE-
& PATIENTEN SERVICE



Steirischer Pflege- & Patienten Service

WIR HELFEN IHNEN

Tel.: 0664 22 44 404

Mo, Di: 08:00 - 12:00

Mi, Do: 14:00 - 18:00

e-mail: info@patientenservice.co.at

DIE Anlaufstelle für PatientInnen und Pflegebedürftige sowie deren Angehörige bei Fragen und Problemen im Gesundheits- und Pflegesystem in der Steiermark.

Wir kümmern uns um Ihre Anliegen und bemühen uns um Lösungen.

www.patientenservice.co.at

**KLEINE
ZEITUNG**

Den Lokalredaktionen der KLEINEN ZEITUNG und der KRONEN ZEITUNG möchten wir an dieser Stelle sehr herzlich für die kostenlosen Einschaltungen unserer Termine danken. Sie tragen wesentlich dazu bei, dass unsere Mitglieder immer rechtzeitig über unsere Wanderungen, Vorträge und Veranstaltungen informiert werden.

**Kronen
Zeitung**

Gruppe Graz

Schneeschuhwanderung in Modriachwinkl

Der endlos lange Winter mit dem vielen Schnee ermöglichte uns noch im Februar eine Schneeschuhwanderung. Mit einem gemieteten Bus und rund 20 Paar Schneeschuhen ging's Richtung Modriachwinkl. Nachdem das für einige von uns etwas komplizierte Ansnallen der Schneeschuhe gelungen war, machten wir uns auf den Weg. Entgegenkommende Wanderer beäugten uns wie Außerirdische! Wir aber wanderten unbekümmert im Gänsemarsch dahin und genossen das traumhaft schöne Spätwinterwetter. Natürlich ist das Schneeschuhwandern wesentlich anstrengender, und jeder kleine Hügel forderte unsere Kräfte, sodass wir stellenweise wesentlich langsamer vorwärts kamen als geplant. So kamen wir natürlich auch, leicht erschöpft, viel zu spät zum geplanten gemeinsamen Essen mit den restlichen Wanderern unserer Gruppe.



Alle waren von der neuen Sportart begeistert, und wir wanderten später noch einmal am Schöcklplateau mit unseren Schneeschuhen.

Wandern neu

Unsere wöchentlichen Wanderungen am Mittwoch erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Der absolute Teilnehmerrekord waren 47 Wanderfreudige. Diese erfreuliche Situation schafft aber leider auch Schwierigkeiten, - es können uns nicht mehr alle Gasthäuser zu Mittag bewirten und so wird es immer komplizierter, ein gemeinsames Wanderziel mit Mittagessen für alle Wandergruppen zu organisieren und dabei alle zufrieden zu stellen. Daher wollen wir folgende neue Regelung versuchen: Alle vier Wandergruppen

treffen sich nur mehr 14tägig nach ihren Wanderungen beim Essen. Dazwischen (also auch 14tägig) wandert jede Gruppe zu einem eigenen Ziel (kein Treffen aller vier Gruppen). Wir hoffen, dass alle Wanderer für diese Änderung Verständnis haben. Sehen wir es doch positiv, das Gesundheitsbewusstsein der Grazer/Innen und die Freude am Wandern nimmt immer mehr zu und unsere Bemühungen und Aufklärungen aktiv für Herz und Kreislauf zu sein tragen Früchte.

Jutta

Gruppe Hartberg – Kaindorf

Unsere Turngruppe geht in die wohlverdiente Sommerpause (siehe Abschlußfoto mit unserem Gesundheitstrainer Prof. Riedl und anderen Teilnehmern) und jetzt steht wieder Nordic Walking im Pöllauer Tal, jeden Dienstag um 19.00 Uhr mit Treffpunkt Aupark in Pöllau, auf dem Programm. Unser geschätzter Prof. Riedl führt wieder die Gruppe an. Wer es einmal versuchen möchte, ist herzlich eingeladen, der Landesverband Steiermark hat uns einige Leihstöcke zur Verfügung gestellt. Weiters besuchten wir unseren Jubiläumsherztag in Graz und nahmen auch an den sehr interessanten Vorträgen teil. Ein herzliches Dankeschön auch der Wandergruppe Graz für den herzgesunden Imbiss zum Abschluss. Bei diesem Herztag hat sich auch wieder einmal gezeigt, dass unser Herzverband eine große Gemeinschaft zum Wohle für unsere Gesundheit ist. Das Foto zeigt die Teilnehmer aus unserer Herzgruppe mit Frau Präsidentin Dr. Jutta Zirkl und Herrn

Bundesgeschäftsführer Helmut Schulter.

Sollten Sie Fragen zu unseren Aktivitäten haben, so rufen Sie mich einfach an, Manfred Hirt, Tel.Nr. 0660/3475050.

Manfred Hirt



Die Entwicklung der 24-Stunden-Herkatheterbereitschaft in der Stmk.

Herzsportwandern zur Prävention

Terminplan vom 20. Juli bis 21. September 2009

20. Juli: Treffpunkt 8.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren. Weststeiermark. Weinebene 1668 m – Hühnerstütze 1989 m – Gr. Speikkogel 2140 m – Großhöllerhütte 1710 m – Schäfer Kr. Weinebene. Gehzeit ca. 6,5 Stunden. F & B 411.

27. Juli: Treffpunkt 8.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren. Hochsteiermark. Nikolsdorfgraben – Blasmoar Alm – Hüttenanger - (Roßbeck 1664 m) Mugl 1630 m J.Hans Prosl – Schutzhaus – Muglsender – Ochsenstall – Silberbrunngraben. Gehzeit ca. 6 Stunden F & B 132.

10. August: Treffpunkt 8.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren. Hochsteiermark. Buchberg GH Bodenbauer 884 m – Josertal – Joser See 1228 m – Schafmauer – Sackwiesen Alm – Häuselalm 1526 m – Sackwaldboden – GH Bodenbauer. Gehzeit ca. 4,5 Stunden. F & B 041.

24. August: Treffpunkt 8.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren. Hochsteiermark. GH Hieslegg 1154 m – Blarenkg. – Roßboden – Edelweißboden 1838 m – Trenchtling Großwand 1938 m – GH Hieslegg. Gehzeit ca. 5 Stunden. F & B 041.

7. September: Treffpunkt 8.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren. Hochsteiermark. Fölzgraben – Schwabenbartl 814 m – Fölzriegel – Schlagalm – Fölzalm 1484 m - Grasser und Herzerhütte – Fölzboden – Fölzklamm – Fölzgraben. Gehzeit ca. 4,5 Stunden, F & B 041.

21. September: Treffpunkt 9.00 Uhr Graz-Liebenau, Grabenwirt, Bus 34/74. Es wird mit Privat-PKW gefahren.

CoaguChek® XS
Gerinnungs-Selbstmanagement
ganz einfach



Nehmen Sie Blutverdünner wie z. B. Marcoumar® ein?
Müssen Ihre Blutwerte regelmäßig überprüft werden?
Dann ist Gerinnungs-Selbstmanagement mit Sicherheit ein guter Weg für Sie.

Rufen Sie uns an, wir informieren Sie gerne! **01 / 277 87 - 355**

 www.coaguchek.com

fahren. Weinland, Volkskundliche Wanderung. Eibiswald – Lichtenegg – Großradl – Glirsch 575 m – Stindlweber – Pratter – Bartlschneider – Eibiswald. Gehzeit ca. 4,5 Stunden. F & 411.

Wetterbedingte Änderung vorbehalten. Bitte nehmen Sie Jause und Getränke selbst mit. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Wegen der Detailplanung und evtl. Routenänderung wird unbedingt um tel. Anmeldung bis jeweils Freitag vor der Montagswanderung gebeten. Tel. 0650/40 13 300, Jutta Zirkl.

Impressum

Herausgeber: Österreichischer Herzverband, Landesverband Steiermark, A-8010 Graz, Radetzkystraße 1

Redaktion: Dr. Jutta Zirkl, Maria Würfel **Layout und Satz:** Dr. Martin Zirkl

Das nächste Herzjournal erscheint im September, Redaktionsschluss ist der 10.08.2009.

Alle Gruppenleiter werden gebeten Ihre Beiträge bis spätestens 10.08.09 an die Redaktion zu übersenden!

LKH – Univ. Klinikum Graz

Univ. Klinik für Innere Medizin
Auenbruggerplatz 15
Klinische Abteilung für Kardiologie
Univ.Prof.Dr.med Burkert Pieske
Tel. 0316/385-2544
Fax 0316/385-3733

Ordination privat:

täglich in der Klinischen Abteilung für Kardiologie, nach telefonischer Vereinbarung unter 0316/385-2544 (Sekretariat)

LKH – Univ. Klinikum Graz

Klinische Abteilung für Transplantationschirurgie und Herzchirurgie

Univ. Prof. Dr. med.
Karlheinz Tscheliessnigg
Te. 0316/385-2730

Ordination privat:

8010 Graz, Grazbachgasse 49/1
Ordination nach Vereinbarung
Tel. 0316/832913, 0664/1534088

Univ. Prof. Dr. med. Robert Gasser

FA für Innere Medizin und Kardiologie

8010 Graz, Gaußgasse 4 (gegenüber Union Sporthalle, LKH-Nähe)

Ordinationsschwerpunkte:

Koronare Herzkrankheit, Herzschwäche, Rhythmusstörungen

Voranmeldung täglich vormittags

Tel. 0316/385-81793

Wahlarzt aller Kassen

LKH - Bad Aussee

Leiter der Abteilung für Innere Medizin

Prim. Dr. Dietmar Kohlhauser

Tel. 03622/52555-3036

Grundlseerstraße 230

8990 Bad Aussee

Sonderkrankenanstalt für Herz-Kreislauf-krankungen

Rehabilitationszentrum St. Radegund

8061 Quellenstraße 1

Tel. 03132/2351

Med. Leitung:

Prim. Priv. Doz. DDr. Manfred Wonisch

Ordination privat:

8020 Graz, Annenstraße 17

Tel. 0316/711851

Dr. med. Günter STEFAN

FA. f. Innere Medizin-Kardiologie

Sportmedizin(ÖÄK-Diplom)

Ärztl. Leiter: Physiotherapiezentrum und

Inst. f. Sportmedizin u.Sportphysiotherapie

B.Stefan Ltd. Laßnitzhöhe

Ordination:

Wachtelgasse 22, 8052 Graz

Tel: 0316/581172 Fax: 0316/582373

e-mail: dr.stefan@schmerzade.at

www.schmerzade.at

Ordinationszeiten: Mo 13-17h, Mi 12-17h,

Di, Do 7h30-12h30 (Labor), 13h30-19h

Krankenkassenverträge

BVA,VAEB, SVA, SVB, KFA Graz /Wien

Wahlarzt GKK m. Rezeptbefugnis, Privat

Gesundenvorsorgeuntersuchg. alle Kassen

Zweitordination

Hauptstraße 140, 2.UG, 8301 Laßnitzhöhe

Tel: 03133/32600 Fax: 03133/38105

e-mail: dr.stefan@schmerzade.at

www.schmerzade.at

Anmeldung.Mo-Fr. 8-12 h u.13-17h

Gesundenvorsorgeuntersuchg. alle Kassen

Leistungen:

Internistische u. kardiologische Diagnostik

und Therapie, Sportmedizinische Leistungs-

diagnostik, Trainingsberatung u.-steuerung,

AGAKAR-akreditierte Ambulante

kardiologische Rehabilitation Stufe III,IV

Audiovisuelle Frequenzdiagnostik bei Erkrankungen der

Gelenke-Muskeln-Sehnen

PRECON-Ernährungs-u.Diätberatung mit

Ergospirometrie mit Laktatbestimmung,

Lungenfunktion u. Bodyplethysmographie

Echokardiographie,Sonographie Abdomen,

Small parts,Gefäße, Gelenke,Phonokardio-graphie,Karotiss

phygmographie,Impedanzmessung der Körperzusammen-

setzung, 2D- AFA Gelenksdiagnostik

Komplette Physiotherapie u. Physikalische

Therapie,Herz-Kreislauf-Atemtraining,

Nordic Walking mit Zertifizierung

in Kooperation mit dem Physiotherapiezentrum B. Stefan

Ltd. Laßnitzhöhe

Komplementärmedizin, Akupunktur,

Neuraltherapie, Ozontherapie, Farbpunktur

u. Kirlianphotographie nach P.Mandel . etc.



Dr. med. Alois Waschnig

Fa für Innere Medizin und Angiologie
Schillerstraße 3
8700 Leoben
Tel: 03842-45770, Fax DW 14

Ordination:

Mo. 8-13.00 Uhr und 15-18 Uhr
Di., Do. und Fr. 8-13 Uhr
Mi. 16.00-19.00 Uhr

Leistungen:

Herz- Kreislauf, Angiologie,
Magen- und Darmspiegelungen

Alle Kassen

Dr. med. Michael Goritschan

FA für Innere Medizin, Notarzt
ÖÄK Diplome für Sportmedizin und Akupunktur
Ultraschalluntersuchungen des Herzens, der Hals- und Bein-
gefäße, der Schilddrüse, der Oberbauchorgane, EKG, Ergo-
metrie, 24h-EKG, 24h-Blutdruckmessung, Gastroskopie
BVA, KFA Graz und Wien, SVA, VA
Wahlarzt GKK und privat
8650 Kindberg, Vösendorfplatz 1 (Volkshaus)
Mo, Di, Do, Fr 8-11Uhr, Mo u. Mi 15-19 Uhr
Vor Anmeldung erbeten:
Tel. 03865/3600, – 4 DW Fax
www.dr-michael-goritschan.at

Dr. Walter Fuhrmann

FA für Innere Medizin
Kardiologie und Intensivmedizin
8700 Leoben, Straußgasse 8
Tel.: 03842-44005
Fax.: 03842-440054
e-mail: office@drfuhrmann.at
Leistungen:
Ultraschalluntersuchungen des Herzens, der Hals- und
Bein-gefäße, EKG, 24h-Holter-EKG, 24h-Blutdruckmessung
(ABDM), Ergometrie, Herzschrittmacherkontrolle und-Pro-
grammierung
Wahlarzt aller Kassen und privat
Ordination nach tel. Voranmeldung
(Mo.,Di.,Fr.: 16.00 bis 18.30 Uhr)
Institut für Kardiologie und Hypertonie

Dr. med. Erich Schaflinger

FA für Innere Medizin, Kardiologie und Gastroenterologie
8662 Mitterdorf i. M., Rosenweg 2

Kardiologische Untersuchungen, Carotis-verbralis-Sonogra-
phie können mit allen Kassen verrechnet werden.
Ambulante Herzkreislaufrehabilitation
Ordination: Mo, Mi, Do 15 – 20 Uhr
Anmeldung von 8 – 11.30 Uhr und während der Ordinations-
zeit
Tel. 03858/32888

Univ.Doiz.Dr. Johann Dusleag

Hans-Sachs-Gasse 14/II
8010 Graz
FA für Innere Medizin und Kardiologie
KFA, SVA, Wahlarzt der übrigen Kassen
Ordination: Montag bis Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr
Telefon 0316/833083

Internistengemeinschaft

Sämtliche internistische Routineuntersuchungen inkl. Co-
loskopie, Gastroskopie,
Herzkreislauf-Vorsorgemedizin,
Nachbetreuung nach Herzinfarkten und Herzoperationen
Phase III Herz-Kreislauf-Rehabilitation
Privatsanatoriumsbetreuung
Eggenberger Allee 37
8020 Graz
Tel. 0316/581482
Fax 0316/58148220
e-mail: ordination@harpf.at
ordination@weinrauch.at
dieter_brandt@hotmail.com
Voranmeldung erbeten

Dr. Hanns Harpf

Internist und Sportarzt
Alle Kassen, Wahlarzt GKK
Sportmedizin. Untersuchungsstelle

Prim. Dr. Viktor Weinrauch

Internist und Kardiologe
Privat und alle Kassen
Leiter Dep. Kardiologie
Privatklinik Graz-Ragnitz

Prim. Univ. Doz. Dr. D. Brandt

FA für innere Medizin und Kardiologie, Wahlarzt aller Kas-
sen und privat.

Österreichischer Herzverband Landesverband Steiermark

Radetzkystr.1/1
8010 Graz
Tel/Fax: 0316-816719
Mobil: 0650-4013300
E-Mail: jutta.zirkl@chello.at
www.herzverband-stmk.com
Dr. Jutta Zirkl, Präsidentin,
Leiterin der Gruppe Graz
Sprechstunden: Di. u. Do. von
9.00-11.30 Uhr.

Die Gruppen in der Steiermark

Bad Aussee:

Dr. Christa Lind
CHLumetzkyplatz 361
8990 Bad Aussee
Tel: 03622-55300-0

Hartberg-Kaindorf:

Manfred Hirt
Dienersdorf 153
8224 Kaindorf
Tel. 03334-2753
Mobil: 0660-3475050
E-Mail: m.hirt@aon.at

Bruck/Kapfenberg:

Richard Haider Anton Brucknerstr.8
8605 Kapfenberg
Tel/Fax:03862-35824
Mobil:0664-2789929

Frohnleiten:

Ignaz Frager
Bmst. I.R., Adriach 91
8130 Frohnleiten
Tel:03126-2421
Mobil:0699-12733571

Knittelfeld:

Horst Milcher
Dr. H. Klöpferstr. 37b
8720 Knittelfeld
Tel:03512-83176

Leibnitz:

Robert Perger
Am Kögel 20
8435 Wagner
Tel:0650-4432446

Leoben-Trofaiach:

Dr. med.
Walter Fuhrmann
Internist u. Kardiologe
Straußgasse 8
8700 Leoben
Tel:03842-44005-0
Fax: DW 4
Stellvertreter:
Toni Steger
12. Februar-Straße 41,
8770 St. Michael
Tel:0699-12285961
Fax: 03843-3047
E-Mail: tonisteger@hiway.at

Mürzzuschlag - Mariazell:

Hely Schneidhofer- Skernjug
Schoellergasse 13
8682 Hönigsberg
Tel/Fax:03852-2058
E-Mail: hely1@utanet.at

Rottenmann:

Rudolf Streit
Burgtorsiedlung 220
8786 Rottenmann
Tel:03614-2406
Mobil:0664-5360867

Schladming:

OA. Dr. Christian Kiendler
Diakonissen-Krankenhaus
8970 Schladming
Tel.: 03687/2020-0
Fax: 03687/2020-7800
e-mail:
dkh-schladming@diakoniewerk.at

Kontaktstelle des Bundesverbandes:

Präsident:

Univ.Prof.Dr.mult.
Wolfgang Mastnak

Bundesgeschäftsführer:

Helmut Schulter
Statteggerstraße 35
8045 Graz
Tel/Fax:0316-694517
Mobil:0664-4625618
E-Mail:
schulterhelmut@yahoo.de

Ärztlicher Beirat:

Univ. Prof. Dr. Burkert Pieske

Vorstand der klinischen Abteilung für
Kardiologie
Univ. Klinik Graz

Ass. Prof. Dr. Helmut Brussee

Stellvertretender Leiter der Klinischen
Abteilung für Kardiologie, Univ. Klinik
Graz

Univ. Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg

Vorstand der Uni-Klinik Graz
Abt. Transplantationschirurgie

Dr. Viktor Weinrauch

Facharzt für Interne Medizin
und Kardiologie
Privatklinik Graz Ragnitz

Dep.Leit.Dr. Wolfgang Weihs

Department für Kardiologie
und Intensivmedizin
LKH West Graz

Prim. Doz. Dr. Dieter Brandt

FA für innere Medizin und Kardiologie,
Wahlarzt aller Kassen und privat

Prim. Univ. Prof. Dr. Joachim

Borkenstein
Vorstand der Intern. Abt. am LKH Leo-
ben

Prim. Univ. Doz. Dr. G. Stark

Vorstand der Intern. Abt. am
LKH Deutschlandsberg

Prim. Univ. Doz. Dr.

Gerald Zenker
Vorstand der Intern.
Abt. u. Kardiologie LKH
Bruck/Mur

Prim. Dr. Anton Hartweger

Vorstand der Intern. Abt.
LKH Rottenmann

Prim. Doz. DDR. Manfred Wonisch

Med. Leiter d. Rehabilitationszentrums
St. Radegund



ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND

Landesverband Steiermark
Radetzkystraße 1/1
8010 Graz



Diese Ausgabe der Verbandszeitung geht an: