

# HERZ - JOURNAL



Steirischer Wandertag, Oberst Klinke Hütte  
Foto: Jutta Zirkl

**WIR TUN WAS FÜR UNSER HERZ  
BEVOR ES FÜR UNS NICHTS MEHR TUT**

ÖSTERREICHISCHER  
**HERZVERBAND**

# Eröffnungsfeier OP-Zentrum A (Chirurgie) Erweiterung

ÖSTERREICHISCHER  
HERZVERBAND

## Eröffnungsfeier OP-Zentrum A (Chirurgie) Erweiterung

9. Juni 2010, LKH-Univ. Klinikum Graz,

**Begrüßung**, Ärztlicher Direktor Univ.-Prof. Dr. Gernot Brunner

**Ansprache** Klinikvorstand Univ.-Prof. Dr. Karlheinz Tscheliessnigg:

**Strategisches**, KAGes-Vorstandsvorsitzender DI Dr. Werner Leodolter:

**Projektbericht**, KAGes-Finanzvorstand Dipl.-KHBW Ernst Fartek, MBA

**Festansprache**, Landesrätin Dr.in Bettina Vollath:

**Segnung**, Pfarrer Mag. Bernd Oberndorfer, Pfarrer Mag. Herwig Hohenberger:

## Operation gelungen! Erweitertes OP-PROFI-sorium lebt!

Akuter Handlungsbedarf besteht in der Sanierung des Chirurgieblocks am LKH-Univ.-Klinikum Graz. Die gemeinsamen „SOS“-Rufe von Land Steiermark, KAGes und Medizinische Universität haben gefruchtet. Seitens der zuständigen Bundesministerien gibt es nun die Zusage, die dringend notwendigen Modernisierungsmaßnahmen zu unterstützen und mitzufinanzieren. Entsprechend der Zielplanung wird das chirurgische Zentrum in vier Bauetappen (Zubau Süd, Sanierungen im Hochhaus und Altbau) in den nächsten 12 Jahren auf europäischen Top-Standard gebracht werden.

Ein akutes, unaufschiebbares Problem stellten immer wieder die zu geringen freien OP-Kapazitäten dar. Daher wurde zur Absicherung der OP-Infrastruktur das OP-Zentrum A vor über zehn Jahren provisorisch errichtet und in Betrieb genommen. Die Raumgruppierung im neuen OP-Zentrum erfolgte nach modernstem internationalem Standard und ermöglichte durch seine zukunftsorientierte Gestaltung – beispielsweise durch das „Einbahn-System“ – maßgebliche organisatorische Verbesserungen im Arbeitsablauf des OP-Teams.

Durch die Inbetriebnahme des OP-Zentrums B im Jahre 2004 ergab sich eine weitere deutliche Entspannung der OP-Situation.

Doch trotz dieser modernen OP-Zentren gibt es einen weiteren dringenden Bedarf an zusätzlichen frei verfügbaren OP- und Intensivkapazitäten, vor allem im Bereich der Herz- und Thoraxchirurgie. Mit der zweigeschossigen Erweiterung des Operationszentrums A mit

direkter Anbindung an das bestehende Operationszentrum-A wurden im Innenhof des Altbaus der Chirurgie diese dringend benötigten OP- und Intensivkapazitäten nun geschaffen. Die Herzstücke der Erweiterung sind eine Aseptische Intensivstation mit 10 Betten sowie ein Hybrid-OP, ein Thorax-OP und ein Dispo-OP.

Für den Klinikvorstand der Universitätsklinik für Chirurgie, Univ.-Prof. Dr. Karlheinz Tscheliessnigg, bringt diese Ausweitung und Modernisierung der OP-Kapazitäten eine deutliche Verbesserung: „Dank der neuen Möglichkeiten können zusätzlich bis zu 250 große Herzoperationen pro Jahr durchgeführt werden und damit die bestehende Warteliste deutlich abgebaut werden. Zukunftsweisend ist auch die räumliche Möglichkeit, zu einem späteren Zeitpunkt einen OP in einen sogenannten Hybrid OP umzuwandeln, der neben einem voll ausgerüsteten herzchirurgischen OP auch über eine Angiografieanlage verfügt. Dadurch können Herzchirurgen und Kardiologen während minimalinvasiver Eingriffe die Funktionalität der Herzgefäße und -klappen sowie die Lage der Implantate überprüfen. Erst dadurch ist es möglich, gewisse Herzklappenoperationen minimalinvasiv und damit schonender und mit noch geringerer Belastung für den Patienten durchzuführen.“

Für den KAGes-Vorstandsvorsitzenden Dipl.-Ing. Werner Leodolter kommt dem Bauprojekt in der gegenwärtigen Wirtschaftskrise auch eine wichtige Impulsfunktion für die heimische Bauwirtschaft zu: „Angesichts der Investitionshöhe von 7,142 Millionen Euro und der hohen regionalen Wertschöpfung profitierte die steirische Wirtschaft von dem

Vorhaben enorm. Viele Arbeitsplätze konnten damit geschaffen bzw. abgesichert werden.“

Gesundheitslandesrätin Dr.in Bettina Vollath ergänzt: „Ich persönlich freue mich insbesondere, dass wir es seitens des Landes Steiermark gemeinsam mit der KAGes geschafft haben, dieses wichtige Projekt zu realisieren, auch wenn es enorme Anstrengungen erforderte, da sich der Bund sehr lange offiziell nicht zum Projekt LKH 2020 bekannte. Wir sind in Vorleistungen gegangen, weil uns die Patientinnen und Patienten so wichtig sind – denn unsere steirische Gesundheitspolitik stellt den Menschen in den Mittelpunkt. Wir wollen eine leistbare, qualitative hochwertige Gesundheitsversorgung für alle Steirerinnen und Steirer und dafür stehen wir ein. Ein Danke nochmals an alle Mitstreiterinnen und Mitstreiter, die mit uns gemeinsam diesen Weg gegangen sind!“

## Das Bauprojekt im Detail

Im Erdgeschoss der Erweiterung wurde eine Intensiveinheit für die aseptische Intensivstation mit insgesamt 10 Betten errichtet. Zwei Betten davon befinden sich in baulich abgetrennten Kojen. Für das Personal der Intensiveinheit wurden eigene Umkleiden errichtet. Erschlossen ist die Station über eine Liftgruppe und eine Treppe. Der Bettentransport erfolgt über den Bettenlift in das 1. Obergeschoss und verläuft weiter über die Bestandsbrücke des Operationszentrums A in den Altbau. Das Niveau des Erdgeschosses wird dem Geländeniveau im Eingangsbereich angeglichen. Dadurch ermöglicht man einen direkten straßenseitigen Patiententransport mit der Rettung.

In der Aseptischen Intensivstation wurde zur Verbesserung des Raumambientes mittels Licht und Farbe ein eigenes Gestaltungskonzept umgesetzt. Hierzu wurden 10 kreisrunde LED-Farbscheiben an der Decke positioniert, die jeden Patientenliegeplatz bestrahlen und im Farbverlauf individuell angesteuert werden können.

Im 1. Obergeschoss sind drei OP-Ein-

heiten untergebracht, wobei zwei davon als Herz- bzw. als Thorax-OP ausgestattet sind und der dritte als Dispo-OP bis zur Hygieneabnahme vorbereitet wurde. Die bauliche Ausführung des Herz-OP's ermöglicht auch die Nutzung als Hybrid-OP mit einer Angiographieeinheit. Dies erfordert Maßnahmen wie die Flächenausdehnung des Herz-OP's auf 80m<sup>2</sup>, die Errichtung von zusätzlichen Nebenräumen wie Schaltraum und Technikraum, erhöhten Strahlenschutz sowie zusätzliche statische Maßnahmen durch den Einbau einer Schwerlastdecke.

Die für den Hybrid-OP notwendige Herzkatheteranlage mit Messplatz wird

als eigenes Projekt unter LKH 2020 finanziert und ermöglicht eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Herzchirurgen und Kardiologen.

Die Haupteerschließung dieses Erweiterungsbaues erfolgt über das bestehende Operationszentrum A und erforderte auch dort bauliche Maßnahmen im ersten Obergeschoss. Im Zuge der Errichtung der Erschließungsflächen sind Adaptierungen in der Einschleusung sowohl im OP-Organisations- als auch im Geräteraum erfolgt. Dadurch ergeben sich Änderungen innerhalb der Anordnung der Lagerflächen. Der bestehende Sozialraum wird in den Neubau verlegt.

## Zahlen & Fakten

**Kosten:** 7,882 Millionen Euro

### Termine:

Baubeginn: 2. Juni 2009

Inbetriebnahme: 14. Juni 2010

Bauzeit: 11 Monate

*Panorama-Ansicht vom neuen OP-Zentrum Hybrid-OP Univ.Klinik Graz. Foto: Lorenz-Consult*



# Neuer Hybrid-OP-Saal im Herzzentrum Graz

ÖSTERREICHISCHER  
HERZVERBAND



## Univ. Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg

Leiter der Klinischen Abteilung für Herzchirurgie

Leiter der Klinischen Abteilung für Transplantationschirurgie

Vorstand der Univ. Klinik für Chirurgie Graz

aber auch im Rahmen von Standard-Operationen angeboten.

Durch die Kombination einer stationären Angiographie-Anlage im Ambiente eines modernst ausgestatteten, großzügigen Herz-OP's wird den uns anvertrauten Patienten von beiden Welten das Beste in Kombination angeboten.

Die Folge für den Patienten ist in der Regel ein verkürzter Krankenhausaufenthalt, frühere Mobilisation und raschere Rehabilitation aufgrund geringerer Schmerzen. Weiters sind damit Herzfehler und Erkrankungen der großen Hauptschlagader behandelbar, die früher entweder überhaupt inoperabel oder nur mit großem Zeitaufwand und endlos langen Operationen durchführbar waren.

Der Erfolg dieser interdisziplinären Teams bedeutet aber, dass beide Berufsbilder ihre gewohnten Arbeitsbereiche verlassen und in einem gemeinsamen Arbeitsumfeld verschmelzen.

Diese sogenannten Hybrid-Operationssäle sind nach neuesten Erkenntnissen und Bedürfnissen der dort arbei-

*Blaue Farblampen sorgen für ein beruhigendes stimulierendes Licht. Die Deckenampeln ermöglichen eine multifunktionale Versorgung der PatientInnen.*

Herzchirurgie und Kardiologie sind äußerst erfolgreiche Fächer in der Medizin. Ihre großartigen Erfolge sind begründet in unglaublicher Innovationskraft, sensationelle Entwicklung in der Technik und hoher Wissenschaftlichkeit.

Beide Fächer sind aufgrund der raschen Entwicklung natürlich auch einer hohen Veränderung des Faches unterworfen, wobei festzuhalten ist, dass einerseits die Kardiologie durch ihre Interventionen immer invasiver wird und andererseits die Chirurgie zur Vermeidung des Eröffnungstraumas immer mehr minimal invasiv. Diese Annäherung der beiden Fächer bedeutet einen unglaublichen Vorteil für die uns anvertrauten Patienten und wird möglicherweise in ferner Zukunft zu einem Verschmelzen der beiden Fächer führen. Die hohe Interdisziplinarität der gemeinsam durchgeführten Therapie bei komplexen Herz-Kreislauf-Erkrankungen hat den wesentlichen und maßgeblichen Vorteil in einer gemeinsamen und kombinierten Anwendung des Fachwissens und der Fähigkeiten beider Fächer.

Dabei werden moderne minimal invasive Chirurgie mit endoluminalen Kathertertechniken kombiniert und damit ein völlig neues Feld an Therapiekonzepten – sogenannte Hybrid-Eingriffe möglichst in einer speziell gestalteten Umgebung mehr und mehr Hochrisiko-Patienten

tenden Spezialisten ausgestattet und stellen die in Beton gegossene Interdisziplinarität zwischen Herzchirurgie und Kardiologie dar.

Selbstverständlich sind auch die Kinderkardiologen sowie die interventionellen Kollegen der Radiologie mit eingebunden, so dass es sich wirklich um ein multidisziplinäres Betätigungsfeld der modernsten Medizin handelt.

Die Operationen, die dort durchgeführt werden können, werden als sogenannte Hybrid-Eingriffe bezeichnet und sind unter anderem minimal invasiv eingebrachte Stent ähnliche Aortenklappen, Stentgraft-Implantationen in die thorakale Aorta mit und ohne chirurgische Aortenbogenrekonstruktion, sowie Hybrid-Coronararterienrevascularisationen, bei der minimale invasive Bypasschirurgie mit endoluminaler intraoperativ gesetzter Coronar-Stent-Implantation kombiniert wird.

Dem Kinderherzchirurgen gemeinsam mit dem Kinderkardiologen steht dieser Hybrid-OP für komplizierte kongenitale Herzfehler, sowie das Einbringen für minimal invasiv eingebrachte Pulmonalarterienklappen zur Verfügung.



Auch die Qualitätskontrolle dieser komplexen Herzfehler sowie etwa bei Coronarbypass-Operationen ist durch diesen Operationsaal möglich geworden.

Bei der Planung des Hybrid-OP's ist zu beachten gewesen, dass die unterschiedlichsten Berufsgruppen nämlich Herzchirurgen, Kardiologen, Kinderkardiologen, Radiologen, Anästhesisten, Kardiotechniker, OP-Schwwestern und RTA's aufeinander treffen und die Kooperationsbedingungen aufgrund unterschiedlichster Organisationslogiken und Berufskulturen belastet werden.

Für das gedeihliche Funktionieren eines derartigen Hybrid-OP's ist eine vorangehende gründliche Raumplanung von unbedingter Notwendigkeit. Sind doch die chirurgischen Ausrüstungsgegenstände wie OP-Tisch, OP-Leuchte, deckengebundene Medizingasleitungen aber auch Elektrokauter, Monitore etc.

mit der dort voll integrierten Angiographie-Anlage zu koordinieren.

Auch der im Bereich des Operationsfeldes herrschende laminare Airflow wird nicht nur durch die Lampen, sondern auch durch die Angiographie-Anlage gestört.

Wir in Graz haben uns nach langer Diskussion für eine deckengebundene Angiographie-Anlage entschieden, um den Boden aus hygienischen Gründen möglichst frei zu halten.

Die dazugehörigen Nebenräume wie Steuerungsraum, Waschraum, Kardiotechnikerraum sind großzügig mitgeplant und ermöglichen erst das reibungslose Funktionieren in diesem Hybrid-OP.

Anfang Juni wurde der Hybrid-OP feierlich durch Frau LR Dr. Bettina Vollath eröffnet. Chirurgen wie Kardiologen sind erfolgreich auf das Gerät trainiert und die

ersten Einsätze mit der Angiographie-Anlage aber auch im Normalbetrieb der Chirurgie sind bereits erfolgt.

Die ersten Klappenimplantationen werden Mitte bis Ende Juli 2010 erfolgen, so dass damit dann der erste neugebaute voll einsatzfähige Hybrid-Operationsaal Österreichs in Betrieb gegangen ist.

### Literatur beim Verfasser:

Univ. Prof. Dr. KH. Tscheliessnigg

Leiter der Klinischen Abteilung für Herzchirurgie

Leiter der Klinischen Abteilung für Transplantationschirurgie

Vorstand der Univ.Klinik für Chirurgie Graz

Auenbruggerplatz 29, 8036 Graz

Tel: 0316-385-12730

Karlheinz.tscheliessnigg@medunigraz.at





OA. Dr. Rudi Lind

LKH - Bad Aussee Abteilung für Innere Medizin,

Ich möchte Ihnen hier an dieser Stelle etwas über das Gefäßsystem in unserem Körper erzählen mit Betonung des venösen Schenkels. Unser Gefäßsystem besteht aus zwei Komponenten, einem Hochdrucksystem (Arterien), und einem Niederdrucksystem (Venen), zwischengeschaltet sind die Kapillaren die beide Systeme miteinander verbinden.

Die Venen bringen aus der Körperperipherie das Blut zum Herzen zurück, der Aufbau der Venenwand ist nicht so strukturiert wie der einer Arterie und im Gegensatz zu einer Arterie besitzen Venen Klappen, die das Zurückfließen des Blutes verhindern.



Werden diese Klappen im Laufe des Lebens durch Thrombosen, Entzündungen oder andere Ursachen zerstört, entstehen Varizen, im Allgemeinen unter dem Namen Krampfadern bekannt. Ebenso kann einmal eine

angeborene Bindegewebschwäche oder ein Abflusshindernis, wie zum Beispiel ein Tumor dafür verantwortlich gemacht werden. Auch stehende und sitzende Berufe können die Entstehung von Krampfadern begünstigen, da für den Rücktransport des Blutes auch die Muskelpumpe der Beinmuskulatur benötigt wird. Abgesehen davon, dass Krampfadern kosmetisch störend wirken, sind sie auch für eine Reihe von Folgeerkrankungen ursächlich anzuführen. Wie vorher erwähnt sind die Venen ein Niederdrucksystem, kommt es nun zu einer Stauung in den Venen, erhöht sich der Druck, die Venen werden ausgedehnt und es wird Flüssigkeit in



das angrenzende Gewebe hinaus gepresst, es kommt zu Unterschenkelödem. In weiterer Folge kann es zu Gewebsverhärtungen kommen, zu Verfärbungen und zu guter Letzt auch zum Ulcus cruris venosum, das sich zumeist an der Innenseite des Unterschenkels

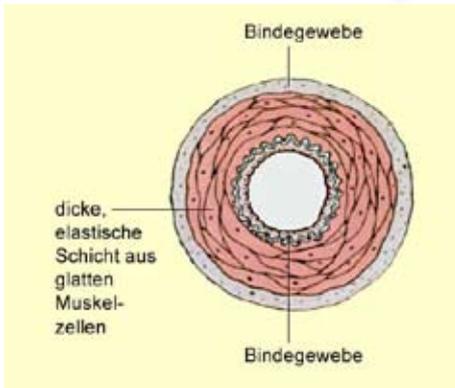


oberhalb des Knöchels befindet. Sind Krampfadern vorhanden, können außer den bereits erwähnten Krankheiten noch zusätzliche Komplikationen auftreten. So besteht ein erhöhtes Risiko für Thrombosen, vor allem dann, wenn noch zusätzliche Risikofaktoren wie das Rauchen oder bei Frauen die Einnahme der Pille vorhanden sind. In weiterer Folge drohen dann thromboembolische Ereignisse bis hin zur tödlich verlaufenden Lungenarterienembolie.



In der westlichen Zivilisation ist bereits jeder Zweite von einem Venenleiden befallen, und wenn man bedenkt, dass unsere Füße uns während eines Lebens bis zu 160000 km tragen müssen, sollte man darauf achten, seine Venen zu pflegen. Das Allerwichtigste ist Bewegung, bei sitzenden Berufen zwischendurch aufstehen ein paar Schritte gehen, bei stehenden Berufen kurz hinlegen und die Beine hochlagern. Wandern, Radfahren, Schwimmen, Gymnastik, einfach jede Art von Bewegung ist gut, um unsere Venen in Schuss zu halten. Bei der Ernährung gelten die gleichen Empfehlungen wie für Herzpatienten: weniger tierische Fette, mehr Obst und Gemüse, mindestens 2l Flüssigkeit pro Tag, Vorsicht bei Alkohol und Kaffee.

Es gibt prinzipiell drei Arten von Behandlungsmöglichkeiten der Venener-



Aufbau einer Arterie.

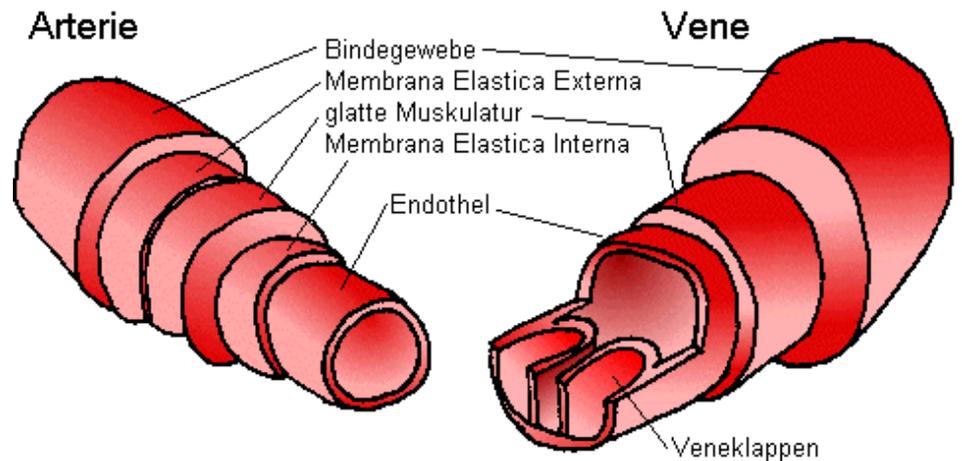
krankungen, eine Konservative, eine Operative und die Venenverödung. Welche Methode angewandt wird, entscheidet sich nach den Umständen und richtet sich auch nach den Untersuchungsergebnissen, die vor einem Eingriff notwendig sind. An Untersuchungen sind die Venendopplersonographie und die Phlebographie zu erwähnen.

Nun ein paar Worte zu den Arterien, wobei ein paar Worte sicher nicht die Komplexität dieses Systems nur annähernd darstellen können. Allein die Innenauskleidung, das Endothel, das natürlich auch die Venen auskleidet, ist in seiner Gesamtheit ein eigenes Kapitel und überschreitet die Fachrichtungen quer durch die Innere Medizin. In den Arterien wird das Blut vom Herzen in die Peripherie unseres Körpers gepumpt. Der Aufbau ist komplexer als bei den Venen; die Arterien haben eine deutlich dickere Muskelschicht als Venen. Wir unterscheiden drei Typen: Den muskulären Typ, den elastischen Typ und die sogenannten Sperrarterien mit einem eigenen Wandaufbau. Die muskel-

starken Arterien in der Peripherie sind Widerstandsgefäße und bestimmen unseren Blutdruck mit, die elastischen Arterien sind herznahe gelegen, haben eine Windkesselfunktion; ihre Funktion ist es, den durch den Herzschlag eher ruckartigen Blutfluss in eine eher kontinuierliche Strömung umzuleiten und damit Blutdruckspitzen und Blutdrucktiefen zu vermeiden.

Da die Arterien viel größeren Scherkräften als die Venen ausgeliefert sind, sind sie auch anfälliger für kleine Verletzungen der Gefäßinnenhaut. Neben vielen anderen Faktoren wie Hoch-

druck, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes und noch viele mehr, sind auch diese kleinen Verletzungen für die Entstehung der Arteriosklerose mitverantwortlich. Neben der Arteriosklerose gibt es noch viele andere Erkrankungen der Arterien, auf diese einzugehen würde den Rahmen dieses Artikels bei weitem sprengen. Es sei nur erwähnt, dass das Immunsystem in vielen Fällen beteiligt ist und sehr oft Erkrankungen der Arterien auf einzelne oder mehrere Organe beschränkt sein können. An Untersuchungsmöglichkeiten stehen der Medizin neben dem Labor die Sonographie, Computertomographie die MR sowie die Angiographie zur Verfügung. Vorbeugend wirkt auch bei den arteriellen Erkrankungen Bewegung, das Beseitigen von Risikofaktoren, wie Änderung der Ernährungsgewohnheiten, Verzicht auf Tabakwaren und Vermeidung von negativem Stress. Falls vorhanden, sollte ein erhöhter Blutdruck, ein Diabetes oder eine Fettstoffwechselstörung unter ärztlicher Kontrolle gut eingestellt sein.



druck, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes und noch viele mehr, sind auch diese kleinen Verletzungen für die Entstehung der Arteriosklerose mitverantwortlich. Neben der Arteriosklerose gibt es noch viele andere Erkrankungen der Arterien, auf diese einzugehen würde den Rahmen dieses Artikels bei weitem sprengen. Es sei nur erwähnt, dass das Immunsystem in vielen Fällen beteiligt ist und sehr oft Erkrankungen der Arterien

Bei Beschwerden wenden Sie sich an den Arzt Ihres Vertrauens.

Mit lieben Grüßen aus dem Ausseerland  
OA. Dr. Rudi Lind



#### **Univ.-Prof. DDr. Andrea Olschewski**

*Leiterin des Ludwig Boltzmann Instituts für Lungengefäßforschung,*

*Experimentelle Anästhesiologie Med. Uni Graz*

#### **Med Uni Graz ist Standort für neues Ludwig Boltzmann Institut für Lungengefäßforschung**

#### **Intensive Erforschung der heimtückischen Lungenhochdruckerkrankung**

Graz, am 1. Juli 2010: An der Med. Uni Graz wird dieses Jahr ein weiteres Ludwig Boltzmann Institut (LBI) gegründet. Der Startschuss dafür fällt heute. Das Ludwig Boltzmann Institut für Lungengefäßforschung wird in den nächsten sieben Jahren intensiv die lebensbedrohlichen Lungenhochdruckerkrankungen erforschen. „Der Schwerpunkt liegt bei den molekularen Mechanismen des Gefäßumbaus, der zur Entstehung der Krankheit führt, der Entwicklung maßgeschneiderter Therapien und der Früherkennung und Frühtherapie der Krankheit. In dem neu-

en Institut bringen wir WissenschaftlerInnen aus der Grundlagenforschung und klinische ÄrztInnen in einem Zentrum zusammen und werden zukunftsweisende Forschung mit effizienter und zeitnaher Umsetzung durch Wirtschaftspartner verbinden. Wir wollen durch Erzielung von Synergie- und Transferwirkungen weltweit führend auf unserem Forschungsgebiet werden und den Wissenschafts- und Forschungsstandort Graz weiter ausbauen,“ erklärt Univ.-Prof. DDr. Andrea Olschewski, Leiterin des neuen LBI. Lungenhochdruck ist eine heimtückische Krankheit mit einer hohen Dunkelziffer, da typische Krankheitszeichen fehlen und die Symptome unspezifisch und mannigfaltig sind. Eine Diagnose ist sehr aufwändig. Das neue LBI für Lungengefäßkrankung soll durch einfachere und schonendere Verfahren eine frühe Diagnose ermöglichen und wenn möglich mit nicht-invasiven Verfahren und durch gezielte Medikamentenentwicklung neue Standards setzen, um die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

#### **Lungenhochdruck – eine gefährliche Erkrankung mit schleichendem Verlauf**

Pulmonale Hypertonie (Lungenhochdruck) ist eine gefährliche Erkrankung mit schleichendem Verlauf. Sie ist oft die Folge von Lungen- oder Herzerkrankungen, kann aber auch ohne diese auftreten. Dann trifft sie nicht selten Patienten zwischen dem 30. und 50. Lebensjahr, also in den produktivsten Jahren. Das neue LBI für Lungengefäßforschung wird sich mit dem ganzen Spektrum des Lungenhochdrucks beschäftigen. Die Dunkelziffer der Betroffenen ist hoch. Man geht etwa davon aus, dass die Hälfte der Patienten mit einer chronisch obstruktiven Lungenerkrankung, heute laut WHO weltweit die vierthäufigste Todesursache, einen Lungenhochdruck entwickeln. Das bedeutet, dass Millionen von Menschen von einer pulmonalen Hypertonie betroffen sind. Die Behandlungskosten betragen bis zu € 300.000,-/Jahr, wenn der Lungenhochdruck schon weit fortgeschritten und die lebensrettende Therapie entsprechend aufwändig ist.

#### **International erfahrene Partner des LBI**

Standort des neuen LBI ist die Med. Uni Graz, die auch als Partnerin des LBI fungiert. Weitere namhafte Partner sind die Österreichische Akademie der Wissenschaften sowie die Bayer Schering Pharma AG und der deutsche Medizintechnikhersteller Nebu-Tec. Für die ersten vier Jahre bekommt das Institut rund € 9 Mio. von den Partnern und von der Ludwig Boltzmann Gesellschaft. Etwa 25 Mitarbeiter werden in den nächsten Jahren an der Beantwortung der vielen offenen Fragen um diese gefährliche Erkrankung arbeiten. Mag. Claudia Lingner, Geschäftsführerin der Ludwig Boltzmann Gesellschaft, unterstreicht die Bedeutung des neuen Instituts: „Die Gutachter bewerteten dieses Konzept inhaltlich äußerst positiv. Dazu kam, dass die Struktur des LBI wie maßgeschneidert zu den Ausschreibungsrichtlinien passte – es wird Grundlagen- und klinische Forschung auf hohem Niveau betrieben. Dieses LBI hat das Potential für eines der besten Zentren für Lungengefäßforschung weltweit mit einer hohen internationalen Anbindung. Auch die Partnerstruktur ist optimal auf das Forschungsprogramm ausgerichtet: die ÖAW, die beiden Pharmaunternehmen und die strategische Einbettung in die Med. Uni Graz, mit der wir bereits erfolgreich zusammen arbeiten im Fall des LBI für Klinisch-Forensische Bildgebung, garantieren eine erfolgreiche Kooperation.“ Welche Ziele haben sich die Partner aus der Wirtschaft, die Unternehmen Nebu-Tec und Bayer Schering Pharma AG in dieses Projekt gesetzt? Stefan Kern, Managing Director Nebu-Tec, beschreibt das Know-how seines Unternehmens bei der Behandlung von Lungenhochdruck: „Nebu-Tec ist auf die Entwicklung und Herstellung von Inhalationsgeräten zur Behandlung der pulmonalen Hypertonie spezialisiert und versorgt, zusammen mit namhaften Partnern aus der Pharmabranche, Patienten weltweit. Wir erwarten für uns aus der Zusammenarbeit mit dem LBI und Frau Prof. Olschewski neue weiterführende Ergebnisse und Erkenntnisse für die Weiterentwicklung unserer Geräte und somit weitere Verbesserungen der Behandlungsmöglichkeiten und der Lebensqualität der Patienten“. Die Bayer Schering Pharma AG als innovatives Phar-

maunternahmen beteiligt sich ebenfalls am LBI in Graz. Einer der Forschungsschwerpunkte des Unternehmens liegt auf dem Gebiet des Lungenhochdrucks. In der Zusammenarbeit mit Frau Prof. Andrea Olschewski und ihrem Team am LBI sollen vertiefte Einsichten in das Entstehen und Voranschreiten des Lungenhochdrucks gewonnen werden und damit neue Möglichkeiten der Entwicklung von innovativen Medikamenten und einer verbesserten Patientenversorgung geschaffen werden.

#### Erfahrene Expertin und Wissenschaftlerin leitet das neue Institut

Mit Univ.-Prof. DDr. Andrea Olschewski leitet eine erfahrene und engagierte Expertin das neue LBI. Der Forschungsschwerpunkt der Anästhesistin und Intensivmedizinerin liegt im klinischexperimentellen Bereich und konzentriert sich seit vielen Jahren auf die Lungenzirkulation. Für ihre Arbeit wurde sie in den letzten Jahren wiederholt mit internationalen Forschungspreisen geehrt. Sie kooperiert sehr erfolgreich mit Forschergruppen in Europa und den USA, sowie mit renommierten Kollegen an der Med. Uni Graz. An der Med. Uni Graz ist sie neben ihrer intensiven Forschungsarbeit als Dekanin

für Doktoratsstudien der Medizinischen Universität Graz aktiv. Eine exzellente Ausbildung und Betreuung von jungen Wissenschaftlern liegt ihr besonders am Herzen. Sie erhielt dafür im letzten Jahr den Mentoring-Preis der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin.

#### Zwei Ludwig Boltzmann Institute innerhalb von 2 Jahren an der Med. Uni Graz

Mit dem Ludwig Boltzmann Institut für Lungengefäßforschung wird innerhalb von zwei Jahren bereits das zweite LBI an der Med Uni Graz gegründet. Die neuen Ludwig Boltzmann Institute werden nach einem strengen mehrstufigen internationalen Begutachtungsverfahren eingerichtet. Sie verbinden traditionell forschende und forschungsanwendende Organisationen und etablieren hochqualitative und langfristig ausgerichtete Forschungsprogramme auf internationalem Niveau. Im Mittelpunkt des Ludwig Boltzmann Instituts für Klinisch-Forensische Bildgebung, das im Herbst 2008 an der Med Uni Graz eröffnet wurde, steht die gerichtsmedizinische Untersuchung von lebenden Personen im Zusammenhang mit der Klärung rechtlicher Fragestellungen.

#### Facts & Figures

- Lungenhochdruck: Schwere Erkrankung mit schleichendem und irreversiblen Krankheitsverlauf
- Hohe Dunkelziffer, da typische Krankheitszeichen fehlen und Symptome unspezifisch und vielfältig sind
- Hohe volkswirtschaftliche Kosten, da die Behandlung im fortgeschritten Stadium sehr aufwändig ist und die Patienten oft im „produktivsten Alter“ trifft; Behandlungskosten bis zu € 300.000,-/ Jahr
- Schwerpunkte des neuen LBI: Entdeckung neuer Mechanismen des Gefäßumbaus, Früherkennung der Krankheit, Entwicklung nicht-invasiver Diagnostik und innovativer Therapien um die Lebensqualität und die Lebenserwartung der Betroffenen zu steigern
- Zukunftsweisende Forschung mit effizienter und zeitnahe Umsetzung durch starke Wirtschaftspartner
- Aufbau einer kritischen Masse mit 25 neuen Arbeitsplätze für mindestens 7 Jahre auf dem Forschungsgebiet „Lungenzirkulation“ als zentrales Alleinstellungsmerkmal des Instituts für Österreich

- In den nächsten 4 Jahren fließen 9 Mio EUR von der Ludwig Boltzmann Gesellschaft und den Partnern in das neue Institut

- Standort ist die Med Uni Graz. Weitere Partner: Österreichische Akademie der Wissenschaften, Nebu-Tec, Bayer Schering Pharma AG

#### Kontakt:

Univ.-Prof. DDr. Andrea Olschewski

Leiterin des Ludwig Boltzmann Instituts für Lungengefäßforschung,

Professorin für Experimentelle Anästhesiologie

andrea.olschewski@medu-nigraz.at

Tel: +43-316-385-72057

## 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.



# In der Ruhe liegt die Kraft - in sich selbst ruhen!



Die Vereinbarkeit von Familie, Beruf und persönliche Gesundheit ist in meinen Augen in erster Linie auf das persönliche innere Gleichgewicht zurückzuführen. Bin ich stark, ruhe ich in meiner Mitte, wird sich das positiv auf mich und mein Umfeld auswirken. Daher ist es in erster Linie wichtig auf sich selbst zu schauen. Sich selbst Aufmerksamkeit zu schenken, um die Familie, den Beruf, die eigenen Wünsche und seine Gesundheit „unter einen gut sitzenden und strahlenden Hut“ zu bekommen.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) geht es darum, mit einer angepassten Lebensführung, Krankheiten vorzubeugen. Schnupfen, ständige Kopfschmerzen, Schlafstörungen gehören auch schon in die hier angesprochene Kategorie von Krankheiten. Jeder hat wohl schon einmal wahrgenommen, wie leicht die Stimmung in der Familie kippt, wenn ein Familienmitglied starke Kopfschmerzen hat.

## DI Dr. Claudia Brandner

Dipl. Ernährungsberaterin nach der Chinesischen Diätik  
Dipl. Shaolin QiGong Lehrerin

### Tipps für den Alltag

**Regelmäßigkeit** Essen Sie regelmäßig, denn Ihre Mitte und damit auch Ihre Verdauung wird mit Regelmäßigkeiten in Ihrem Leben gestärkt. Nehmen Sie sich Zeit zum Essen und führen Sie keine Streitgespräche während dem Essen. Ihr Magen nimmt alles auf, also Essen und die vielleicht nicht sehr schönen Worte eines Streits, mit dem Ergebnis: Druckgefühl, Verdauungsbeschwerden, usw. Freuen Sie sich auf das Essen und genießen Sie es in einer entspannten Atmosphäre mit lieben Menschen.

**Das Auge isst mit** Ein schön gedeckter Tisch – auch wenn Sie allein essen – erfreut Ihre Mitte und stärkt diese mehr als Sie vielleicht glauben mögen. Essen Sie nicht aus dem Topf im Stehen, während Sie den Tag planen. Decken Sie den Tisch, zünden Sie eine Kerze an, richten Sie Ihre Mahlzeit schön an – es ist ein Zeichen von Liebe und Wertschätzung sich und seiner Familie gegenüber. Und das täglich!

**Atempause** Legen Sie regelmäßig eine Pause ein. Sorgen Sie für Frischluft. Setzen Sie sich hin und atmen Sie tief und langsam 5-8 Atemzüge ein und aus - mit aufrechtem Rücken. Stellen Sie dabei die Fußsohlen auf den Boden und legen Sie Ihre Hände entspannt auf die Oberschenkel. Vielfach wird empfohlen, dass dabei die Handinnenflächen nach oben schauen. Wenn das nicht möglich ist, drehen Sie Ihre Handflächen einfach um. Schließen Sie dabei die Augen und konzentrieren Sie sich auf das Atmen – nur dort hin. Dann stehen Sie auf und strecken Sie sich, greifen Sie nach den Sternen (Arme nach oben) und recken Sie sich (auf die Zehen stellen). Und lächeln Sie dabei! Atmen Sie dabei 5-8x tief ein und aus. Sie können den gepflückten Stern einer besonderen Person geben. Frei nach dem Motto: täglich eine gute Tat!

**Streicheleinheiten** Wenn Sie sich eincremen, dann tun Sie es liebevoll. So als ob Sie über den Kopf eines Babys streicheln würden. Schenken Sie sich für diese kurze Zeit die volle Aufmerksamkeit und

genießen Sie es. Mit dieser Aufmerksamkeit kümmern Sie sich um Ihre Seele. Sie greifen damit auf Ihre eigene Energiequelle zu. Sie werden es nach einiger Zeit spüren! Zum Schluss werfen Sie sich noch einen Kuss über den Spiegel zu, bevor Sie das Badezimmer mit einem Lächeln verlassen. Der Tag (der Abend) kann kommen!

**Schönheitsschlaf** Der Schlaf vor Mitternacht wird bei uns als Schönheitsschlaf tituliert. Zu Recht! Die Ruhe, die Energien der Nacht braucht der Körper um sich gut regenerieren zu können. Probieren Sie es einfach aus. Die Qualität des Schlafes von 23 – 5 Uhr ist eine wesentlich Andere, als jene von 2 – 8 Uhr, oder? Die Schlafdauer ist individuell verschieden, doch die Qualität wird durch das Schlafen vor Mitternacht verbessert.

**Pfützen hüpfen** Wann haben Sie das letzte Mal so richtig gelacht? Eine oft angelernte Eigenkontrolle der eigenen Emotionen, positive wie negative, führt zu einer Stauung der Energien im Körper – Schmerzen sind die Folge. Freuen Sie sich auf das nächste Regenwetter und hüpfen Sie von einer Regenpfütze in die andere. Es wird Ihnen Spaß machen und die Waschmaschine kümmert sich um den Rest. Es ist an der Zeit, nicht immer alle Vorgaben und Regeln zu beachten – solange niemand dabei verletzt wird! Und haben Sie schon mal versucht, Ihre Zähne mit der linken Hand zu putzen? Und vielleicht dabei auch noch auf einem Bein zu stehen? Spaß ist das Wichtigste für Ihre Leberenergie. Traurige Nachrichten finden ganz alleine den Weg zu uns, die guten muss man oft suchen. Also sorgen Sie dafür, dass Sie immer wieder zum Lachen kommen, dass Sie sich über die kleinen Dinge des Lebens freuen. Schauen Sie sich Ihre Stadt, Ihren Ort mal mit den Augen eines Touristen an. Sie werden staunen, wie viel schöne Dinge es in Ihrer Umgebung gibt, die sicherlich mehr als einmal ein Lächeln wert sind!

**Ruhe finden!** Drei Minuten täglich gezielt ruhig sein. Wenn möglich, immer zur gleichen Zeit. Sie wissen ja, Regelmäßigkeit stärkt Ihre Mitte. Setzen Sie sich mit aufrechter Wirbelsäule hin. Fußsohlen

auf den Boden und die Hände liegen entspannt auf den Oberschenkeln. Atmen Sie 3x tief ein und aus, schließen Sie die Augen und konzentrieren Sie sich die nächsten drei Minuten darauf, Ihre Wirbelsäule gerade zu halten. Dabei atmen Sie ganz ruhig. Zum Abschluss wieder 3x tief ein- und ausatmen und die Augen öffnen. Während dieser drei Minuten versuchen Sie mit Ihren Gedanken nur bei Ihrer Wirbelsäule zu verharren und z.B. keine Pläne für das Wochenende zu schmieden. Es braucht ein wenig Übung – doch die

aus dieser kleinen Übung hervorgehende Ruhe werden Sie bald spüren. Eine Steigerung der Übungsdauer ist natürlich möglich.

### Zu meiner Person:

Ich führe Ernährungsberatungen nach der Traditionellen Chinesischen Medizin inkl. Zungen- und Pulsdiagnostik durch. Ich lehre Shaolin QiGong und Shaolin Tai Chi in Seminaren und Kursen und gebe mein Wissen rund um die Ernährung und

die Bewegung basierend auf der TCM in Vorträgen, Seminaren und Workshops weiter.

Mein Ziel liegt darin, die nachhaltige und eigenverantwortliche Gesunderhaltung wieder in die Köpfe der Menschen zu bringen. Neben der betrieblichen Gesundheitsvorsorge beschäftige ich mich schwerpunktmäßig mit Burn Out, Stressmanagement und Work-Life-Balance – alles mit dem Hintergrund der TCM.

**Am Samstag, dem 16. Oktober veranstalten wir unseren Herztage wie gewohnt in der ehemaligen Pädak in Graz-Eggenberg.**



**Herztage 2010  
Bitte nicht vergessen  
und vormerken!**

**Unser heutiges Thema: Kurzatmigkeit und Leistungsminderung Vorbeugen, Erkennen und Behandlung der Herzleistungsschwäche. Eine Einladung mit Programm bekommen Sie rechtzeitig zugesandt.**

## Diesmal hatten wir Glück: unser steirisches Treffen in der Kaiserau am 12.6.2010

Rudi Streit von der Gruppe Rottenmann hatte uns im vergangenen Jahr versprochen, nachdem der so gut vorbereitete Tag verregnet war: diese Wanderung wiederholen wir! Der Termin war jahreszeitlich später geplant, aber dennoch bangten wir. All die Tage davor gab es Kälte und Regen. Der Tag unseres Aufbruchs aber begann mit einem sonnigen Morgen, die vielfältigen Grüntöne der Hänge des Murtales hoben sich wohlthuend ab von einem wolkenlosen Himmel. Erst ab St. Michael zeigten sich auf den Bergen Schneezungen, die mit zunehmender Höhe immer breiter wurden, ein Beweis unseres kalten Frühjahres! Ich empfand unsere Fahrt als ein stetiges Vordringen in eine noch reine Natur. Den Parkplatz auf der Kaiserau haben wir kaum wiedererkannt, sahen wir ihn im letzten Jahr nur durch einen Vorhang von Regen. Nun aber breiteten sich weite Wiesenflächen aus, umgeben von der dunklen Kulisse des Nadelwaldes, und über der Ebene zeigte sich der Admonter Kaibling in seiner ganzen Größe. Die übrigen Gruppen zogen von da los, wir, die Gruppe B, die mich für diese Zeit aufgenommen hatte, fuhren mit dem Bus auf bequemer Straße (im vergangenen Jahr war sie gesperrt!) vor bis zur Oberst Klinker Hütte. Hier fanden wir auch auf Anhieb die typischen Alpenpflanzen, nach denen wir im vergangenen Jahr vergeblich Ausschau gehalten hatten: auf den Wiesenstücken die Trollblumen (die ich als Kind Butterblumen nannte), im sumpfigen Gelände die bei uns längst verblühten Dotterblumen. Die Zeit der Schneerosen war aber auch dort schon vorbei. Nach einigen Versuchen, die schmalen Stege zum Anstieg in höhere Gelände zu nutzen, lagerten wir an der Kreuzung zur Wagenbänkalm. Nur die Gruppe A ging wohlgenut an uns vorüber und bergan. Wir aber waren gezwungen, einen kleinen Raum auszuloten. Um uns fanden sich Schwarzbeerstauden mit ihren kleinen Blütenglöckchen, eine einzige blühende Almaruschstaude, sich aufrollende Farne, verschiedene Moose. Aus



meiner Schulzeit klang mir das Wort „Haarmützenmoos“ im Ohr. Es waren kleine Freuden, die wir da sammelten.

Später, als alle Wanderer von ihren Touren zurückgekehrt waren und vor der Oberst Klinker Hütte Platz genommen hatten, jeder vor einem besonderen „alpinen Gericht“, bei den heiteren Klängen der von Rudi beauftragten Musikanten, war ein echter Hüttengeist spürbar.

Leider hatte es sich allmählich wettermäßig eingetrübt, Gewitterwolken zogen auf hinter den Bergen, aber da saßen wir schon im Bus und fuhren dem Wetter davon. Angefüllt mit Sonne kamen wir in Graz an.

Dieser schöne Tag wird sich über den verregneten im letzten Jahr schieben, dennoch können wir sagen: wir haben die Kaiserau bei Sturm und Sonne erprobt. Und dafür danken wir dem Organisator Rudi Streit herzlich!

Mir war es nur leid, dass sich auch in diesem Jahr die Gruppen zu wenig vermischten. Aber vielleicht ist das in so kurzer Zeit gar nicht möglich. Wir Älteren brauchen schon längere Zeit, um ein Vertraut sein festzuhalten.

*Erika Bodner, Graz vorübergehend Gruppe B*

## Wanderung zum Lahngang

Während eine Gruppe über die Wagenbänke-Lahngang zur Oberst Klinkerhütte wanderte, fuhren wir, die Wandergruppe A mit dem Bus bis zur Oberst Klinkerhütte, von wo wir einen herrlichen Ausblick hatten.

In majestätischer Größe glänzte der Kaibling, eingebettet zwischen Kreuzkogel-Riffel und Sparafeld, in der Sonne.

Mit unserer Wanderführerin Olga wollten wir der ersten Gruppe zum Lahngang entgegengehen. Leider war die Beschreibung des Weges etwas unklar, so dass wir uns erst in der Hütte mit der ersten Gruppe trafen.

Inzwischen kam um ca. 11 Uhr auch die Musikgruppe „Miteinander“ auf die Hütte, die uns dann mit ihren Weisen den Tag bis zur Abfahrt am Nachmittag verschönte.

Im Gesamten war es ein sehr gut ausgerichtetes Wandertag, dem hoffentlich noch manche folgen werden

*Ingrid Döhrn, Graz Gruppe A*







## Wanderung mit Eva über die Wagenbänke

Am Samstag, den 12.06.2010 ist es wieder mal soweit - die Teilnehmer aus den verschiedenen Gruppen des HV treffen sich zum jährlichen „Steirischen Wandertag“ in der Kaiserau.

Organisiert hat dieses Treffen wieder in bewährter Weise - so wie auch im Vorjahr - unser Rudi Streit von der Gruppe Rottenmann. Im Gegensatz zum Vorjahr, wo uns in der Kaiserau Regen und Schneefall erwartet hat, ist für heute herrliches Bergwetter angesagt.

Ich selbst bin heuer das erste Mal bei einem Steirischen Wandertag mit dabei und freue mich daher besonders auf dieses gemeinsame Wandererlebnis.

Um 7.00 Uhr fährt der Bus mit den Wanderfreunden aus Graz ab, unterwegs steigen in Frohnleiten und St. Michael die Teilnehmer der anderen Gruppen zu, insgesamt sind wir nun so an die 60 Teilnehmer.

Um 9.30 Uhr erreichen wir nach einer angenehmen Busfahrt unseren Ausgangspunkt, die Mautstelle in der Kaiserau. Hier werden wir von Rudi Streit und Eva Hohenwarter sehr herzlich begrüßt. Es bilden sich nun verschiedene Gruppen, ein Teil fährt mit dem Bus weiter zur Oberst-Klinke-Hütte und wandert von dort aus, ein weiterer Teil geht von der Mautstelle zu Fuß zur Hütte.

Wir sind eine Gruppe von ca. 25 Leuten und Eva, die sich in diesem Wandergebiet bestens auskennt, stellt uns die Route vor - über die Wagenbänkealm - Umrundung des Lahngangkogels zum Kalblinggatterl und weiter zur Oberst-Klinke-Hütte.

Bestens gelaunt und voller Elan machen wir uns auf den Weg - wir steigen gleich über eine Almwiese bergauf und nach ca. einer halben Stunde sind wir schon so richtig warm gelaufen und wir verschlafen kurz - der Weg führt weiter auf einer Forststraße bergan, wiederum so eine halbe Stunde mit viel Sonnenbegleitung und dann trennt sich die Gruppe. Ein Teil geht auf der Forststraße weiter bis zur Wagenbänkealm und wir anderen nehmen den „Gustlsteig“, einen schmalen aber sehr schönen Steig, der steil durch den Wald bergauf führt - hier gilt das Sprichwort „von der Stirne heiß rinnen muß der Schweiß“ - aber nach ca. 35 Minuten ist die Höhe erreicht und wir wandern gemütlich auf die vor uns liegende Wagenbänkealm in 1.565 m, die uns einladet, die Seele baumeln zu lassen. Vor uns öffnet sich eine herrliche Bergwelt mit Bösenstein, Totem Gebirge mit Warscheneck, Kalb-

ling, Sparafeld, Reichenstein, Totenköpfl, Grimming, Dachstein usw. Wir machen es uns bei einer unbewirtschafteten Hütte bequem und die mitgebrachte Jause schmeckt hervorragend. Inzwischen sind auch die anderen Wanderer auf der Alm eingelangt und genießen die Rast.

Gestärkt machen wir uns wieder gemeinsam auf den Weg Richtung Kalblinggatterl - der romantische Steig führt gut erkennbar durch den Wald gemächlich auf und ab um den Lahngangkogel herum, wir überqueren kleine Bäche und der Wald öffnet sich immer wieder zu herrlichen Ausblicken, die kurz zum Verweilen einladen - wir legen auch immer wieder kleine Pausen ein, in denen uns Eva unter anderem ein lustiges Mundartgedicht des Rottenmanners Ger-

hard Reitmaier - die raffinierte Frau“ - vortragt - und so erreichen wir nach gut einer Stunde in lustiger Stimmung das Gatterl. Hier steht ein schönes Kreuz, wir rasten kurz, und mit dem Sonnengebet, das Eva gemeinsam mit uns spricht, bedanken wir uns für diese schöne Wanderung und dass alles gut abgelaufen ist.

Nach einem kurzen Abstieg und insgesamt ca. 3 Stunden Gehzeit erreichen wir unser Ziel - die Oberst-Klinke-Hütte. Die Hütte selbst liegt ja direkt am Fuße des Admonter Kalblings in 1.486 m Höhe, inmitten malerischer Alm- und Waldflächen und ist Ausgangspunkt für herrliche alpine Wanderungen.

Inzwischen haben es sich nun alle HV-Wanderer bei der Hütte gemütlich gemacht, laben sich an Speis und Trank und genießen das gemütliche Beisammensein, das im Freien von Musik begleitet wird.

Jeder schöne Tag geht einmal zu Ende und so besteigen wir um 15.30 Uhr zwar etwas müde, aber voll mit wunderbaren Eindrücken unseren Bus und machen uns auf die Heimreise.

Es war wieder ein sehr gelungener und vom Wetter her ein herrlicher Wandertag, an dem vor allem das Gemeinsame, das Miteinander und die Freundschaft im Vordergrund standen.

Für die gute Organisation und das Gelingen dieses schönen Wandertages bedanken wir uns besonders herzlich bei Rudi Streit und Eva Hohenwarter.

*Roswitha Scheucher, Graz Gruppe F*



**Sonnengebet**

Ich stehe aufrecht, verwurzelt in der Erde,  
vom göttlichen Grund getragen stehe ich da.  
Ich falte meine Hände vor der Brust, vor meinem Herzen.  
Ich nehme meinen Atem wahr, seine belebende Kraft.  
Ich bin dankbar, dass ich lebe.  
Ich verneige mich, in Ehrfurcht vor der Schöpfung  
und allen Lebewesen.  
Meine Hände öffnen sich zu einer Schale, ich werde Schale,  
bereit zu empfangen und zu geben.  
Ich breite meine Arme aus, öffne mich weiter,  
voll Freude sage ich „ja“ zu diesem Tag.  
Ich bringe meine Hände über den Kopf, wie eine Blüte geöffnet. Ich schaue zu den Händen hinauf:  
Im göttlichen Licht wächst und blüht mein Leben.  
Ich beuge mich nach vorne, lasse mich los,  
überlasse mich Gott, der mich befreit.  
Ich richte mich auf und lege meine Hände auf meinen Bauch:  
Mit meinen vitalen Kräften wende ich mich den Menschen zu.  
Ich falte meine Hände, führe sie in Augenhöhe zur Stirn.  
Das göttliche Licht leuchte in mir und verwandle mich.  
Die gefalteten Hände gebe ich über meinen Kopf, wie eine brennende Kerze. Ich spüre die aufstei-  
gende Wärme:  
Lass mich Licht, Liebe und Kraft ausstrahlen!  
Langsam breite ich die Arme aus zu einer segnenden Geste:  
Lass mich Segen sein für die Menschen um mich!  
Zum Abschluss falte ich wieder die Hände vor der Brust und verneige mich. Ich richte mich auf. Ich  
bin da.  
Das Göttliche in mir grüßt das Göttliche in dir.  
Gott in mir, Gott in dir, dein Reich komme, dein Wille geschehe.  
Amen.





ZDRAVILIŠČE RADENCI

SINCE 1882

SAVA HOTELS & RESORTS

Nicht nur Ihr Körper braucht entspannende Wellnessstage, auch das Herz benötigt eine Entspannung – dies finden Sie alles unter einem Dach in der Therme Radenci!

**3=4**

[4 Nächte bleiben, 3 Nächte bezahlen]

3 x HP, Anreise Do.-So., oder 4x 3 HP, Anreise So.-Do., ab **149** Euro, Hotel Radin \*\*\*\* oder Hotel Izvir\*\*\*, inkl. Thermeneintritte, ein täglicher Eintritt in die Saunalandschaft, [1. 9. - 31. 10. 2010]

**Herzblatt ...**

3 Tage, 2 Nächte, 2 Personen **189** Euro, Hotel IZVIR\*\*\*, inkl. HP und Thermeneintritte, ein täglicher Eintritt in die Saunalandschaft, [bis 24.12. 2010]

**Radenska-Natürliches-Kohlensäure-Mineralbad**

Daß dieses Bad einzigartig in Europa ist, spricht die 130-jährige Tradition dafür. Ein dieses historische Bad genießt man schon um 11.- Euro.

Tel: 00386 2 520 27 20  
info@zdravilisce-radenci.si  
www.zdravilisce-radenci.si

I FEEL SLOVENIA



Investing in your future  
OPERATION PART FINANCED BY THE EUROPEAN UNION  
European Regional Development Fund

## Gruppe Graz

**Unsere Gemeinschaft trägt – eine beglückende Erfahrung!**

So unberechenbar ist unser Leben: am Vormittag wanderte ich noch mit zum Kumberg-See, wir aßen zusammen und am späteren Nachmittag lag ich schon mit einem Schenkelhalsbruch im Unfallkrankenhaus. Und dann war ich 4 Monate völlig ausgeschaltet, was das Wandern betrifft, der gewohnte Alltag mit all seinen Möglichkeiten war abgebrochen. Und dennoch erfuhr ich etwas Wesentliches: die menschliche Bewährung der Mitglieder unseres Herzverbandes! Wieder mit wandern zu können wurde für mich eine entscheidende Motivation, meine Wiederherstellung voranzutreiben.

Es ist nicht leicht, in späteren Jahren Freunde zu finden. Vorsichtiger sind wir geworden und vom Leben geprägt, das den Anderen leicht fremd erscheinen lässt. Ich aber durfte erkennen: aus meinen Wanderkameraden waren richtige Freunde geworden! Nicht nur im Krankenhaus bekam ich immer wieder Besuch und liebevoll ausgewählte Geschenke, es gab Anrufe, ich erfuhr die laufenden Wanderrouten und nahm so weiter teil am Gruppengeschehen. Herzlich kamen alle auf mich zu, nie hatte ich den Eindruck eines „Pflichtbesuches“. In den 3 Wochen bis zum Termin der Rehabilitation wurde mir praktische Hilfe angeboten wie Einkäufe, die Begleitung zum Friseur oder die Unterstützung bei der Körperpflege. Es brauchte mir nie peinlich

zu sein, diese Hilfen anzunehmen. Verlassen aber war ich auch am Rehabilitationsort nicht. Durch das Vertrauen werden unserer verschiedenen Lebenswege, das auf den Wanderungen durch die begleitenden Gespräche möglich ist, war etwas Bleibendes entstanden, das sich für mich zusätzlich gefestigt hat.

Was aber habe ich durch meinen Unfall neben diesem aufgehoben sein noch gelernt? Ich selbst konnte hoffen, dass ich bald wieder ohne wesentliche Behinderung einsetzbar bin. Dann aber war ich kurzfristig Gast in der Gruppe B, bei Menschen, deren Möglichkeiten schon auf Dauer begrenzt sind. Auch sie waren einmal begeisterte Wanderer und Sportler und haben den Verzicht lernen müssen! Mein eingebunden sein in die schwächere Gruppe war für mich eine engere Berührung auch mit meinen kommenden Jahren. Es ist nicht leicht anzunehmen, dass gerade das unbewusste Aufnehmen der vielen verschiedenen Natureindrücke, die durch ein flüssiges Gehen, durch Steigungen und Ebenen natürlich gegeben sind, einmal nicht mehr möglich sein wird. Es wird dann schwerer sein, das psychische Gleichgewicht zu erhalten, wenn diese Bereicherung fehlt. Für mich sind gerade die Anstiege wichtig, sie sind für mich auch ein inneres „Bergauf“. Dass aber auch dann, wenn der Wechsel in eine andere Lebensform dauerhaft sein wird, eine Verbindung mit den Weggefährten bestehen bleibt, das ist – besonders für Alleinstehende – eine tröstliche Vorschau.

*Erika Bodner*

## Wanderung am Brahmweg

Wir fuhren mit dem Zug nach Müzzzuschlag. Das Wetter war gut, keine Sonne, aber ideal zum Wandern. Erst ging's durch die Stadt, dann ein steilerer Weg, bis wir durch einen schönen Waldweg zum Ganzstein kamen. Dort machten wir eine Rast – siehe Foto. Anschließend ging's wieder bergab zu einem sehr guten Gasthaus „Steinbauer“. Dort wurde uns ein frischer Schweinsbraten angeboten. Nach einem Abstecher in eine Konditorei in Müzzzuschlag mussten wir, gut gelaunt, noch einige Minuten auf unseren Zug warten, der uns wieder nach Graz brachte.

*Peggy*



## Am Rennfeld und auf der Hochalm Maria Schnee

Trotz der tropischen Temperaturen haben wir in diesem Sommer wunderschöne Wanderungen gemacht.

Besonders gefordert hat uns der Aufstieg auf das Rennfeld unter der fachkundigen und aufmerksamen Führung von Elfi. Wir waren stolz auf uns, als wir etwas müde, beim Gipfelkreuz das traditionelle Foto schossen und als Belohnung Josef den „Mariazeller“ herumreichte. Der Hüttenwirt steigerte unser Stimmungshoch noch mehr, er erzählte uns viele Witze und krönte unseren Gipfelsieg mit einem von ihm gespendeten

„Schnapslerl“. Wir ahnten nicht wirklich, welche Anforderungen der Abstieg an unsere Knie und Muskeln stellen würde. Sogar zwei unserer unverwüstlichen „Bergrenner“ (Margret und Sepp) kämpften letztlich mit dem steilen Gelände. Beim Auto angekommen und beim Anblick der Wallfahrtskirche Maria Rehgogel empfanden wir ein tiefes und beglückendes Gefühl.

Mit Elfi wanderten wir auch auf die Hochalm Maria Schnee bei Seckau. Der Aufstieg (ca. 700 Höhenmeter) war sehr ab-

# Unsere Gruppen berichten



wechslungsreich. Denn an diesem Tag wurde in der Früh in der Wallfahrtskirche Maria Schnee eine Messe gefeiert. Die vielen uns entgegenkommenden Teilnehmer begrüßten uns immer wieder mit den Worten: „Jetzt kemmts erst daher, die Mess' is scho lang aus.“ Darauf Pepo, nie verlegen, „i geh nur auf die Grazer Herbstmess“. So erreichten wir mit vielen Blödeleien den Gipfel. Oben wehte ein eisig kalter Wind, kurze Zeit saßen wir eng beisammen im Windschatten, beschlossen aber bald unsere Mittagsrast nach Seckau zu verlegen.

*Jutta*



über Turnen und Wandern geführt, wozu auch die Kinder Emilia und Valentin beitrugen. Alles in Allem ein sehr gut gelungener Nachmittag, mit dem sich die Teilnehmer in die Sommerferien verabschiedet haben.

*Rudi W.*

## Grillnachmittag bei Constantin und Petra

Auch heuer hat Gruppenleiter Constantin Ene gemeinsam mit seiner Frau Petra die Teilnehmer der Koronarturngruppe Graz zum Grillen zu sich nach Hause in Thal eingeladen. Und der Großteil der Gruppe hat die Einladung mit Freude angenommen. Petra hat sehr professionell ein Salatbuffet, verschiedenes Fleisch und Gemüse, Mehlspeisen und der tropischen Temperatur angepasste Getränke vorbereitet. Diese delikatsten Dinge (mit Ausnahme der Getränke) wurden von Constantin in haubenkochverdächtiger Art am Grill zubereitet. Trotz der Temperatur wurden erstaunliche Mengen mit Genuss konsumiert. Und dazu wurden heitere und anregende Gespräche nicht nur



## Gruppe Schladming

Frau Grete Gruber hat uns für das Herzjournal dieses Bild geschickt und bedankt sich im Namen der Gruppe für das wunderschöne Sommerabschlussfest bei Frau Milli Schwab.

### Gruppe Hartberg - Kaindorf

Die Sommerferien neigen sich dem Ende zu und im Herbst haben wir für unsere Mitglieder wieder allerlei Aktivitäten geplant. Aktuell ist dzt. Nordic Walking im Pöllauer Tal jeden Dienstag um 19.00 Uhr mit Treffpunkt im Aupark angesagt. Wer es einmal versuchen will, Leihstöcke sind vorhanden. Unser Prof. Werner Riedl zeigt wie man es richtig macht und führt auch die Gruppe an.

Unsere Herz-Fit-Gymnastik in der Turnhalle in Flattendorf bei Hartberg beginnt voraussichtlich Mitte Oktober und löst das Nordic Walking ab. Beginn ist um 18.00 Uhr, jeweils jede Woche an einem Dienstag. Die Leitung obliegt wieder unserem bekannten Gesundheitstrainer Prof. Riedl. Weiters wurden die Termine für unsere QiGong Übungseinheiten unter der fachkundigen Anleitung von Frau DI Dr. Claudia Brandner bereits fixiert. Wir beginnen am Mittwoch, den 13.10.2010, um 18.00 Uhr im Mehrzweckraum des Gemeindeamtes in Dienersdorf bei Kaindorf. Auch wurde für den 5.11.2010 ein 4-stündiger Auffrischkurs für Erste Hilfe mit einer Einschulung in der Handhabung eines Defibrillators bereits fixiert. Dieser findet ebenfalls im Gemeindezentrum in Dienersdorf unter der Leitung des Schulungsbeauftragten des Roten Kreuzes Hartberg statt. Weiters wollen wir am 16.10.2010 unseren „Steirischen Herztag“ mit Aktivitäten und Vorträgen rund um unser Herz in Graz be-



### CoaguChek® XS Gerinnungs-Selbstmanagement ganz einfach



CoaguChek®  
Viel es mein Leben ist

**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](http://www.coaguchek.com)

suchen. Bei genügender Teilnehmerzahl werden wir einen Bus nach Graz organisieren.

Bedanken möchte ich mich schon jetzt bei den Bürgermeistern von Dienersdorf und Hartberg-Umgebung, Herrn Ing. Summerer und Herrn Ing. Pötscher für ihr großzügiges Entgegenkommen bei der Benützung der Räumlichkeiten für unsere Aktivitäten. Die Mitglieder unserer Gruppe werden dann noch persönlich von unseren Vorhaben verständigt und auch die Teilnahme für diese sind kostenfrei. In der Anlage sehen sie die Teilnehmer unserer QiGong Gruppe im Abschlussfoto.

Interessenten sind immer herzlich willkommen (0660/3475050).

Mit HERZlichen Grüßen, Euer *Manfred Hirt*

## 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 Dezember, Redaktionsschluss ist der 14.10.2010.

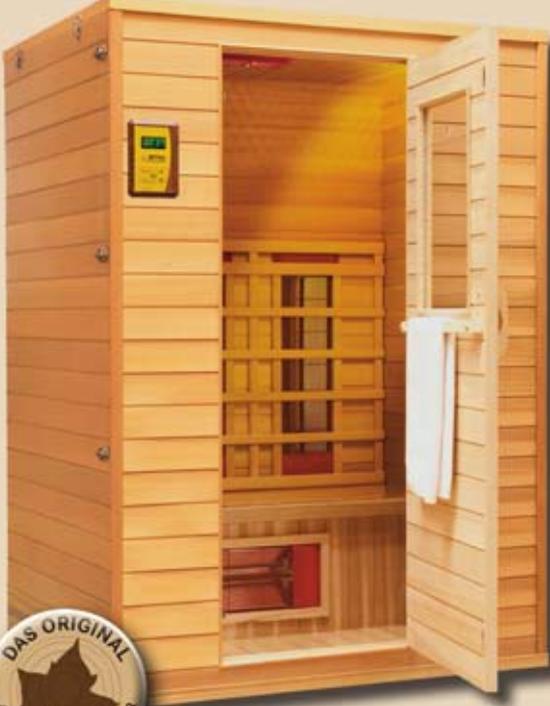
**Alle Gruppenleiter werden gebeten Ihre Beiträge bis spätestens 14.10.2010 an die Redaktion zu übersenden!**



Ihre Gesundheit ist  
...unsere Motivation

**BTM**  
INFRAROT Kabinen

**Setzen Sie auf die**  
wie bereits mehr als 14.000 zufriedene Kunden



**Bewährte Marke-  
bewährte Qualität**



- bestmögliche Tiefen-Wirkung bei
- Rückenschmerzen
  - Gelenkschmerzen
  - Rheuma/Gicht
  - Entgiften/Entschlacken
  - Hautproblemen
  - Herz-/Kreislaufbeschwerden
  - Blutdruckproblemen
  - uvm.

**Wir besuchen Sie mit  
unserem Gesundheitsmobil**



**Interessiert? - Erfahren Sie mehr!**  
Für einen Beratungstermin bei Ihnen zu Hause kontaktieren Sie uns ein-  
fach unter folgender Nummer: **07667 - 72-71-2**  
Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite: **www.btm.at**

BTM Fred F. Braunesberger GmbH - 4881 Straß Nr. 47 - office@btm.at - www.btm.at - Telefon: 07667 - 72712

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.-



ÖSTERREICHISCHER  
**HERZVERBAND**  
Landesverband Steiermark  
Radetzkystraße 1/1  
8010 Graz

**BEITRITTSERKLÄRUNG**

Familienname: .....

Vorname: .....

Wohnort:..... PLZ: .....

Strasse & Hausnr.: .....

Tel. Nr.: ..... Geburtsdatum: .....

Datum: .....

.....  
Unterschrift

## 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

Leiter der Klinischen Abteilung für Herzchirurgie  
Leiter der Klinischen Abteilung für Transplantationschirurgie

### Univ. Prof. Dr. med.

**Karlheinz Tscheliessnigg**  
Tel.: 0316/385-12730, Fax: 0316/385-2107

### Ordination privat:

nach telefonischer Vereinbarung  
unter 0316/385/12730

## 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

## Univ. Prof. DDr. Robert Gasser

**FA für Innere Medizin und Kardiologie**  
8010 Graz, Gaußgasse 4 (gegenüber Union Sporthalle, LKH-Nähe)  
**Ordinationsschwerpunkte:**  
Koronare Herzkrankheit, Herzschwäche, Rhythmusstörungen  
Vor Anmeldung Mo/Do 15 - 19 Uhr  
Tel. 0316/827060  
Wahlarzt aller Kassen

## 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  
Physiotherapiezentrum B. Stefan Ltd.  
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:

Komplette nicht invasive Internistische und kardiologische Diagnostik und Therapie; Phonokardiographie, Karotissphygmographie, Lungenfunktion, Plethysmographie Ergometrie mit Laktat und Sauerstoffsättigungsbestimmung; Echokardiographie, Sonographie Abdomen, Small Parts, Karotis und periphere Gefäße, Sonographie Gelenke und Weichteile; Audiovisuelle Frequenzdiagnostik bei Erkrankungen der Gelenke, Sehnen und Muskeln  
Ernährungs- und Diätberatung, Impedanzmessung der Körperzusammensetzung; Komplementärmedizin, Akupunktur, Neuraltherapie, Ozontherapie, Farbpunktur und Kirlianfotographie nach P. Mandel etc.

### In Kooperation mit dem Physiotherapiezentrum und Institut für Sportmedizin und Sportphysiotherapie B. Stefan Ltd., Laßnitzhöhe:

AGAKAR-akkreditierte Ambulante kardiologische Rehabilitation der Stufen III, IV; Sportmedizinische Leistungsdiagnostik, Trainingsberatung und Trainingssteuerung  
Ergospirometrie mit Laktatbestimmung, Lungenfunktion und Bodyplethysmographie; Komplette Physiotherapie und Physikalische Therapie; Medimouse und Back Check Untersuchungen; Herz-Kreislauf-Atemtraining; Zertifizierte Nordic Walking Ausbildung in der Nordic Sports Academy  
Golfphysiotherapie

## 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, VAEB  
Wahlarzt GKK und privat  
8650 Kindberg, Vösendorfplatz 1 (Volkshaus)  
Mo, Di, Do, Fr 8-11 Uhr, 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, Roseggerstrasse 15  
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, sämtliche internistischen Routineuntersu-  
chungen, Vorsorgeuntersuchungen und Untersuchungen  
zur Operationstauglichkeit.  
Alle Kassen und privat  
Ordinationszeiten:  
(Mo., Di., Mi., Fr.: 08:00 bis 12:00 Uhr;  
Di. 5:00 bis 18:00 Uhr; Do. 14:00 bis 18:00 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 Ordinati-  
onszeit  
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

## Univ.Doiz. Dr.med. Herwig Köppel

FA für Innere Medizin, Angiologie und Kardiologie  
Eggenberger Allee 37  
8020 Graz  
Tel. 0316/581482  
Mobil. 0676/58148220

## 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.zirkI@chello.at  
www.herzverband-stmk.com  
Dr. Jutta ZirkI, 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  
Preißgasse 10 / 8605 Kapfenberg  
Tel.: 03862 35824  
Mobil: 0676 4226167.  
Fax.: 0820 220264991  
E-Mail: haider.richard@hiway.at

#### 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 Wagna  
Tel:0650-4432446

#### Leoben-Trofaiach:

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 Schuler  
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: