

# puls



Das Salzburger Magazin für Gesundheit, Medizin & Freizeit

Jetzt mit  
Kulturvorschau  
+ THERMEN-GEWINNSPIEL

## TRÄUME

WAS SIE UNS SAGEN  
WIE SIE UNS HELFEN

### KREBS-SPEZIAL

Hodgkin Lymphom  
60 Jahre Krebshilfe Salzburg

### RARE DISEASE

Klinefelter-Syndrom  
Schmetterlingskinder

### PLASTISCHE CHIRURGIE

Auf die richtige Arztwahl  
kommt es an

### REISEMEDIZIN

Richtig Impfen  
Phototoxische Reaktionen

MASS-SCHUHE | EINLAGEN | ORTHOPÄDISCHE SCHUHE | DIABETISCHE SCHUHVERSORGUNGEN

**DIESS**  
**ORTHOPÄDIE+**  
**SCHUHTECHNIK**

5020 Salzburg  
Berchtesgadenerstraße 11  
5611 Großarl  
Marktplatz 14

[www.diess-salzburg.at](http://www.diess-salzburg.at)

IN DIESER AUSGABE

# PULSMAGAZIN.AT

## IMPRESSUM

### PULS-MAGAZIN

Ausgabe 04/2018

Die nächste Ausgabe erscheint am 1. Oktober 2018. Redaktions- und Anzeigenschluss dazu ist der 15. September.

### Offenlegung gemäß §25 Mediengesetz:

Die unabhängige Berichterstattung umfasst die Themenbereiche Medizin, Gesundheit, Gesundheitspolitik, Freizeit, Land und Leute.

### Herausgeber & Medieninhaber:

Salzburger Werbefenster Archet-Kreindl GesbR,  
Karolingerstraße 38, 5020 Salzburg,  
Tel.: 0660 5171134  
www.pulsmagazin.at

### Chefredaktion:

Mag. Christoph Archet

### Redaktion:

Dr. Richard Greil, Dr. Brigitte Gappmair, Theresa Pöschl

### Abonnement:

Unser Magazin wird an alle Ärzte, Apotheken und medizinische Einrichtungen im Bundesland Salzburg versandt. Sie können sich auf Wunsch das PULS-Magazin auch bequem nach Hause schicken lassen. Wir berechnen dazu lediglich die Verwaltungs- und Vertriebskosten. Für nur 16,- Euro inkl. MwSt. erhalten Sie 4 Ausgaben/Jahr an Ihre Wunschadresse in Österreich. Diesbezügliche Anfragen richten Sie bitte an info@pulsmagazin.at.

### Anzeigenverkauf:

0662 231 085 969 oder 0699 11810847  
office@pulsmagazin.at

### Grafik & Bildbearbeitung:

Salzburger Werbefenster

### Druck:

Ferdinand Berger &amp; Söhne GmbH, Horn

### Erscheinungsweise:

4x jährlich, nächste Ausgabe: 2018/07/01

### Vertrieb:

DPD / Österreichische Post

### Grundlegende Richtung:

Unabhängiges Magazin, das sich mit der Berichterstattung über Trends in den Bereichen Medizin, Gesundheit und Wissenschaft beschäftigt. Der Nachdruck, auch nur auszugsweise, sowie anderwertige Vervielfältigung sind nur mit vorheriger Zustimmung des Herausgebers gestattet. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird die geschlechtsspezifische Differenzierung nicht durchgehend berücksichtigt. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung für beide Geschlechter.

Foto Titelseite: 123rf.com/Semolina

puls



## PLASTISCHE CHIRURGIE

**8** Vorsicht vor Billigangeboten und scheinbaren Neuerungen, warnen Experten.



## HODGKIN LYMPHOM

**14** Durch eine auf das individuelle Stadium adaptierte Therapiestrategie können heute über 90 Prozent der Patienten mit Hodgkin Lymphom geheilt werden.



## DER TRAUM

**18** Träume erstaunen uns immer wieder. Sie sagen uns etwas über den eigenen Seelenzustand, haben Traum-Forscher herausgefunden.

## WEITERE THEMEN

**05** Privatklinik Wehrle-Diakonissen

**06** Grüner Star

**11** Dr. Andrea Gnad im Portrait

**12** 60 Jahre Krebshilfe Salzburg



**17** Kutanes T-Zell Lymphom

**22** Neues Schlaflabor in Salzburg

**24** Rare Disease: Klinefelter Syndrom

**26** Leuwaldhof St. Veit



**27** Die Echte Kamille

**28** Johann Jacob Hartenkeil

**30** Wandern mit Kindern

**31** Sanfte Geburt in Aigen

**32** 70 Jahre WHO

**34** Phototoxische Reaktionen

**34** Rezept: Garnelen-Melonen-Salat

**36** Gesund rund um die Welt

**42** Kulturvorschau



Mag. Christoph Archet, Herausgeber und Chefredakteur

Foto: Studio Scheinast

## Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Gönnen Sie sich diesen Sommer wieder eine besondere Reise für Körper, Geist und Seele? Wer vor allem in ferne Länder reist, sollte sich vorab erkundigen, welche hygienischen und medizinischen Standards am Ziel seiner Träume herrschen, damit der Urlaub auch die schönste Zeit im Jahr bleibt. Unser Schwerpunkt Reisemedizin informiert, welche Impfungen regional notwendig sind, und klärt über richtigen Sonnenschutz auf. Beim Reisen in tropische Destinationen zählt ein Gespräch mit einem Arzt zu den unabdingbaren Reisevorbereitungen.

In dieser Ausgabe widmen wir uns auch seltenen Krankheiten, wie dem Klinefelter Syndrom. Derartige Erkrankungen treten in unserer Gesellschaft sehr vielfältig auf, bleiben jedoch oft unbekannt. Ein Betroffener schildert sehr offen sein Leben und seinen Leidensweg und erklärt sein Engagement in einer Selbsthilfegruppe.

Weitere Themen in dieser Ausgabe behandeln die gestiegenen Überlebensebenen mit einer Krebserkrankung: Die Krebshilfe Salzburg, das Onkologische Reha-Zentrum Leuwaldhof in St. Veit, das Labor für Immunologische und Molekulare Krebsforschung sowie das „Center for Clinical Cancer and Immunology Trials“ der III. Medizinischen Universitätsklinik stehen dabei neben vielen anderen Einrichtungen für beste Krebsbetreuung und -versorgung zum Nutzen aller Patienten in Salzburg.

Mag. Christoph Archet

Wir wünschen Ihnen ein informatives  
Lesevergnügen!

# puls

Das Salzburger Magazin für Gesundheit, Medizin & Freizeit

## MEDIZINISCHER FORTSCHRITT UND DEMOGRAPHISCHER WANDEL

Die Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung unseres modernen Gesundheitssystems in allen Regionen Salzburg sind zentrale Anliegen der neu gewählten Landesregierung. Eines der wichtigsten Ziele ist es, alle Spitalstandorte in Salzburg in hoher Qualität zu erhalten und den Anforderungen der Zeit anzupassen. Trotz schwieriger Rahmenbedingungen wie Ärztemangel, bundesweite Qualitätsstandards oder die einheitlichen Ergebnisqualitätsmessungen aus Routinedaten, wollen wir diese Herausforderungen umsetzen. Im Zuge der „Zielsteuerung Gesundheit“ soll der niedergelasse-

MICHAELA EVA  
BARTEL

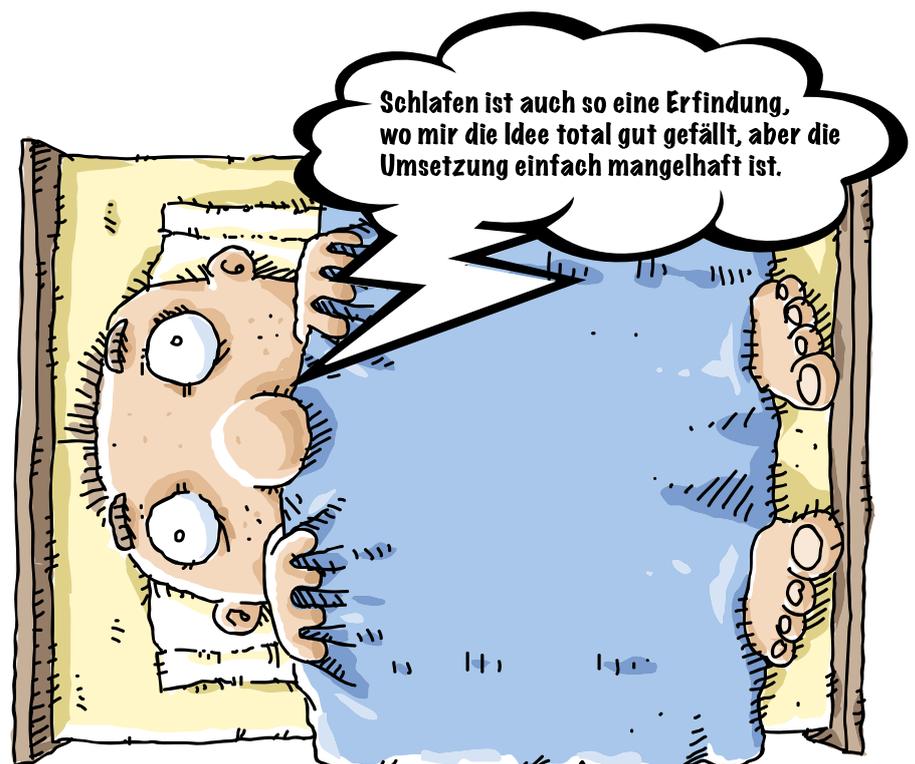
Gesundheitssprecherin ÖVP



„Im Sinne der richtigen Lenkung von Patientenströmen vertreten wir den Grundsatz: „ambulant vor stationär“. Dazu wollen wir innovative Versorgungsformen entwickeln!“

ne Bereich, also die Ärzte vor Ort, gemeinsam mit den Krankenkassen und der Ärztekammer den Bedürfnissen der Bevölkerung angepasst und mit dem stationären Bereich abgestimmt werden.

[www.bewegt-im-park.at](http://www.bewegt-im-park.at)



Die Salzburger Privatklinik Wehrle-Diakonissen wird den traditionellen Standort in der Haydnstraße zu einer topmodernen Klinik um- und ausbauen. Ab September 2018 wird der Klinikbetrieb – bis zur Eröffnung im Andräviertel 2022 – in Aigen zusammengeführt.

## PRIVATKLINIK WEHRLE-DIAKONISSEN

# ALLES UNTER EINEM DACH

Unser Leistungsspektrum unter einem Dach anbieten zu können, bringt bereits ab September große Vorteile“, ist der Ärztliche Direktor, Prim. Dr. Harald Mühlbacher, überzeugt: „Unsere Patienten werden die Verbesserungen sofort erkennen. Die gesamte Diagnostik und Therapie an einem Standort wird auch für unsere Mitarbeiter, für die bei uns tätigen Fachärzte als auch die zuweisenden Kollegen in den Ordinationen positive Effekte haben. Denn wenn die Abläufe während eines stationären Aufenthaltes noch besser aufeinander abgestimmt sind und die Qualität wie gewohnt stimmt, werden die Patienten mit uns auch weiterhin so zufrieden sein wie bisher.“

Um den Standort Aigen entsprechend leistungsfähig zu machen, wird unter anderem in OP, Diagnostik sowie in den tagesklinischen Bereich und in weitere Ordinationsflächen investiert.

### MODERNSTE PRIVATKLINIK SALZBURGS ENTSTEHT

„Bereits mit diesem ersten Schritt im September 2018 legen wir die Basis für die modernste Privatklinik Salzburgs, die ambulante, tagesklinische und stationäre Behandlungen auf



Ab September 2018 steht die Privatklinik Wehrle-Diakonissen ausschließlich in Aigen zur Verfügung. Foto: PremiQaMed Group/Wildbild

höchstem Niveau und unter einem Dach bieten wird,“ ist Dr. Mühlbacher überzeugt.

Am traditionellen Standort im Salzburger Andräviertel beginnt die Planung umgehend: ein umfassendes medizinisches Spektrum inkl. Geburtsklinik, Akutversorgung und erweiterter Diagnostik, komfortable Patientenzimmer, modernste Operationssäle, eine Tagesklinik, die Dialyse und ein attraktives Ordinationszentrum werden entstehen.

„Mit der Privatklinik Wehrle-Di-

akonissen ‚Neu‘ unter einem gemeinsamen Dach stellen wir unsere Position als starker privater Gesundheitsdienstleister in Salzburg nachhaltig unter Beweis“, resümiert Dr. Mühlbacher.

### PRIM. DR. HARALD MÜHLBACHER

Ärztlicher Direktor  
der Privatklinik Wehrle-  
Diakonissen



„Wir bauen für die Zukunft und denken die hohen Ansprüche unserer Patienten und Ärzte mit.“

### PRIVATKLINIK WEHRLE-DIAKONISSEN

Standort Aigen  
Guggenbichlerstr. 20, 5026 Salzburg  
Standort Andräviertel  
Haydnstraße 18, 5020 Salzburg

[www.pkwd.at](http://www.pkwd.at)

Salzburger Uniklinik ist führendes Zentrum für neue Operationsmethode bei „Grünem Star“ und erregt damit weltweites Interesse.

GRÜNER STAR

# GELIMPLANTATE ERMÖGLICHEN SCHNELLE EINGRIFFE



Augenchirurgen aus aller Welt erlernen an der Universitätsklinik für Augenheilkunde in Salzburg die schonende Operationsmethode bei grünem Star. Foto: SALK

PRIMAR DR. HERBERT REITSAMER



Klinikvorstand der Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie

„Die Chirurgen verwenden ein winzig kleines Drainage-Implantat, das in einem aufwändigen stereotaktischen Verfahren in das Auge von innen implantiert wird. Das ist das Neue daran, denn dadurch ist die Operationswunde minimal klein.“

tionierendes Implantat aus heutiger Sicht öfter revitalisieren lässt als dies bei herkömmlichen Methoden der Fall ist. „Es kann im Prinzip ein ganzes Leben lang im Auge bleiben“, erklärt Prof. Reitsamer.

## ÄRZTE AUS ALLER WELT LASSEN SICH AUSBILDEN

Die Methode wurde an der Augenklinik in Salzburg mitentwickelt und ist hierorts eine Standard-Operation bei „Grünem Star“ geworden. „Es besuchen uns Chirurgen aus der ganzen Welt und wir haben bereits über 350 Augenärzte in dieser neuen Technik in den letzten fünf Jahren ausgebildet. Man sieht auch in anderen Kliniken, dass andere Methoden durch dieses Verfahren verdrängt werden“, sagt Reitsamer. Und das auch deshalb, weil sich die Erkenntnis herumspricht, dass diese Methode für die Patienten eine sehr schonende Alternative zu anderen Methoden darstellt.

## UNIVERSITÄTSKLINIK FÜR AUGENHEILKUNDE UND OPTOMETRIE

Salzburger Landeskliniken  
Müllner Hauptstraße 48, 5020 Salzburg  
Telefon +43 05 7255 – 24201

[www.salk.at](http://www.salk.at)

**H**auptrisikofaktor für die Entwicklung und das Fortschreiten des „Grünen Stars“ oder des Glaukoms ist ein zu hoher Augendruck, der aber chirurgisch gesenkt werden kann. In Industriestaaten ist es die zweithäufigste Ursache für schwere Sehbehinderungen bis hin zur Blindheit. Durch eine Operation können aber irreparable Schäden am Auge verhindert werden. Bisher war dieser aufwändige Eingriff auch mit einem längeren Aufenthalt in der Klinik verbunden.

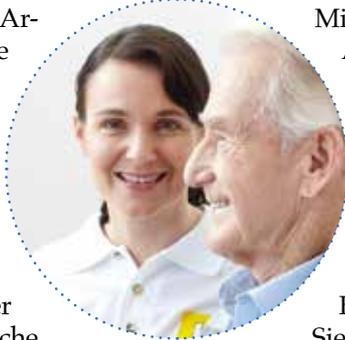
## NEUER EINGRIFF – SCHNELLERE SICHT

An der Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie am Uniklinikum Salzburg wurde für die Behandlung des „Grünen Star“ ein neues Gelimplantat mitentwickelt,

das eine sanfte, komplikationsarme Operationsmethode ermöglicht. Diese Methode habe viele Vorteile, erklärt Primar Herbert Reitsamer, Klinikvorstand der Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie: „Zum einen kann der Patient das Spital schnell wieder verlassen. Der Druck wird ähnlich schnell wie bei anderen Methoden abgebaut und obwohl der Eingriff für die Chirurgen nicht leicht ist, ist die Sicherheit für die Patienten bei dieser Operation sehr hoch.“ Die Entwicklung und der Einsatz der so genannten XEN-Implantate ist einer der Hauptschwerpunkte der Salzburger Universitätsaugenklinik. Mit dieser Methode können viele Schäden am Auge und lange schmerzvolle Spitalsaufenthalte vermieden werden. Ein wesentlicher Vorteil ist, dass sich ein einmal funk-

# PFLEGEJOBS IN SALZBURG

Berufe in der sozialen Arbeit oder in der Pflege sind Berufe mit Zukunft. Im Hilfswerk finden Interessierte den passenden Job. Die Nachfrage nach Pflege und Betreuung ist groß. Das Hilfswerk ist daher laufend auf der Suche nach Fachkräften. Insbesondere in der Langzeitpflege. Die Einsatzmöglichkeiten reichen von der mobilen Hauskrankenpflege, über Senioren-Tageszentren bis hin zu Seniorenheimen. Außerdem profitieren



Mitarbeiter von flexiblen Arbeitszeiten, wohnortsnahen Arbeitsplätzen sowie der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Informieren Sie sich jetzt über Karrieremöglichkeiten im Hilfswerk und werden Sie Teil des Teams!

## HILFSWERK SALZBURG

Wissenspark Urstein 2/1/1  
5412 Puch bei Hallein

Telefon: 0662 434702-0

📄 [www.hilfswerk.at/salzburg](http://www.hilfswerk.at/salzburg)

# WARTEZEITEN FÜR CT

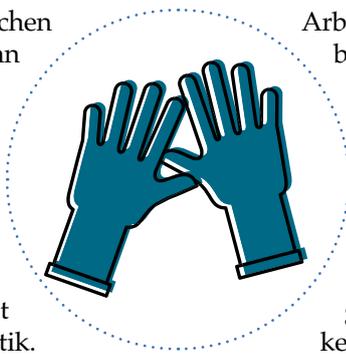
Anspruch auf kürzere Wartezeiten bei Computertomographien (CT) und Magnetresonanztomographien (MRT), haben alle kassenversicherte Personen seit Jahresbeginn 2018. Alle Radiologie-Institute mit Kassenverträgen sind seither angewiesen, Patienten innerhalb von zehn Tagen einen Termin für eine CT zu ermöglichen. Für eine MRT muss die Wartezeit unter 20 Tagen liegen. Bei begründeten dringenden Fällen (z.B. Tumorverdacht, Schlaganfall) darf die Termin-

vergabe nicht länger als fünf Tage dauern. Weiters ist es den Radiologie-Instituten strengstens untersagt, Privatversicherte vorzuziehen. Sozialversicherung und Wirtschaftskammer haben sich nach langen Verhandlungen auf kürzere Spannen bei den Wartezeiten geeinigt. Nach der neuen Regelung sind die Institute weiters dazu verpflichtet, die durchschnittlichen Wartezeiten über die Homepage zu veröffentlichen und laufend zu aktualisieren.

# HYGIENEVORSCHRIFTEN

Es bringt keine hygienischen Vorteile mit sich, wenn das Verkaufspersonal in der Feinkostabteilung Einweghandschuhe trägt. Laut dem Arbeitsinspektorat belegt dies ein Forschungsbericht der deutschen Berufsgenossenschaft Handel und Warenlogistik.

Dem zufolge ist das Tragen von Handschuhen genau so hygienisch, wie das Arbeiten mit bloßen Händen und Werkzeugen. Der Einsatz von



Arbeitsgeräten wie Gabeln oder Greifzangen führt effektiv sogar zu einer geringeren Keimbelastung auf den Händen oder der Arbeitsfläche. Einweghandschuhe beeinträchtigen hingegen den Feuchtigkeitshaushalt der Haut und begünstigen Infektionen. Entscheidende Verbesserungen beruhen letztendlich einzig auf einer regelmäßigen Handhygiene.



## Der kleine HYPOCHONDER

Fachbegriffe und Krankheiten, die Sie auf alle Fälle kennen sollten – oder auch nicht! Aus verschiedenen Themenkreisen haben wir für Sie dazu ein paar „Termini medici“ zusammengestellt. Viel Spaß beim Lösen der Aufgaben!

### ① Was ist eine INSOMNIE?

- a. Gedächtnisverlust
- b. Schlafstörung
- c. Appetitlosigkeit

### ② Was ist ein LIPÖDEM?

- a. Fettschwellung
- b. Narbe
- c. Lippenriss

### ③ Was ist KURKUMA?

- a. Ingwergewächs
- b. Nervengift
- c. synthetischer Süßstoff

### ④ CIRCADIANE RHYTHMEN sind

- a. innere Zeitrhythmen
- b. Jazzbeats
- c. Zeitempfindungsstörungen

### ⑤ Bei EPICONDYLITIS hat man

- a. arthritische Gelenke
- b. entzündete Sehnen
- c. geschwollene Wangen

### ⑥ BOTULINUMTOXIN ist ein

- a. neurotoxisches Protein
- b. fibrosotisches Botulin
- c. linuminöses Oxin

### ⑦ SCHLAFAPNOE bezeichnet

- a. Schlaflosigkeit
- b. Herzrhythmusstörungen
- c. Atemstillstände

### ⑧ DENGUE-FIEBER wird übertragen durch

- a. Kakerlaken
- b. Asiatische Buschmücken
- c. Gelbfiebermücken

### AUFLÖSUNG

1b. lateinisch für Schlaflosigkeit, 2a. altgr. Fettschwellung, 3a. trop. Pflanze, 4a. lat. „circa“-„dies“, ungefähr einen Tag, 5b. schmerzhafter Reizzustand der Sehnenansätze von Muskeln des Unterarms, 6a. neurotoxisches Protein, 7c. Atemstörungen, 8b. weibliche Gelbfiebermücken.

## PLASTISCHE CHIRURGIE &amp; SCHÖNHEITSMEDIZIN

# DIE RICHTIGE ARZTWAHL

Worauf kommt es bei ästhetischen Eingriffen an? Warum legen sich immer mehr Menschen unters Messer? Vorsicht vor Billigangeboten und scheinbaren Neuerungen, warnen Experten.

**G**alten Schönheitsoperationen lange als Luxusoperationen für Frauen, so legen sich heute auch immer mehr Männer unters Messer. Die Motive für den Gang zum Schönheitschirurgen sind – ob man Mann oder Frau – meist dieselben. Unzufriedenheit mit dem eigenen Aussehen, der Alterungsprozess oder müde Gesichtszüge, zählen zu den häufigsten Entscheidungskriterien. Auch wenn das äußere Erscheinungsbild gepaart mit der inneren Einstellung eines Menschen nicht mehr zusammenpasst, setzt man auf ein neues Körpersetting.

„Es sind ganz klassische Beweggründe, warum die Entscheidung für einen ästhetischen Eingriff immer selbstverständlicher wird“, erklärt dazu der Salzburger Schönheitspezialist Dr. Jörg Dabernig. Es gehe darum, frischer, gesünder und jünger auszusehen. Nicht Faltenlosigkeit, sondern Agilität stehe im Vordergrund. Ebenso spiele der erotische Moment immer eine Rolle.

Die sexuelle Attraktivität sei gerade in einer immer älter werdenden Gesellschaft ein wichtiger Faktor in Sachen körperlicher Zufriedenheit, heißt es.

## FETT & FORM

Nicht immer sind altersbedingte körperliche Veränderungen ausschlaggebend für einen Schönheits-eingriff. Viele junge Menschen, die genetisch bedingt an Fettanreicherungen, wie etwa an Polsterungen an den Oberschenkeln (Reiterhosen) leiden, setzen auf Hilfe von außen. Hier kann mit einer Liposuktion (Fettabsaugung) geholfen werden. „Klassische Reiterhosen, bekommt man auch mit viel Sport oder Diäten nur sehr schwer in den Griff. Selbst wenn man regelmäßig lange Distanzen läuft“, weiß Facharzt Dr. Dabernig aus Erfahrung. Formgebende Brustoperationen und Nasenkorrekturen stehen bei jungen Erwachsenen ebenfalls hoch im Kurs.

„Das sind klassische Operationen, die einen hohen medizinischen As-

pekt haben, weil hier der psychologische Moment eine große Rolle spielt. Das kann man nicht als Schönheitsspinnerei abtun. Hier spielt die psychische Transformation eine Rolle, wie sich Leute positiv verändern können und besser fühlen“, so der Experte.

## PLASTISCHE CHIRURGIE BEI MÄNNERN

Schönheitsoperationen nehmen auch bei den Herren deutlich zu. Englands Fußballstar Wayne Rooney oder Medienmogul Silvio Berlusconi, sind prominente Beispiele von Männern, die sich unters Messer legen. Wie Frauen lassen auch jüngere Männer gerne ihre Nasenform korrigieren. Fettabsaugungen im Bauch- und Brustbereich sind ebenso gefragt.

„Bei Männern spielt der Lebensstil mit wenig Bewegung, viel gutem Essen, gepaart mit körperlichem Perfektionismus eine große Rolle“, sagt Dabernig. Auch in seiner Praxis, im Haus der Schönheit in Salzburg, kommen immer mehr Männer zur Beratung.

Die häufigsten Eingriffe betreffen Männerbrüste, die Korrektur der Lider, um frischer auszusehen und Gesichtstraffungen sowie dauerhafte Laserhaarentfernungen, vor



# IST ENTSCHEIDEND

allem im Rückenbereich. Botoxbehandlungen gehören bei Männern im Stirn- und Augenbereich bereits zu den minimal-invasiven Standards bei Schönheitseingriffen.

## VORSICHT BEI BILLIGANGEBOTEN

Bei aller Selbstverständlichkeit in Sachen Schönheitschirurgie, ist eine eingehende Beratung mit einem erfahrenen Facharzt der plastischen Chirurgie, Grundvoraussetzung für ein nachhaltiges Behandlungs- und Wohlfühlergebnis.

„Zwar wissen viele Leute, was sie wollen, kennen aber nicht den Weg, wie man ein optimales Ergebnis erreicht. Manche Dinge sind auch unrealistisch. Wichtig ist, dass man die Erwartungshaltung des Patienten realistisch darlegt, was überhaupt möglich ist, und ob ein Eingriff überhaupt Sinn macht“, klärt Dr. Jörg Dabernig auf.

Obwohl gerade diese umfassende und fundierte Beratung so wichtig ist, pilgern jährlich trotzdem viele Österreicher in Billiglohnländer wie Bulgarien, Thailand oder Rumänien, um sich günstig neue Brüste, Nasen und glatte Haut abzuholen. Solche Spar-Aktionen können sich schnell als Boomerang erweisen. Egal, ob es zu Komplikationen kommt oder nicht: Eine umfassende Nachsorge

ist bei Operationen im Ausland in der Regel nicht gewährleistet. Ärzte warnen dazu vor uneinheitlichen Ausbildungsstandards, mangelnder Hygiene, rechtlicher Absicherung sowie hohen Kosten für „Schadensbehebungen“. Vorsicht ist generell geboten, wenn man sich sprachlich nicht ohne Probleme mit dem behandelnden Arzt verständigen kann.

## NEUE SPEZIALBEHANDLUNGEN

Generell ist bei der Auswahl des Arztes im Bereich der Schönheitschirurgie Vorsicht geboten. In der plastischen Chirurgie wird zwischen operativen und nicht operativen Herangehensweisen unterschieden. Die nicht operativen Eingriffe (minimalinvasive) nehmen dabei immer mehr zu.

Bei fast der Hälfte dieser Verfahren handelt es sich um Faltenbehandlungen mit Botulinumtoxin (Botox) und ist die mit Abstand häufigste ästhetische Behandlung im deutschsprachigen Raum. Aber auch Faltenbehandlungen mit Hyaluronsäure werden häufig durchgeführt. Ein besonders starker Anstieg ist beim Lipofilling – der Behandlung von Falten oder eingefallenen Gesichtspartien mit körpereigenem Fett – zu beobachten. Die Gründe für die Zunahme minimalinvasiver Eingriffe

## DR. JÖRG DABERNIG

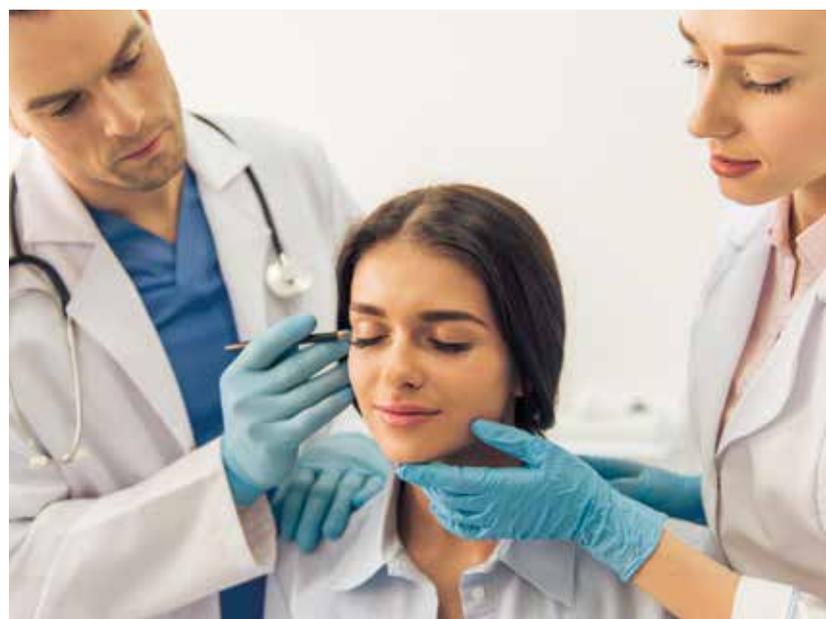
Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie in Salzburg.



„Im Gesicht ist die oberste Prämisse – weniger ist mehr – um die Natürlichkeit zu erhalten. Zu viel Zug an der Hautoberfläche ist nicht gut, weil gleich sichtbar ist, dass sich die Mimik verändert“.

liegen aber nicht nur in Ihrer einfacheren Durchführung begründet. „Viele Techniken sind schon lange bekannt und bekommen durch den Einsatz neuer Wirkstoffe oder der technischen Weiterentwicklung auch ein neues ‚Wording‘“, sagt der Salzburger Spezialist für plastische und ästhetische Chirurgie, Dr. Jörg Dabernig kritisch.

Ein guter Facharzt der plastischen Chirurgie hat zahlreiche Behandlungs- und Operationstechniken grundsätzlich erlernt und führt seine Arbeit mit hoher Kompetenz durch. Aber nicht jeder ist ein Spezialist, der sich dafür hält. Wie soll jemand, der nicht plastisch-chirurgisch geschult ist, plötzlich nach einem Jahr ein sogenannter „Spezialist“ sein, wenn andere dazu 10 oder 20 Jahre Berufserfahrung und Weiterbildung benötigen?



PLASTISCHE CHIRURGIE

# EIGENFETT-THERAPIE AM VORMARSCH

Eigenfett-Therapien haben in der ästhetischen und plastisch-rekonstruktiven Chirurgie in den letzten Jahren zunehmend an Popularität gewonnen. Eine Eigenfett-Therapie kann überall dort eingesetzt werden, wo man Gewebe aufbauen oder generieren möchte, Gewebe abgesunken ist oder wo Gewebeverluste auftreten, etwa im Gesicht.

Brustrekonstruktionen und Brustvergrößerungen mit Eigenfett haben sich in den letzten Jahren zunehmend als Alternative zur Verwendung von Silikongel-Implantaten entwickelt. Das Eigenfett ist ein Filler und lässt sich ähnlich wie Hyaluronsäure verwenden, ist aber natürlicher. Die Nachteile einer Eigenfetttherapie bei Brustvergrößerungen sind, dass für ein stabiles Ergebnis zwei oder drei Eingriffe notwendig sind. „Es ist zwar die natürlichere, aber auch eine aufwändigere Methode“, sagt Dr. Jörg Dabernig, Facharzt für Plastische und Ästhetische Medizin im Haus der Schönheit. Die Methoden zur Entnahme, Aufbereitung und Injektion sind hoch standardisiert und sicher. So kann das Fett nicht nur Volumen liefern, sondern durch seine

regenerativen Eigenschaften auch in der Behandlung rigider und unschöner Narben eingesetzt werden. Das Eigenfett wird rein ambulant in Lokalanästhesie abgesaugt. Danach wird es in Spritzen umgefüllt und steht zur sofortigen Unterfütterung bereit.

## ANWENDUNGSGEBIETE EIGENFETT-THERAPIE



Fettgewebe beinhaltet entzündungshemmende Zellen und Wachstumszellen. Dieser Mix ist sehr wichtig für die Geweberegeneration. Die Therapie kommt daher neben der Arthrosetherapie in der Plastischen Chirurgie zum Einsatz bei:

- eingesunkenen Gesichtspartien (Wangen, Schläfen, Mundregion, Kinnlinie)
- tiefen Falten und feine Fältchen
- eingesunkenen Augenringen
- eingesunkenen Narben (Operationsnarben, Aknenarben)
- dauerhaftem Brustaufbau



Ihr kompetentes Krankenhaus im Herzen der Salzburger Altstadt mit der einzigen allgemein öffentlichen Abteilung für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie im Bundesland Salzburg

- ▶ Brustchirurgie
- ▶ Rekonstruktive Chirurgie
- ▶ Verbrennungschirurgie
- ▶ Hand- und Nerven Chirurgie
- ▶ Adipositaschirurgie (Straffungsoperationen)
- ▶ Ästhetische Chirurgie
- ▶ Mikrochirurgie

**Vorstand:**

Prim. Assoc.-Prof. Dr. Gottfried Wechselberger, MSc

**Sekretariat:** +43 (0) 662 / 8088 - 8452



A. & S. Krankenhaus der Barmherzigen Brüder  
Kajetanerplatz 1 | A-5010 Salzburg  
Tel +43 (0) 662 / 8088-0  
krankenhaus@bbsalz.at | www.bbsalz.at



## FORSCHUNG & PRAXIS UNTER EINEM DACH

Die Abteilung für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in der Stadt Salzburg ist die einzige allgemein-öffentliche Abteilung für diesen Fachbereich im ganzen Bundesland.

Damit fungiert die Abteilung auch als Lehrkrankenhaus der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität. Es werden alle Leistungsbereiche des Faches, sowohl im rekonstruktiven als auch im ästhetischen Sinne angeboten. Schwerpunkte der Abteilung bilden Brustchirurgie, Rekonstruktive Chirurgie, Mikrochirurgie, Hand- und Nerven Chirurgie, Adipositaschirurgie und Ästhetische Chirurgie.

Über die PMU ist die Abteilung aktiv in Forschung und Lehre, insbesondere auch in die theoretische und praktische Ausbildung von Studenten im Rahmen von Vorlesungen und Praktika eingebunden. Die Kombination aus bestens ausgebildeten Plastischen Chirurgen und einer modernen Infrastruktur, in enger Verbindung zu Wissenschaft und Forschung, ermöglicht uns die Patienten nach dem letzten Stand der Wissenschaft zu behandeln.

**BARMHERZIGE BRÜDER**

KRANKENHAUS SALZBURG

Kajetanerplatz 1, A-5010 Salzburg

Telefon: +43 8088 DW 8202

[www.barmherzige-brueder.at](http://www.barmherzige-brueder.at)

„Ich wusste, jetzt bin ich angekommen“, sagt Dr. Andrea Gnad, als Sie sich entschied, Fachärztin für Urologie zu werden.

DR. ANDREA GNAD IM PULS-PORTRAIT

## DIE MEDIZIN WIRD WEIBLICHER



Auch als Kassenärztin ist es mir wichtig, sehr gute Qualität zu bieten und die notwendige Zeit zu geben, um auf Probleme einzugehen und damit eine kompetente Abklärung und Therapie zu bieten.

Foto: Ledersberger

Ab 2001 begann Dr. Andrea Gnad ihre Ausbildung als Turnusärztin im Salzburger Landeskrankenhaus, absolvierte ihre Facharztausbildung, bis sie schließlich vor zweieinhalb Jahren als Oberärztin ihren Dienst quittierte, um sich als niedergelassene Kassenärztin in die Selbstständigkeit

zu begeben. Ihre fachlichen Schwerpunkte setzte die Medizinerin im Bereich der Andrologie. Unerfüllter Kinderwunsch, Erektionsstörungen oder hormonelle Störungen gehören hierbei zum Themenbereich des Faches.

„Patienten, die zu mir kommen, haben kein Problem damit, eine Ärztin

als Urologin zu konsultieren. Es ist sogar ein Vorteil, weil die Kommunikation oft besser passt. Zu den Haupttätigkeiten der gebürtigen Grazerin zählt unter anderem die Beratung und Vorsorge bei Männern ab dem 45. Lebensjahr, insbesondere die Prostatakrebsvorsorge.

Im Bereich der Frauenurologie geht es meist um Behandlung von Inkontinenz, Vor- und Nachsorge von Blasenentzündungen oder Harnwegsinfekten. „Viele Frauen sind erleichtert, dass es hier eine Frau als Ansprechperson gibt. Sie fühlen sich dadurch oft besser verstanden. Als Ärztin kann ich bei Harnwegserkrankungen einfach mehr machen, als einfach nur Preiselbeeren zu verschreiben“, weiß Gnad aus ihrer Praxis.

### VERSAGEN JUNGER MÄNNER

Immer mehr Männer klagen heutzutage über sexuelle Funktionsstörungen. So spielen beispielsweise bei jüngeren Männern oft der Leistungsdruck eine Rolle. Durch den frühen Konsum von Sexvideos wird nämlich die Wirklichkeit verzerrt wahrgenommen. Das führt dazu, dass junge Männer oft nicht mehr natürlich mit ihrer Sexualität umgehen können. In individuellen Gesprächen versucht die Sexualmedizinerin aufzuklären.

Die sexualmedizinische Ausbildung hilft ihr als Urologin, mit den Patienten den psychologischen Hintergrund der Probleme besser erarbeiten zu können. „Sexualmedizin bedeutet vor allem auch Gesprächstherapie“, so Gnad. Hier geht es um Aufklärung und Beratung. Beziehung und Sexualität sind keine getrennten Einheiten, sondern unzertrennlich miteinander verwoben.

### STECKBRIEF DR. MED. ANDREA GNAD

Familienstand:	1 Tochter, lebt in Partnerschaft
Geburtsdatum:	31.8.1975
Geburtsort:	Graz
Ausbildung:	Studium an der Universität Graz FA-Ausbildung an der PMU Salzburg
Zusatzausbildung:	ÖAK-Diplom Sexualmedizin, Notarztdiplom
Ich lese derzeit:	Elena Ferrante - Die Geschichte des verlorenen Kindes
Sport:	Laufen, Wandern
Was ich gerne esse:	Italienisch und Currys
Reisziele:	Griechenland & Steiermark
Selbsteinschätzung:	selbstbewusst, zielstrebig und gesellig

Seit der Gründung der Österreichischen Krebshilfe Salzburg im Jahr 1958 wurden über 50.000 krebskranke Menschen und deren Angehörige im Bundesland betreut.

# 60 JAHRE ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG



Prim. Priv.-Doz. Dr. Stephan Hruby, Landesrat Dr. Christian Stöckl, Univ. Doz. DDr. Anton Graf, Präsident der Österreichischen Krebshilfe Salzburg motivieren zur Krebsvorsorge.

Foto: Kolarik

Die Not unserer Krebskranken wird immer größer, wir müssen etwas tun, um sie zu lindern. Könnten wir nicht zusammenkommen, um darüber zu sprechen?", schrieb der namhafte Mediziner Prof. Dr. Julius Hochenegg im Jahr 1909 an seinen Kollegen Prof. Dr. Anton Eiselsberg. In weiterer Folge kam es 1910 zur ersten konstituierenden Sitzung der „k.u.k. Gesellschaft zur Erforschung und Be-

kämpfung der Krebskrankheit“. Als einer der wichtigsten Punkte wurde eine „umfangreiche Aufklärungsarbeit über den Krebs im volkstümlichen Sinn“ erachtet.

Als dann vor 60 Jahren die Österreichische Krebshilfe Salzburg als eigenständiger Landesverein gegründet wurde, ahnten die Gründungsväter nicht, welche Entwicklung diese Initiative nehmen würde. Für die Krebshilfe Salzburg arbeitet

heute ein interdisziplinäres Team aus Klinischen- und Gesundheitspsychologen, Psycho-Onkologen, Ernährungsberatern, Psychotherapeuten, Bewegungs- und Tanztherapeuten, Maltherapeuten und Ärzten. Aktuell nehmen jedes Jahr rund 1.500 Menschen Kontakt zur Krebshilfe auf, um Hilfe in Anspruch zu nehmen. Das ursprüngliche Konzept, erkrankten Menschen und deren Angehörigen Hilfestellungen und eine persönliche Begleitung während einer Krebserkrankung anzubieten, hat sich als richtig und notwendig herausgestellt. Gab es zu Beginn der Vereinstätigkeit nur eine kleine Beratungsstelle in der Stadt Salzburg ist die Krebshilfe bereits seit einigen Jahren mit vielen Beratungsstellen im gesamten Bundesland vertreten. Zur weiteren Verbesserung der Versorgung der Bevölkerung wurde zusätzlich zu den Beratungsstellen auch eine mobile Beratung eingeführt und ein breites Informationsangebot aufgebaut.

In den letzten 15 Jahren haben Anfragen und Beratungen zum Themenkreis Vorbeugung und Früherkennung von Krebserkrankungen stark zugenommen. Um diesen vielfältigen Bedürfnissen gerecht zu werden, veranstaltet die Krebshilfe Salzburg zahlreiche Gesundheitstage, Themencafes sowie Workshops für Betroffene, Angehörige und Interessierte. Damit besteht – neben den Beratungen – eine weitere Möglichkeit, Menschen persönlich anzusprechen und zu informieren.

## ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg wurde 1958 auf eine Initiative von Frauenfacharzt Dr. Otto Brunner unter dem Namen „Österreichische Krebsgesellschaft – Sektion Salzburg“ gegründet. Erster Obmann des Vereins wurde der damalige Leiter der Landesfrauenklinik Salzburg Prim. Dr. Josef Wegleiter. Seit mittlerweile 20 Jahren ist Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf ehrenamtlicher Präsident des Vereins.

Die kostenlose Beratung der Krebshilfe Salzburg ist nur dank der Unterstützung vieler Menschen möglich. Das Spendenkonto der Krebshilfe Salzburg lautet:  
IBAN: AT44 2040 4000 0000 4309 BIC: SBG5AT25XXX



## KREBSHILFE SALZBURG

Mertensstraße 13, 5020 Salzburg  
Telefon: 0662-873536

[www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)

## CURCUMIN EXTRAKT



Curcumin wird schon seit mehreren tausend Jahren in der asiatischen Naturheilkunde eingesetzt. Mittlerweile gibt es über 3.000 Studien zur gesundheitsfördernden Wirkung zu Curcumin.

Allerdings konnte der Nutzen von Curcumin bisher nicht voll ausgeschöpft werden, denn der Mensch kann von natürlichem Curcumin nur wenig aufnehmen. Oder anders ausgedrückt: die Bioverfügbarkeit von Curcumin ist sehr gering.

Mit Curcumin Extrakt 45 von Dr. Wolz ist es gelungen, die Bioverfügbarkeit des Curcumins deutlich zu erhöhen und dem Körper möglichst viel Curcumin zur Verfügung zu stellen, damit dessen Nutzen voll ausgenutzt werden kann. Die Bioverfügbarkeit des Dr. Wolz Curcumin Extrakt 45 ist um bis zu 45 Mal höher als die von reinem Curcuminpulver oder herkömmlichen Curcuminpräparaten. Es ist dabei völlig vegan, frei von Gluten und enthält weder Lactose, Fructose, Gelatine noch Farbstoffe, Piperin oder Polysorbate.

Die höhere Bioverfügbarkeit des Curcumins wurde wissenschaftlich nachgewiesen. Dr. Wolz Curcumin Extrakt 45 ist erhältlich in Reformhäusern, Drogerien, in Ihrer Apotheke oder online unter:

[www.cosmetic-gallery.at](http://www.cosmetic-gallery.at)



### BUCHTIPP

## DIE GEHEIME KRAFT AUS DER ERDE

Radiästhesie und Geomantie sind Begriffe, die kaum geläufig sind und doch viele Menschen betreffen. Es geht dabei um Kräfte aus der Erde, die noch nicht vollständig wissenschaftlich erforscht sind und die trotzdem von großer Bedeutung für unser Leben, unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden sind.

Dr. Hans Gasperl ist Mediziner und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den scheinbar unerklärlichen Einflüssen der Natur auf unseren Körper. In diesem Buch beschreibt er, wie man herausfinden kann, welche Kräfte aus der Erde einem guttun und wie man sie für sich nutzen kann.

**Hans Gasperl:** Die geheime Kraft aus der Erde. Servus Verlag, 184 Seiten, Preis: 25,-



Durch eine auf das individuelle Stadium adaptierte Therapiestrategie können heute über 90 Prozent der Patienten mit Hodgkin Lymphom geheilt werden.

Effektive Therapie und Vermeidung von Langzeittoxizität

# HODGKIN LYMPHOM

**Prof. Dr. Richard Greil**

Der Morbus Hodgkin wurde ursprünglich quasi in Antithese zu den Non-Hodgkin Lymphomen beschrieben. Aus heutiger molekularbiologischer Sicht heraus ist jedoch klar, dass es sich in den verschiedenen Ausprägungen um ein B Zell Lymphom handelt. Die häufigste Form, von der nachfolgend mehrheitlich gesprochen wird, ist das klassische Hodgkin Lymphom.

Mit zwischen zwei bis drei Erkrankungen pro 100.000 Einwohner jährlich ist die Hodgkin-Krankheit relativ selten, wobei allerdings die Inzidenz beispielsweise in Großbritannien seit den 1990er Jahren um gut 35 Prozent zugenommen hat. Der Lymphdrüsenkrebs kann in jedem Alter auftreten. Am häufigsten erkranken jedoch Menschen zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr am Hodgkin Lymphom. Ein weite-

rer, etwas kleinerer Häufigkeitsgipfel findet sich bei Menschen nach dem 65. Lebensjahr. Dies ist von Bedeutung, da für ältere Patienten nicht nur die Prognose signifikant schlechter ist als für jüngere Patienten, sondern auch ein relevanter Teil der Patienten jenseits des 60. Lebensjahres jene Therapien körperlich nicht mehr tolerieren kann, die bei jüngeren Patienten für die extrem hohen Heilungsraten verantwortlich sind.

Das Hodgkin Lymphom präsentiert sich mehrheitlich mit wenig aggressiven, vergrößerten Lymphknoten vor allem im Halsbereich, oft mit Tumor bedingten Kompressionen, wobei aber die Lymphknoten-Vergrößerungen an allen Stationen des Körpers auftreten können. Extranodale Manifestationen sind häufig und stellen einen Risikofaktor dar. Ein Teil der Patienten präsentiert sich mit B Symptomatik, also nicht infekt-bedingtem Fieber über 38 Grad, Gewichtsabnahme von  $\geq 10\%$

oder Nachtschweißsymptomatik. Juckreiz und Alkohol-Schmerz der Lymphknoten sind ebenfalls möglich. Die Patienten sind schwer immunsupprimiert.

## NEUE THERAPIENTWICKLUNG OHNE RADIOTHERAPIEN

Heute ist man in der Lage, über alle Stadien der Erkrankung hinweg mit den modernsten Therapien, knapp 90% der Betroffenen zu heilen. Aufgrund der ursprünglich sehr schlechten Prognose stand zunächst die Erhöhung der Heilungsraten durch die Intensivierung und Modifikation der Chemotherapien in Kombinationstherapien mit großflächigen und relativ hochdosierten Radiotherapien im Vordergrund. Heutzutage wird nunmehr vor allem versucht, durch konsequente risiko-adaptierte Deeskalation der Chemo- und Radiotherapien, möglicherweise völligen Verzicht auf Radiotherapie und durch Inkorporation neuer immunmodulatorischer und Immunoto-

UNSER ANTRIEB:  
KREBS HEILEN.



xin-Verfahren folgende Ziele zu erreichen: Die Aufrechterhaltung der extrem hohen Heilungsraten unter gleichzeitiger Verringerung der akuten und Langzeittoxizität wie MDS und sekundäre Leukämien, pulmonale Toxizität, Neuropathie, Infertilität sowie solider Tumore. Ferner die Verringerung der kardiovaskulären Toxizität als Folge der Radiotherapie.

Ein weiteres Ziel ist die Erhöhung der Zahl der Heilungen bei über 60-jährigen Patienten. Diese Patientengruppe kommt im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung für eine Chemotherapie nicht in Frage. Unter ABVD werden 36% dieser Patienten in 10 Jahren einen Rückfall erleiden und nur ein Teil dieser Patienten kann selbst nur vier Zyklen des weniger toxischen ABVD Schemas tolerieren. Dafür werden insbesondere Immunmodulatorische Verfahren wertvoll sein.

Insgesamt können heute die Patienten exzellent und sehr risiko-adaptiert behandelt werden. Dies sollte angesichts der Komplexität der Erkrankung, der teilweise immer noch sehr hohen Toxizität einzelner auch ambulant durchgeführter Therapien, der komplexen Ansprüche an Aufklärung, Erhalt der Lebensqualität und des Fertilitätsmanagement und der Cancer-Survivorship Programme an Zentren und möglichst in klinischen Studien erfolgen.

Die wesentlichen Meilensteine der Therapieverfahren umfassen

die ersten Heilungen lokalisierter Hodgkin Lymphome durch Radiotherapie (Kaplan). Weiters durch die Einführung der MOPP und deren späterer Ersatz durch ABVD Chemotherapie (Bonnadonna), die Entwicklung von BEACOPP (Schema einer Chemotherapie) mit ca. 10-15% höheren Heilungsraten bei unter 60-jährigen als unter ABVD (GHSG Studiengruppe), die Entwicklung risiko-adaptierter Therapieverfahren für die lokalisierten, lokalisierten Stadien mit Risikofaktoren und fortgeschrittene Stadien (GHSG, EORTC, amerikanische und kanadische Studiengruppen), wobei zunächst klinische, laborchemische und radiologische Risikofaktoren und zuletzt das Früh-PET/CT zur Steuerung der Therapie verwendet werden. Die Einführung von autologer Stammzelltransplantation im Rezidiv war wesentlich, Brentuximab Vedotin, Checkpoint-Inhibitoren, und in Zukunft möglicherweise von CAR-T Zell-Therapien werden die Therapielandschaft in den nächsten Jahren jedoch signifikant weiter verändern.

### **RÜCKFÄLLE - WELCHE PATIENTEN RELAPSIEREN AM HÄUFIGSTEN?**

Die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten eines Rückfalls ist an Stadium und Risikoprofil, aber auch an die gewählte primäre Therapieoption gebunden. Die ungünstigste Prognose haben Patienten mit therapie-refraktärer Erkrankung ohne Re-

### **PRIM. UNIV. PROF. DR. RICHARD GREIL**

Vorstand Universitätsklinik für Innere Medizin III mit Hämatologie, Internistische Onkologie, an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg



sponse auf die Initialtherapie und die Frührelapse. Diese Aspekte sind Argumente für eine Initialtherapie, die einen möglichst hohen Anteil dieser Frühresistenzen überwinden kann und eine allfällig weitere Deeskalation im Falle eines ausreichenden Initialresponses. Tatsächlich weisen diese Therapiekonzepte, wie in der GHSG verwendet, zumindest im indirekten Vergleich deutliche Überlebensvorteile gegenüber Konzepten auf, die mit ABCF beginnen und im Falle des Nichtansprechens sekundär auf BEACOPP wechseln. Zudem muss man sich der Tatsache bewusst sein, dass die autologe Stammzelltransplantation als Rescue-Verfahren in den Metaanalysen zwar eine signifikanten PFS-Vorteil, aber keinen signifikanten OS-Benefit mit sich bringt und das Langzeitüberleben zwischen 30-70% liegt. Relapse können zu jedem Zeitpunkt auftreten, werden aber mit zunehmendem Zeitabstand seltener. Es darf aber nicht übersehen werden, dass ein Teil der Patienten composite Lymphome aufweist (simultane Hodgkin und Non-Hodgkin Lymphome) und daher Rezidive auch von einem initial simultanem

Non Hodgkin Lymphome ausgehen können oder scheinbare Rezidive ein anderes Malignom reflektieren. In jedem Rezidivverdacht sollte daher eine extensive Abklärung inklusive Rebiopsie angestrebt werden. Eine hohe Relapsneigung besteht bei Lymphozytenreichem Morbus Hodgkin. Werden Patienten mit Stadien I und II ohne Risikofaktoren mit der derzeit optimalen Therapie von 2 xABVD und IF RT behandelt, werden ca. 8-9% einen Rückfall erleiden, am anderen Ende des Spektrums stehen fortgeschrittene Stadien, die unter BERACOPPe in 11% und unter ABVD in 36% relapsieren werden.

### THERAPIEOPTION ANTIKÖRPER-WIRKSTOFF-KONJUGAT

Das Antikörper-Wirkstoff-Konjugat Brentuximab Vedotin ist ein mit einem Toxin beladener anti-CD30 Antikörper mit starker Wirksamkeit gegen die Sternberg Reed und Hodgkin Zellen und damit die Generatoren des pathologischen lymphozytären Microenvironments. In der Behandlung rezidivierter Patienten können damit 5a OS Raten von bis zu 42% und für Patienten die eine CR erreichen möglicherweise 65% erreicht werden (Chen, *Blood*, 2015) und es deutet sich für Patienten die zu 100% zuvor stammzelltransplantiert waren ein Plateau von 22% nach 5a an. Umgekehrt aber kann festgehalten werden, dass auch Patienten die auf die Therapie ansprechen

(ca. 60%) sehr schnell rezidivieren können, sodass diese Therapie eine Stammzelltransplantation nicht ersetzen sollte, sofern diese möglich ist (Perrot, *Haematologica*, 2016).

Sehr überzeugende Daten existieren derzeit dahingehend, dass zum Beispiel eine Brentuximab Vedotin Erhaltungstherapie nach autologer Stammzelltransplantation einen Gewinn im Gesamtüberleben bringt (Moskowitz, *Lancet*, 2015). Wiederbehandlungen mit Brentuximab Vedotin sind möglich. Bedacht werden muss insbesondere die periphere Polyneuropathie als Nebenwirkung, benefiziell ist neben der Wirkung die Vermeidung der Steigerung der Chemotherapie-bedingten MDS/AML Rate.

### EINSATZ DER CHECKPOINT INHIBITOREN

Der klassische Morbus Hodgkin ist durch eine Genamplifikation von PDL1 und JAK2 gekennzeichnet, was die therapeutische Interferenz mit der PDL1-PD1 Achse attraktiv macht. Tatsächlich können bei relapsierten Patienten mit 2-15 Vortherapien und mehrheitlich nach vorangegangener autologer Stammzelltransplantation mit Nivolumab (Ansell, *N Engl J Med*, 2015; Younes *Lancet Oncology* 2016) Remissionsraten von 66% bis 87% und CR von 9-25% erreicht werden (Review, Greil, *Oncotarget*, 2018). Das 6m-PFS und das 6m OS betragen

dabei 60-86%. Sehr ähnliche Ergebnisse werden mit Pembrolizumab erzielt (6m PFS 70-84%; Armand, *J Clin Oncol*, 2016, Chen, *J Clin Oncol*, 2017). Die Behandlungserfolge scheinen schneller einzutreten und länger anzudauern als mit Brentuximab Vedotin. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn diese Therapie vor oder nach einer allogenen Stammzelltransplantation eingesetzt wird, da exzessive Toxizitäten und Mortalitäten beschrieben sind. Kombinationen mit Brentuximab Vedotin und oder Chemotherapie oder auch zur Induktion eines absopalen Effektes der Radiotherapie werden derzeit in einer Fülle von Studien in der Primär- und der Relapstherapie getestet. Die Checkpoint Inhibitoren stellen somit sehr wahrscheinlich ein zentrales Backbone der Therapieansätze künftiger Therapieregime dar.

### KÜNFTIGE THERAPIEOPTIONEN

Die Therapien der Zukunft werden unter anderem völlig neue Konzeptionen enthalten. Dazu zählt das Verlassen der Radiotherapie in therapeutischer Indikation. Genutzt sollte die Radiotherapie allenfalls zur Induktion eines systemischen Immuneffektes.

Angestrebt werden auch chemotherapiefreie Immunmodulationskonzepte, zunächst in lokalisierten Stadien ohne Risikofaktoren. Und Chemoimmuntherapien mit signifikant geringerer Akut- und Langzeittoxizität werden Patienten weitere Vorteile bringen. Zudem entwickelt sich für Patienten mit Relaps auch die CAR-T Zell-Therapie, eine auf modifizierten körpereigenen Abwehrzellen basierenden Krebstherapie, die insbesondere für Patienten ohne allogenen Spender oder die für eine solche Therapie nicht in Frage kommen, interessant ist.

Tatsächlich konnten erste sehr interessante Ergebnisse dazu gewonnen werden (Wang, *Clin Cancer Res*, 2016; Ramos, *J Clin Invest* 2017). Der Morbus Hodgkin bleibt auch in Zukunft „the great teacher“ für die konsequente Entwicklung erfolgreicher onkologischer Behandlungskonzepte in einem ganzheitlich medizinischen Ansatz.

### DIE HODGKIN-KRANKHEIT

Die Hodgkin-Krankheit ist eine bösartige Erkrankung des Lymphsystems. Benannt ist sie nach ihrem Erstbeschreiber im Jahr 1832, dem Arzt Sir Thomas Hodgkin. Lymphome sind Krebserkrankungen, bei denen Lymphzellen bösartig entarten. Im Volksmund spricht man auch vereinfachend von „Lymphdrüsenkrebs“. Es gibt verschiedene Formen von Lymphomen, die nach der betroffenen Zellart und dem Verlauf der Erkrankung unterschieden werden.

Man unterscheidet zwischen dem Hodgkin-Lymphom (Hodgkin-Krankheit, Morbus Hodgkin) und dem Non-Hodgkin-Lymphome (NHL): Hier gibt es bösartigere (aggressive) NHL und weniger bösartige (indolente) NHL, zu denen zum Beispiel die chronische lymphatische Leukämie (CLL) zählt.

Der Lymphdrüsenkrebs kann in jedem Alter auftreten. Am häufigsten erkranken jedoch Menschen zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr an Morbus Hodgkin. Ein weiterer, etwas kleinerer Häufigkeitsgipfel, findet sich bei Menschen nach dem 65. Lebensjahr.



Sir Thomas  
HODGKIN

## KREBSTHERAPIE

## KUTANES T-ZELL LYMPHOM

Bei kutanem T-Zell-Lymphom verlängert laut Alcanza-Studie ein Antikörper-Wirkstoff-Konjugat im Vergleich mit der Standardtherapie die Lebensprognose um mehr als ein Jahr.

**L**ymphozyten sind infektionsbekämpfende weiße Blutkörperchen, die vom Knochenmark und anderen Organen des lymphatischen Gewebes produziert werden. T-Lymphozyten sind wiederum spezialisierte Lymphozyten, die dem körpereigenen Immunsystem dabei helfen, Bakterien und andere schädliche Fremdkörper zu bekämpfen. Beim kutanen T-Zell-Lymphom werden bestimmte Zellen des lymphatischen Systems – die sogenannten T-Lymphozyten – zu bösartigen Krebszellen und befallen die Haut.

Ein kutanes T-Zell-Lymphom entwickelt sich normalerweise langsam über mehrere Jahre. Das sogenannte CTCL ist ein seltenes Non-Hodgkin-Lymphom mit Manifestationen an der Haut und dadurch ausgelösten Beschwerden. Ein Antikörper-Wirkstoff-Konjugat verbessert die Therapie.

In frühen Stadien dieses T-Zellen Lymphoms kann die Haut jucken und trocken sein, es können sich

auch dunklere Flecken entwickeln. Verschlimmert sich die Krankheit, können Verdickungen (Tumore) auf der Haut entstehen, ein Zustand der auch mit dem Namen „Mycosis Fungoides“ bezeichnet wird.

Durch die äußerlich sichtbaren Veränderungen auf der Haut können auch erhebliche emotionale Beschwerden bei den Patienten auftreten und die Lebensqualität erheblich eingeschränkt werden. Wenn immer größere Bereiche der Haut befallen werden, kann diese zusätzlich infiziert werden. Die Krankheit kann sich in Lymphknoten oder in andere Organe, wie Milz, Lunge oder Leber, ausbreiten. Wenn eine große Zahl bestimmter Tumorzellen im Blut gefunden wird, wird dieser Zustand auch als Sézary-Syndrom bezeichnet.

**ERFOLG BEI MONOTHERAPIE**

Im Rahmen der sogenannten ALCANZA-Studie (eine randomisierte Phase-III-Studie), in welcher 128 Patienten mit rezidiviertem CD30-po-

sitivem CTCL eingeschlossen und mit einem neuen Antikörper-Wirkstoff-Konjugat als Monotherapie behandelt wurden, zeigten sich deutliche Erfolge.

Die Auswertung der Studie ergab eine signifikante Verbesserung der Gesamtansprechrate im Behandlungsraum mit dem Antikörper-Wirkstoff-Konjugat, was auch die Basis für die EU-Zulassung darstellte. Die aktualisierten Ergebnisse nach einem medianen Beobachtungszeitraum von 33,9 Monaten wurden im Rahmen der ASH-Conference 2017 in Atlanta, Georgia vorgestellt. In der Studie erreichten die mit dem Antikörper-Wirkstoff-Konjugat behandelten Patienten deutliche Erfolge. Das lang anhaltende Ansprechen schlug sich auch in einem signifikant verlängerten progressionsfreien Überleben (PFS) nieder.

**NEBENWIRKUNGEN**

Beim Nebenwirkungsspektrum stand die periphere Neuropathie im Vordergrund. Fast 90 Prozent der Patienten berichteten allerdings von einer Besserung der Symptomatik der Neuropathie, die in den meisten Fällen auch handhabbar und reversibel war.



The advertisement features a large, stylized red origami crane on the left side. In the top right corner, the Takeda Oncology logo is displayed, consisting of the word 'Takeda' in a red script font above the word 'ONCOLOGY' in a black sans-serif font. Below the crane, the slogan 'UNSER ANTRIEB: KREBS HEILEN.' is written in a large, bold, black sans-serif font. On the far left edge, the word 'ANZEIGE' is written vertically. On the far right edge, the text '© Takeda 2017/2018' is written vertically.

# **DER TRAUM EIN GUT VERPACKTES GESCHENK**



Träume erstaunen uns immer wieder. Sie sagen uns etwas über den eigenen Seelenzustand, haben Traum-Forscher herausgefunden. Verschlüsselt, bildhaft oder als Symbole: Träume erschließen sich nicht wie beim Bleigießen, haben aber immer mit uns selbst zu tun.

### Dr. Brigitte Gappmair

**D**er Traum ist eine Reise in eine andere Welt, die uns nur im Schlaf erschlossen wird: eine Welt in unserem Inneren, die wir betreten, ohne es zu wollen, in der wir Dinge sehen und erleben, die uns bedrohen, beglücken, trösten und überraschen. Träume können erinnern, vergleichen, uns warnen, aber auch einfach uns nur eine Scheinwelt vorgaukeln, um uns zu beruhigen und zu entlasten. Zu dieser Erkenntnis kommt der Psychoanalytiker Felix de Mendelssohn, einer der renommiertesten Traumforscher. Allerdings: Diese, unsere innere Welt zu verstehen, die uns im Wachsein vielfach verborgen bleibt, ist alles andere als einfach. Wir träumen in Bildern, die auch gleichzeitig Symbole sind. Die Symbolsprache ist die Sprache des Unbewussten, sind sich Traumforscher einig. Traumsymbole zu deuten, ist zentrales Anliegen seit den Anfängen der Traumforschung.

### KEINE EINFACHE TRAUMDEUTUNG

Eine Traumdeutung nach einfachen und bekannten Schemata, wie dies in der esoterischen Bücherflut oft als praktische Anleitung angeboten wird, wird unter Traumforschern einhellig kritisch gesehen. Es gibt keine Traumsymbol-Lehre, die auf unsere Träume einfach übertragbar ist. Träume erschließen sich nicht wie beim Bleigießen zu Sylvester, indem man bestimmten Traum-inhalten entsprechende Bedeutungen zuweist. Es gehe auch nicht einfach über eine Software-App, warnen Psychoanalytiker vor vorschnellen Deutungen. Zu sagen, dieser Traum bedeute dieses oder

jenes, könne man nur, wenn man die Umstände klärt, die für die betroffene Person von Bedeutung sind. Nur damit sei es möglich, die persönliche Sinngebung des Traums allmählich zu entschlüsseln.

### TYPISCHE TRÄUME

Was man allerdings sagen kann: Typische Träume, die in Traumanalysen immer wieder auftauchen, gibt es tatsächlich. Solche wiederkehrenden Träume sind Prüfungsträume, Träume vom Tod eines geliebten Menschen, vom Fallen und Fliegen,

*„Mit einem Traum beschenkt man sich selber.  
Er ist eine Möglichkeit, mehr über sich zu erfahren.“*

Hemmungsträume (nicht vom Fleck kommen) und Träume, in denen man gejagt oder verfolgt wird. Jedem bekannt sind auch Alpträume, die nach statistischen Traumaufzeichnungen zwar eher selten sind, uns aber stark beeindrucken und lange in Erinnerung bleiben.

### WIEDERHOLUNGSTRÄUME UND TRAUMSERIEN

Viele Menschen haben ihre eigenen „typischen“ Träume, die über einen längeren Zeitraum immer wieder kommen. Prüfungsträume zum Beispiel, bei denen man immer wieder von der Mathematik-Matura gequält wird. Dokumentiert sind auch sogenannte „hellsichtige“ Träume, die sich so erklären lassen: Man nimmt oft unbewusst Dinge wahr, die sich im Traum dann zeigen können. Konflikthafte Situationen zum Beispiel, denen man versucht auszuweichen, die im Traum aber zum Vorschein kommen. Freilich vielfach symbolhaft, verschlüsselt oder verkleidet. Träume sind immer auch Abbildun-

gen unseres Seelenzustandes, die uns etwas über unserer Unbewusstes offenbaren, sind Traumforscher überzeugt. Man könne durchaus sagen, Träume sind ein Geschenk an uns selbst, zumeist jedoch gut verpackt.

### FREUD – BEGRÜNDER DER TRAUMFORSCHUNG

Träume sind ein faszinierendes Phänomen, nicht nur für sich selbst, sondern gerade in jüngster Zeit auch wieder verstärkt für die Wissenschaft. Es war vor allem Sigmund Freud, der mit seinem Buch „Die Traumdeutung“ (1900) die wissenschaftliche Beschäftigung mit dem Traum angestoßen hat. Darin vertrat er die Ansicht, dass

alle Träume mit den konflikthaftern Wünschen der Menschen zu tun haben. In jedem Traum gehe es um einen unerfüllten, beziehungsweise verdrängten Wunsch. Letztendlich sieht er die persönliche Wunscherfüllung als zentrale Ursache und Auslöser unserer Träume.

Eine Ansicht, die recht bald hinterfragt wurde: Erich Fromm, Psychoanalytiker und Autor zahlreicher aufsehenerregender Bücher wie „Die Kunst des Liebens“ (1951), verneint den Freud'schen Ansatz. Fromm definiert Träumen als Seelentätigkeit unter Schlafbedingungen. Für ihn sind Träume und Mythen wichtige Mitteilungen von uns selbst an uns selbst. Für Carl Gustav Jung wiederum sind Träume auch Zugang zum kollektiven Unbewussten – zu den ältesten Schöpfungen der Menschheit, den Mythen.

### TRAUMFORSCHUNG STÖSST AUF GROSSES INTERESSE

In unserer westlichen, technologischen Kultur wurde die Traumfor-

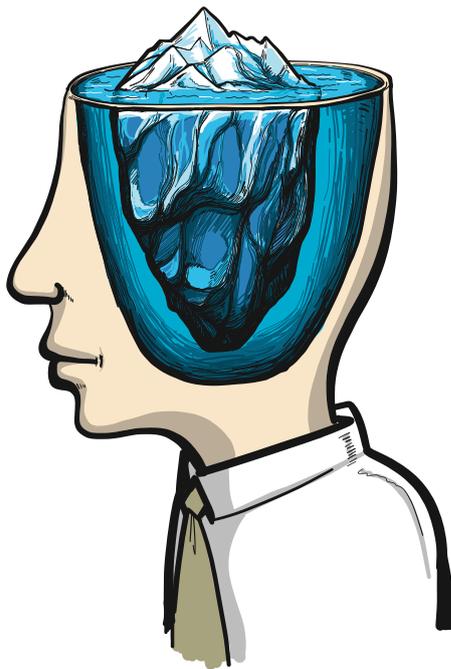
schung zunehmend an den Rand des Interesses gedrängt. In den letzten 30 Jahren ist die Beschäftigung mit dem Träumen allerdings wieder in den Mittelpunkt der wissenschaftlichen Forschung zurückgekehrt.

Die Frage nach dem menschlichen Bewusstsein halten Wissenschaftler heute vielfach für die wichtigste Fragestellung der Philosophie und auch der naturwissenschaftlichen Forschung. Dem menschlichen Bewusstsein auf den Grund zu gehen, ist ein Schwerpunkt in der Erforschung der künstlichen Intelligenz. Ganz aktuell ist das Thema „Menschliche Roboter“. Maschinen also, die Bewusstsein haben und auch echte Gefühle entwickeln können. Da geht es etwa um die Frage, wie bewusste Wahrnehmung im Unbewussten abgespeichert wird, und wann und wie Erinnerungen und Gefühle aus dem Unbewussten wieder an die Oberfläche gelangen. Von Informatikern gibt es dazu bereits eine Reihe von Forschungsprojekten.

### WIE OFT TRÄUMEN WIR?

Es war die Entdeckung des REM-Schlafs, die die Traumforschung geradezu revolutionierte. Im Jahr 1953 gelang es zwei amerikanischen Forschern in einem aufsehenerregenden Experiment, den handfesten Beweis zu liefern, dass wir träumen. Messungen mit dem EEG bei schlafenden Versuchspersonen ergaben, dass bestimmte Schlafphasen mit schnellen Augenbewegungen (rapid eye movements, REM) einhergehen. Versuchspersonen, die in den REM-Phasen aufgeweckt wurden, berichteten, dass sie soeben geträumt hatten.

REM-Phasen treten üblicherweise mehrmals während eines Schlafs



auf, was wiederum auf viele Traumphasen schließen lässt. Wie oft wir träumen, hängt von der Dauer unseres Schlafs ab. Am öftesten träumen Neugeborene, die im Schnitt 17 Stunden am Tag schlafen. Babies haben ungefähr alle 60 Minuten eine REM-Phase, das heißt, die REM-Phasen machen mehr als die Hälfte des Schlafs aus. Dieses Verhältnis verringert sich allmählich. Je älter man wird, umso geringer sind die REM-Phasen ausgeprägt.

### TRAUMENTZUG

In der Traumforschung ist man auch der Frage der Notwendigkeit der Träume hinsichtlich unserer Gesundheit nachgegangen. Die etwas erstaunlichen Ergebnisse besagen demnach, dass nicht nur der Schlafentzug mit allen seinen negativen Auswirkungen wahrgenommen wird, sondern auch der Traumentzug. So wie der Körper bei zu wenig Schlaf verlangt, diesen sofort nachzuholen, so empfinden wir auch ein Bedürf-

nis, das Träumen nachzuholen. Von Schlafforschern weiß man: Träumen ist für einen gesunden Schlaf besonders wichtig.

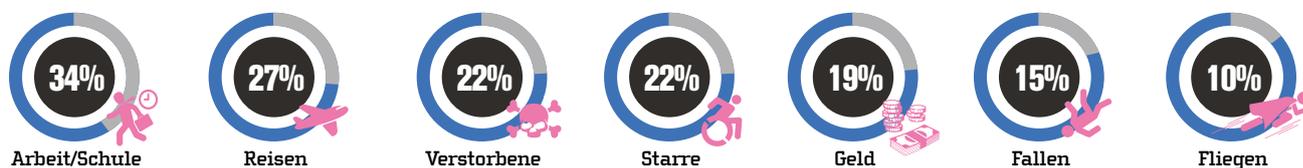
### PRAKTISCHE RATSCHLÄGE FÜR DIE ERFORSCHUNG EIGENER TRÄUME

Am wichtigsten ist, sich seine Träume zu merken. Das kann man trainieren, indem man vor dem Einschlafen bereits an das Träumen denkt. Gleich nach dem Aufwachen, sich fragen, was habe ich geträumt? Den Gefühlen in den Träumen nachzuspüren, ist ein wichtiger Weg, seine Traumwelt zu erkunden. Der Gedanke, dass man Träume als Metapher, als Parabel, als Erzählung verstehen kann – analog zu Märchen oder Mythen – vermag einem Traum einen tieferen Sinn geben. Vor allem aber kann es ein Gespräch sein, das einem bei der Entschlüsselung eines Traumes gute Dienste leistet. Den Traum einer vertrauten Person erzählen, kann mitunter sogar Beziehungsarbeit bedeuten. Dazu gibt es in der Traum-Literatur ein sehr schönes Beispiel, das von Erich Fromm dokumentiert wurde: Ein Paar beim Frühstück. Die Frau sagt zu ihrem Partner: „Weißt du, was ich geträumt habe? Dass ich ein Frühstück mit Erdbeeren zubereitet habe.“ Worauf der Partner erwidert: „Du hast wohl vergessen, dass Erdbeeren die einzigen Früchte sind, die ich nicht esse!“ Wenn sich daraus nicht ein aufschlussreiches Gespräch ergibt ...

LITERATURVERWEISE:  
 Felix de Mendelssohn: Der Mann, der sein Leben einem Traum verdankte. 2014 Ecowin Salzburg  
 Erich Fromm: Märchen, Mythen, Träume. 2017 rororo  
 Wolfgang Mertens: Traum und Traumdeutung. 2009 Verlag C.H.Beck  
 Sigmund Freud: Die Traumdeutung in: Gesammelte Werke. 1961 (3. Auflage), Originalausgabe 1900

## Wovon träumen wir am häufigsten?

Quelle: statista.de





prisma SMART.

Die neue APAP-Generation - klein und smart.

HOSPITAL

HEMOCARE

DIAGNOSTICS

# VERSCHIEDENE SCHLAFBEZOGENE STÖRUNGEN VERHINDERN GRÖSSTES SCHLAFLABOR



Fast 50 Prozent der Altersgruppe der über 45-Jährigen sind von Schlafstörungen betroffen.

In der Privatklinik Salzburg (PKS) des internationalen Gesundheitsdienstleisters VAMED stehen ab sofort sechs Schlaflaborplätze zur Abklärung und Therapie von Schlafstörungen wie Schlafapnoe oder Ein- und Durchschlafstörungen zur Verfügung.

**F**ast 26 Prozent aller Österreicher klagen über Schlafstörungen. In der Altersgruppe der über 45-Jährigen zeigten sich im Rahmen einer Gesundheitsbefragung sogar fast 50 Prozent der Bevölkerung von Schlafstörungen betroffen. Damit gehören Schlafstörungen zu den gesellschaftlich, medizinisch und sozioökonomisch relevanten Themen unserer Zeit. Zur Versorgung dieser Patienten standen bis dato allerdings nur wenige qualifizierte Schlafmediziner und schlafmedizinische Untersuchungsplätze zur Verfügung. Mit den sechs neuen Plätzen im Schlaflabor der Privatklinik Salzburg wird das Angebot im Bundesland Salzburg nun nachhaltig erweitert. Der Kompetenzschwerpunkt „Schlafmedizin“ in der PKS dient dabei primär zur Abklärung und Therapie von

schlafbezogenen Atmungsstörungen. Insbesondere die Diagnostik der obstruktiven Schlafapnoe und der Hypoventilationssyndrome, die aufgrund der steigenden Anzahl von Patienten mit Adipositas (Fettleibigkeit) immer mehr zunehmen, stehen im Fokus des Angebotes. Ausgelegt ist das Schlaflabor weiters für differenzialdiagnostische Zwecke, um

## DR. JULIANE RUDNIK

Leiterin Schlaflabor PKS  
FA für Pneumologie



„Es geht darum zu verstehen, welches Problem den erholsamen Schlaf stört und welche Maßnahmen ergriffen werden können. Eine differenzierte Diagnostik ist notwendig, um eine erfolgreiche Therapie zu gewährleisten.“

andere Krankheiten ausschließen zu können. Dazu zählt etwa die Differenzialdiagnostik der Insomnie (Einschlaf- und Durchschlafstörungen), die durch alltägliche Belastungssituationen auch bei Gesunden auftritt. Entscheidend für den Arzt ist es daher, erkrankte – und damit behandlungsbedürftige – Insomniepatienten zu identifizieren. „Manche Menschen leiden an verschiedenen Schlafstörungen gleichzeitig. In Folge muss man an verschiedenen Punkten arbeiten, um die Qualität des Schlafes insgesamt zu verbessern“, sagt Schlafexpertin Juliane Rudnik, Leiterin des Schlaflabors in der Privatklinik Salzburg.

## GESUNDER SCHLAF SENKT SCHLAGANFALLRISIKO

Die Fallzahlen von Personen mit Schlafstörungen steigen mit zunehmendem Alter und korrelieren mit dem Körpergewicht, aber auch mit dem persönlichen Körperbau. „Gesunder Schlaf bedeutet, morgens erfrischt aufzuwachen und wiedertätkräftig jene Dinge zu unternehmen, die man eigentlich machen möchte.

ERHOLSAMEN SCHLAF

# IN SALZBURG ERÖFFNET

Durch gesunden und richtigen Schlaf verbessert sich die Konzentration, die Tagesmüdigkeit lässt nach, das Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt sinkt. Patienten, die unter Bluthochdruck leiden, können dazu besser eingestellt werden.

## UNTERSUCHUNG UND DIAGNOSE

Nach Voruntersuchungen wird der Patient stationär mittels Polysomnographie diagnostiziert. Der Patient wird dabei meist über eine oder zwei Nächte auf die unterschiedlichsten Körperfunktionen hin getestet, wie beispielsweise auf die Hirnaktivität (EEG, Elektroencephalogramm), Elektrokardiogramm (EKG), Herzfrequenz, Atmungsaktivitäten, Muskelspannung, Augenbewegungen, Körperlage und -bewegung sowie Sauerstoffsättigung des Blutes. Die Bewegungsfreiheit wird während

## LEISTUNGSSPEKTRUM SCHLAFLABOR PRIVATKLINIK SALZBURG

Das Leistungsspektrum des schlafmedizinischen Instituts Salzburg umfasst das gesamte Spektrum der schlafbezogenen Störungen und stellt damit eine wichtige Versorgungseinheit im Land Salzburg dar. Nach ICSD 3 (International Classification for Sleep Disorder) werden folgende Gruppen schlafbezogener Störungen diagnostiziert und behandelt:

- Insomnie [Einschlaf- und Durchschlafstörungen]
- schlafbezogene Atmungsstörungen
- Hypersomnie
- schlafbezogene Bewegungsstörungen
- circadiane Schlafrythmusstörungen
- Parasomnien

der Schlafphase nur minimal eingeschränkt.

Die Untersuchung wird permanent durch qualifiziertes Fachpersonal überwacht. Die Aufnahme in das Schlaflabor erfolgt in der Regel ab 18 Uhr. Ab 22 Uhr starten die Messungen mittels Polysomnographie und dauern bis sechs Uhr morgens. Gegen sieben Uhr kann der Patient das Labor wieder verlassen. Berufs-

tätige Patienten sind durch die Untersuchung kaum eingeschränkt und können ihrer beruflichen Tätigkeit nachgehen.

## SCHLAFLABOR PKS PRIVATKLINIK SALZBURG

Sinnhubstraße 2  
5020 Salzburg  
Anmeldung & Informationen unter:  
Telefon: +43 662 82 90 33-0  
➔ [www.privatkliniksalzburg.at](http://www.privatkliniksalzburg.at)

## UNSERE BIOLOGISCHE SCHLAFUHR

Der wichtigste äußere Rhythmusgeber für alle Tiere und uns Menschen ist der natürliche Hell-Dunkel-Wechsel im 24-Stunden-Tag. Dadurch werden unsere inneren biologischen Uhren gesteuert und synchronisiert. Während in der Nacht viele körperliche und hormonelle Funktionen ruhen, wie etwa die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol, kommt es morgens zu einem Anstieg des Cortisols und der Körpertemperatur.

Das ist der Zeitpunkt, an dem wir uns am leistungsfähigsten fühlen. Andererseits gibt es aber auch hormonelle Veränderungen, die mit einem Höhepunkt der Ausschüttung im Schlaf einhergehen, wie etwa das Wachstumshormon, das ausschließlich im Tiefschlaf ausgeschüttet wird.

Schlafforscher unterscheiden zwei Prozesse. Der eine läuft über 24 Stunden ab. Von ihm hängt unsere Schlaf- und Wachbereitschaft ab. Steigt die Körpertemperatur an, werden wir wacher, fällt sie ab, werden wir müder und schläfrig. Beim Minimum der Körpertemperatur sind wir in einem Zustand, der uns äußerst anfällig für Fehler macht.

Auf der anderen Seite ist unser Schlaf aber auch davon abhängig, wie lange wir wach sind. Diesem Prozess liegen neurochemische Prozesse zugrunde, die allerdings noch nicht komplett entschlüsselt sind. Man weiß inzwischen, dass unser Schlaf umso tiefer wird, je länger wir wach sind. Allerdings verdoppelt sich nach Schlafentzug die Schlafmenge nicht, sondern der Schlaf intensiviert und vertieft sich.



Unsere Körper orientieren sich an zwei inneren Uhren. Eine der Uhren ist von der Sonne abhängig und wird als Biorhythmus bezeichnet. Die andere Uhr wird von einer Vielzahl von Nervenzellen im Gehirn gesteuert (dem suprachiasmatischen Nucleus, SCN). Dies bezeichnen wir als Schlaf-Wach-Homöostase.

Foto: 123rf.com/fonafona



MEIN LEBEN MIT DEM „KLINFELTER-SYNDROM“

# GEMEINSAM FÜR SELTEN

Menschen mit seltenen Erkrankungen sind weitgehend auf sich alleine gestellt. Viele haben eine Odyssee hinter sich, brauchen Jahre, um für sich oder für ihr Kind Hilfe zu finden. Gibt es endlich eine Diagnose, so heißt das noch lange nicht, dass mit einer Therapie begonnen werden kann.

**Helmut Kronewitter**

**M**eine nicht mehr so seltene Erkrankung ist das „Klinefelter-Syndrom“. Während meiner Kindheit waren meine Eltern und ich ahnungslos, ich schien mich normal zu entwickeln. Erst als in meiner Ehe unser Kinderwunsch unerfüllt blieb, entpuppte sich eine scheinbar harmlose Erektionsstörung als genetischer Defekt. Der männliche Chromosomensatz besteht normalerweise aus 22 Chromosomenpaaren plus je einem weiblichem und einem männlichen Geschlechtschromosom. Beim

„Klinefelter-Syndrom“ liegt meist ein zusätzliches X-Chromosom vor, manchmal sogar auch mehrere. Die Ausprägung möglicher Symptome kann individuell sehr unterschiedlich sein.

## ABWEICHENDER CHROMOSOMENSATZ

Dieses zusätzliche Chromosom hat eine Störung der Hodenfunktion zur Folge, wodurch zu wenig Testosteron gebildet wird, was wiederum zu Störungen der geschlechtlichen Entwicklung führt. Beim erwachsenen Mann gehen unterentwickelte Hoden oftmals mit einer geringen Testosteron-Produktion sowie einer

kompletten Zeugungsunfähigkeit einher. Je mehr überschüssige Chromosomen die Patienten besitzen, desto deutlicher treten die Symptome zutage.

Ich muss daher seitdem ständig Testosteron substituieren, was mit erheblichen Nebenwirkungen verbunden ist. Welche Begleiterscheinungen mit dem „Klinefelter-Syndrom“ entstehen könnten, wussten auch die Ärzte nicht.

Begonnen hat alles im Jahr 1991, als sich mein Asthma plötzlich ver-

**HELMUT KRONEWITTER**

Klinefelter-Syndrom-Patient



*„Die Zwänge unseres Gesundheitssystems erschweren es Ärzten, ausreichend Zeit mit der Recherche zu verbringen und den Kontakt zu Kollegen zu suchen. Ein gutes Gesundheitssystem sollte auf die Bedürfnisse der Erkrankten besser eingehen können.“*

schlechterte und COPD II diagnostiziert wurde. Sichtliche Beschwerden folgten in den darauf folgenden Jahren. Nach einer Schwellung auf der linken Brustseite mussten mir kurz danach meine Zähne im Oberkiefer komplett saniert werden. In dieser Zeit litt ich auch vermehrt an Panikattacken.

Es folgte ein mehrmonatiger Krankenaufenthalt in der Stationären Psychotherapie, wo zum ersten Mal das „Klinefelter-Syndrom“ als möglicher Auslöser diagnostiziert wurde. Ein Jahr später erkrankte ich an Osteoporose und Spondylose. Dazu kamen noch eine Erkrankung der Hypophyse (Hypophyse Adenom) sowie massive Herz- und Kreislaufbeschwerden.

### SELBSTHILFEGRUPPE

Meine Lebensqualität ist die eines chronisch Kranken – also erheblich eingeschränkt und ohne Aussicht auf Heilung oder Besserung. Den langen Weg der vergeblichen Informationssuche zu dieser seltenen Krankheit wollte ich anderen Betroffenen ersparen und gründete 2001 die „Österreichische Klinefelter-Syndrom Gruppe“ und 2008 „Gemeinsam für Selten – Rare Disease Salzburg“, in Zusammenarbeit

mit Selbsthilfegruppen, die ähnliche Probleme haben. Unser Ziel ist es, ehrenamtliche Hilfe zu leisten.

Einzige Rettung für mich und Betroffene war, die Bewegung „Seltene Erkrankungen“ in Westösterreich zu gründen.

Dabei traf ich auf Menschen, von deren Erkrankung ich noch nie gehört hatte und es ging allen gleich wie mir. Was Betroffene brauchen, sind entsprechende Anlaufstellen und Ärzte, die auf seltenen Erkrankungen spezialisiert sind. Dies funktioniert natürlich nur mit entsprechen-

der Vernetzung. Für Menschen, die an einer seltenen Erkrankung leiden, ist der Kontakt zu anderen Betroffenen besonders wichtig. Deshalb kommt den entsprechenden Selbsthilfegruppen hier eine besondere Bedeutung zu. Je seltener bestimmte Erkrankungen auftreten, desto schwieriger ist es, die Symptome richtig zu deuten und eine zuverlässige Diagnose zu erhalten. Unser Motto lautet deshalb „Gemeinsam für Selten – eine Brücke zwischen Patienten, Ärzten und der Forschung zu schlagen“.



### RARE DISEASE SALZBURG

Helmut Kronewitter ist seit 2008 ehrenamtlicher Gründer und Koordinator für die Selbsthilfegruppen „Rare Disease Salzburg“ und „Klinefelter Syndrom Österreich“ (seit 2003). Zusammen mit Wendy Grabner-Laenen werden alle laufenden Freizeit-Projekte betreut.

- ehrenamtliche Tätigkeiten für seltene Erkrankungen
- Gruppen aus dem Land Salzburg und Westösterreich
- Unterstützung bei Fragen zu seltenen Erkrankungen
- Unterstützung bei Fragen zu Behörden und Ämtern
- grenzüberschreitende Vernetzung
- Vernetzung mit Social Media Foren
- Öffentlichkeitsarbeit

Rare Disease Salzburg, Pfarrhofgutweg 8, 5400 Hallein, [www.raredisease.at](http://www.raredisease.at)  
 SPENDENKONTO: Ärztebank, IBAN: AT45 1813 0330 1249 000  
 Bitte bei Verwendungszweck „Rare Disease Salzburg“ anführen.

## SELTENE KRANKHEITEN

# EPIDERMOLYSIS BULLOSA

Epidermolysis bullosa (EB) ist eine angeborene, folgenschwere und derzeit noch nicht heilbare Hauterkrankung. Je nach Krankheitstyp entstehen schon bei leichter Berührung Blasen und Wunden. Schmerz und Juckreiz sind ständige Begleiter. EB zählt zu den so genannten seltenen Erkrankungen. In Österreich sind rund 500 Menschen betroffen. Da ihre Haut so verletzlich ist wie die Flügel eines Schmetterlings, sind Betroffene als „Schmetterlingskinder“ bekannt geworden.

Der Sommer ist für viele „Schmetterlingskinder“ eine besondere Herausforderung. Bei heißem Wetter klagen

Betroffene über eine verstärkte Blasenbildung. Das liegt auch daran, dass in der warmen Jahreszeit die schützenden Bekleidungsschichten wegfallen und die Haut stärker den potentiellen Verletzungsgefahren in der Umwelt ausgesetzt ist. Sehr schlimm wird von den kleinen Patienten empfunden, dass sie nicht wie andere Kinder einfach schwimmen gehen können. Wasser brennt auf offenen Wunden und Kinder möchten auch im Schwimmbad von anderen Gästen angestarrt werden. So stellt sich immer wieder auch ein Gefühl der Ausgeschlossenheit ein.

Für „Schmetterlingskinder“ ist ihre

Erkrankung über weite Strecken ein Martyrium. Als Patientenorganisation hat es sich DEBRA Austria zum Ziel gesetzt, kompetente, medizinische Versorgung für die „Schmetterlingskinder“ zu ermöglichen und durch erstklassige Forschung die Chance auf Heilung zu erhöhen.

Ärztinnen sowie Forscher und Forscherinnen arbeiten im – von DEBRA Austria mittel Spendengeldern finanzierten – EB-Haus Austria, eng mit internationalen Experten zusammen und erproben Ansätze zu Linderung und Heilung von EB.

➤ [www.schmetterlingskinder.at](http://www.schmetterlingskinder.at)

# LÖWENSTARK – FÜR EIN LEBEN NACH DEM KREBS

Kinder- und Jugendlichen-Rehabilitation heißt, im Familienverbund betreut zu werden, um gemeinsam die körperliche und psychische Belastung zu überwinden, die durch die schwere Erkrankung eines Kindes entstanden ist.



Das Behandlungs- und Therapieangebot im Leuwaldhof ist einzigartig. So gibt es unter anderem ein eigenes Kindertherapiebecken, einen Kraft-Ausdauerraum und einen Gymnastikraum, in denen geschulte Therapeuten auf die richtige Durchführung der Übungen achten.

Die Rehabilitationsklinik Leuwaldhof bereitet Kinder und Jugendliche auf ein Leben nach hämatologischen, immunologischen Erkrankungen und Stoffwechselerkrankungen sowie Erkrankungen des Gastrointestinaltraktes vor. Zum umfassenden Betreuungskonzept zählen rehabilitative Therapieformen wie Physio- und Sporttherapie sowie psychologische Betreuung und Diätologie. Besonderer Wert wird im Leuwaldhof in St. Veit auch auf weitere kinder- und

jugendgerechte Angebote wie etwa Musiktherapie und tiergestützte Therapien gelegt. Freizeitaktivitäten wie Ausflüge, Radfahren, Wandern und gemeinsame Spiele sorgen für Abwechslung im Sinne der Genesung und der Neuorientierung nach der Krankheit.

## SCHULE, THERAPIE & FREIZEIT

Der Tagesablauf orientiert sich weitgehend an jenem gleichaltriger Kinder und Jugendlicher ohne gesundheitliche Einschränkungen.

Während ihres Aufenthaltes am Leuwaldhof wird ihnen entsprechend ihrem Alter an Vormittagen der Schulbesuch ermöglicht, kleinere Kinder werden im Kindergarten pädagogisch betreut. Die Kinder und Jugendlichen absolvieren zweieinhalb Therapiestunden pro Tag und die Sekundärpatienten im Sinne der Familienorientierung etwa eineinhalb Stunden. Abends widmen sich die Patienten Freizeitaktivitäten oder

dem Familienleben. „Der Erfolg der Rehabilitation wird kontrolliert und die Ziele bei Bedarf angepasst. Im Bedarfsfall kann eine Reha-Verlängerung sinnvoll sein“, so Primar Gustav Fischmeister. Ein zentraler Punkt der Therapien im Leuwaldhof ist der Umgang mit psychischen Belastungen. Oberstes Ziel ist es, Ängste bezüglich der Erkrankung zu nehmen, Traumata aufzuarbeiten und den Weg in eine positive Zukunft aufzuzeigen. Hier helfen Sozialarbeiter, Schul- und Berufsberater, weitere Lebensziele abzustecken. „Hauptziel ist, die Resilienz zu fördern, nämlich ‚löwenstark‘ in die Zukunft zu gehen. Immerhin haben diese Kinder und Jugendlichen mit ihren Familien viel durchgemacht und es sollen die überstandenen negativen Erfahrungen in positive Lebensenergie und -einstellung umgewandelt werden, um damit wieder aktiv und gestärkt die Herausforderungen des Alltags annehmen zu können“, weiß Fischmeister.

## ELTERN UND GESCHWISTER

Das Therapiekonzept des Leuwaldhofs bietet auch Hilfestellung bei Problemen von Eltern und Geschwistern. Dazu zählen unter anderem Einkommensverlust, Jobverlust, Jobsuche oder partnerschaftliche Probleme. Hilfe zur Lösungsfindung bieten die professionellen Psychologen und Sozialarbeiter im Sinne einer psychosozialen Beratung.

„Gesunde“ Geschwister genießen analog zu den Eltern ebenfalls Betreuung und werden in Einzel- und Gruppentherapien aus ihrer familiären „Nebenrolle“ zurück auf den Platz eines gleichberechtigten Familienmitglieds gebracht.

## LEUWALDHOF

St. Veiter-Straße 48  
5621 St. Veit im Pongau  
Telefon: +43 6415 50300  
www.leuwaldhof.at

Eine Gesundheitseinrichtung der VAMED und der SALK

### UNIV. DOZ. DR. GUSTAV FISCHMEISTER

Primarius der Kinder- und Jugendlichen-Rehabilitation Leuwaldhof



„Über ein internationales Einschätzungssystem (ICF) werden die körperlichen und psychischen Funktionseinschränkungen und dadurch die Behandlungsschwerpunkte beurteilt und die Therapie angepasst durchgeführt.“

## PFLANZE DES MONATS

## ECHTE KAMILLE

Die Kamille ist eine der am häufigsten angewendeten Heilpflanzen. Sie wirkt antibakteriell, austrocknend, beruhigend, harntreibend, entzündungshemmend und schweißtreibend. Bereits in der Antike wurde sie als universelle Heilpflanze verwendet. Im alten Ägypten wurde die Pflanze als die Blume des Sonnengottes Ra verehrt und bei Erkältungen und Frauenleiden eingesetzt. Nachweislich nutzten sie auch die Griechen schon Jahrhunderte vor Christi Geburt zur Behandlung von Hauterkrankungen oder Geschwüren. Bei den Angelsachsen und Germanen gehörte die Kamille zu den neun heiligen Pflanzen, die Unglück und Krankheiten abwehren konnten. Anwendung findet heutzutage die echte Kamille noch immer bei zahlreichen Krankheiten. Sie wird vor allem bei Asthma, Durchfall, Blähungen, Fieber, Hautunreinheiten, Husten, Juckreiz, Schnupfen, Mandelentzündungen sowie Schlaflosigkeit eingesetzt. Vor allem aber bei Magen-Darm Problemen ist ihre Wirkung seit Jahrhunderten gut dokumentiert.

Das Kraut wird dabei in Form von Tee oder Tinkturen eingesetzt. Es lindert Bauchschmerzen, entkrampft und hilft bei verdorbenem Magen und Magengeschwüren. Durch die antibakterielle und muskelentspannende Wirkung hilft die Heilpflanze auch bei Durchfall sowie Verstopfung. Bei Atemwegserkrankungen kann das Gurgeln und Trinken mit Kamille helfen, da sie desinfizierend und heilend wirkt. Kamillen helfen weiters bei Nierenschwäche und Blasenbeschwerden, fördern die Harnproduktion und erleichtern damit das Ausscheiden von schädlichen Stoffen. Dadurch kann sie auch Schmerzen bei rheumatischen Erkrankungen und Gicht lindern. Die echte Kamille ist nicht nur eine vielseitige Heilpflanze sondern fin-



det auch eine kulinarische Verwendung als Gewürz, zum Beispiel für Wildkräutersalate oder Süßspeisen. Die echte Kamille gehört zur Familie der Korbblütler (Asteraceae) und ist verwandt mit anderen bekannten Wildkräutern wie dem Löwenzahn, der Ringelblume oder dem Beifuß. Die Echte Kamille ist vor allem

auf Äckern, Wildwiesen aber auch Brachflächen zu finden. Sie blüht in der Regel zwischen Mitte Mai und Anfang Oktober. Die Pflanze ist stark verbreitet und ist in den meisten Ländern Europas zu finden. Im Gebirge kann die Kamille noch in Höhen zwischen 1.200 bis 1.800 Meter angetroffen werden.

**Dr. Wolz**  
Seit 1969

**Curcumin Extrakt 45**  
mit 45x höherer Bioverfügbarkeit

- **Entzündungshemmend**  
bei Tumorerkrankungen, bei chronisch-entzündlichen Prozessen, bei rheumatischen Erkrankungen und Arthritis
- **Antitumoral**  
Schutz vor Krebsregenern, Auslösung der Apoptose in Krebszellen
- **Antioxidativ**

OHNE  
Gluten, Lactose,  
Fructose, Gelatine,  
Farbstoffen, Piperin,  
Polysorbaten

**Dr. Wolz** Dr. Wolz sagt wert!  
**Curcumin Extrakt 45**  
Wirkkomplex mit dem sekundären Pflanzenstoff Curcumin  
über 40x besser löslich  
150 mg Curcumin pro Teil  
90 Kapseln

Vegan Reform Produkt des Jahres 2015

Erhältlich in Apotheken, Reformhäusern, Drogerien und Naturshops oder online unter [www.cosmetic-gallery.at/](http://www.cosmetic-gallery.at/)

Zu Beginn des 18. Jahrhunderts hatten Stadt und Land Salzburg etwa 200.000 Einwohner und nur elf praktizierende akademische Ärzte. Sieben davon zählte die Stadt und vier das Land. Eine neue Medizinalreform sollte das Salzburger Gesundheitswesen im 18. Jahrhundert nachhaltig verbessern.

## REFORMATOR DER SALZBURGER KRANKENVERSORGUNG

# JOHANN JACOB HARTENKEIL

Theresa Pöschl

Seine Studien begann Johann Hartenkeil 1779 an der medizinischen Universität Würzburg. Unter der leitenden Hand von Carl Caspar von Siebold eignete er sich die nötigen chirurgischen Fertigkeiten an. Hierzu gehörten unter anderem die Operationstechnik zur Extraktion des Grauen Stars oder das operative Entfernen von Blasensteinen. Siebold war es auch, der dem Salzburger Erzbischof Hieronymus von Colloredo empfahl, Hartenkeil eine Stelle als Hof- und Leibchirurg anzubieten.

In den folgenden Jahren machte es sich Hartenkeil zur Aufgabe, eine Reformierung des mangelhaften Medizinalwesens sowie eine bessere medizinische Versorgung und Aufklärung für Salzburgs Bevölkerung durchzusetzen. Die wenigen Ärzte vor Ort kümmerten sich damals hauptsächlich um zahlungskräftige Patienten. Alle übrigen mussten entweder auf die traditionelle Hausmedizin, Wundärzte oder gar auf Viehdoktoren zurückgreifen.

Dieses Reformvorhaben scheiterte zunächst noch an den großen allgemeinen Vorurteilen und Bedenken. Hartenkeil wurde trotzdem in Anerkennung seiner Dienste von Erzbischof Colloredo zum außerordentlichen Professor für Medizin ernannt. Da es noch keine medizinische Universität in Salzburg gab, lag der Fokus auf einer besseren Ausbildung der Wundärzte. Um seine Ziele finanzieren zu können, führte Hartenkeil neben seiner Lehrtätigkeit eine



Dr. Johann Jacob Hartenkeil, geboren am 28. Januar 1761 in Mainz, reformierte als Leibarzt von Erzbischof Colloredo das Salzburger Medizinalwesen im Geiste der Aufklärung. Er verstarb am 7. Juni 1808 in Salzburg.

Foto: Kupferstich Ferdinand Bollinger

Privatpraxis und gründete 1790 die medizinische Fachzeitschrift „Medicinisch-chirurgische Zeitung“, die auch über die Grenzen Salzburgs Beachtung fand. Durch seine zahlreichen Reisen und den damit verbundenen internationalen Kontakten konnte Johann Hartenkeil als Herausgeber auf das Wissen zahlreicher Professoren der unterschiedlichsten Universitäten zurückgreifen.

### KRANKENHAUSREFORM

Im Laufe der Zeit gelang es Hartenkeil schrittweise seine Ziele zu realisieren. Unter anderem mit der Aufteilung des St. Johannes Spitals, dem heutigen Salzburger Landeskrankenhaus, in eine medizinische und chirurgische Abteilung. Ziel dahinter war es, die Chirurgische Abteilung zu stärken. Um die Grundversorgung in Salzburg weiter zu verbessern, wurde auch die erste Hebammenschule in Salzburg eröffnet.

Die für Johann J. Hartenkeil wichtigsten Reformen im Gesundheits-

wesen wurden aber erst nach der Säkularisation 1803 umgesetzt. Diese beinhalteten auch eine Neuorganisation des Expertengremiums „Collegium Medicinum“.

Hauptaufgabe dieses Rates war unter anderem die Qualitätssicherung der medizinischen Ausbildung, die Kontrolle des Arzneimittelmarktes sowie die Seuchenbekämpfung. Seinen Lebensraum konnte sich der Mediziner im Juli 1804 verwirklichen: Es wurde eine medizinische Fakultät an der Universität Salzburg eingerichtet. Diese umfasste sechs Lehrstühle, die allesamt mit angesehenen Mitarbeitern des Medizinalrates besetzt wurden.

### SCHLISSUNG DER FAKULTÄT

Allen Protesten zu trotz, wurde im Zuge der Übernahme des Herzogtums Salzburg durch Österreich 1806, die Fakultät kurz darauf geschlossen. Auch der Medizinalrat wurde aufgelöst. Selbst der verliehene Titel eines k. k. Regierungsrates und die damit verbundene Erhebung zum Protomedikus für das Land Salzburg, dürfte Johann J. Hartenkeils Enttäuschung wenig gemildert haben.

Johann Jacob Hartenkeil starb mit 48 Jahren an der sogenannten Krampfathemsucht. Das Grab des Verstorbenen befindet sich übrigens auf dem Salzburger St. Sebastian-Friedhof.

# KOOPERATION VON FH SALZBURG UND SALK STUDENTISCHE IDEEN FÜR DAS KRANKENHAUS DER ZUKUNFT

Studierende des Studiengangs „Smart Building – Energieeffiziente Gebäudetechnik und nachhaltiges Bauen“ entwickelten für ein richtungsweisendes Großprojekt der Salzburger Landeskliniken Strategien für ein nachhaltiges Krankenhaus.

Der Neubau des Hauses B am Standort Landeskrankenhaus - Uniklinikum Salzburg soll in einem multifunktionalen Bettentrakt mehrere Universitätskliniken beherbergen. Als besondere Herausforderung bekamen die Studierenden seitens der Fachhochschule Salzburg die Aufgabe gestellt, den Primärenergiebedarf der Bettenstationen zu 100 Prozent aus erneuerbaren Quellen zu decken.

Die mit der Planung des Projekts betrauten Architektur- und Haus-technikplanungsbüros Atelier Pucher (Graz) sowie Dick + Harner (Salzburg) begleiteten das praxisnahe Projekt in einem Workshop am Campus Kuchl. Der Leiter des Bereiches Technik, Bau und Liegenschaften, Bmst. Dipl.-Ing. Christoph Riezinger, MSc, unterstrich: „Die Salzburger Landeskliniken haben als Uniklinikum den Anspruch, Spitzenmedizin für die Versorgung von PatientInnen anbieten zu können. Dafür ist aber auch eine hohe technische Gebäudeausstattung erforderlich, die errichtet, betrieben und gewartet werden muss. Als Partnerinstitution der „Klima- und Energiestrategie SALZBURG 2050“ haben wir uns zusätzlich das Themenfeld Nachhaltigkeit als ein wesentliches Ziel für die nächsten Jahre vorgenommen.“



Fachjury, Preisträgerinnen des Smart Building Student Awards 2018 und SMB-Lehrteam der FH Salzburg: v.l.n.r. Arch. Dipl.-Ing. Dr. Michael Grobbauer (Jury), Studentin Martina Lodek, Ing. Martin Weber (Jury), Studentin Elisabeth Wieder, Dipl.-Ing. (FH) Ernst Schiermayr (Jury), Studiengangsleiter FH-Prof. Dr. Thomas Reiter, FH-Prof. Dr. Claudia Hemmerle, DI Markus Leeb. Foto: SALK

Zum Ende des Semesters präsentierten die Studierenden nun ihre smarten Ideen für die Gestaltung der Gebäudehülle und der Energieversorgung. Wichtige Bausteine waren dabei einerseits die Energieeinsparung durch Wärmeschutz, Tageslichtnutzung, effiziente Beleuchtung und Warmwasserbereitstellung, und andererseits die Energiegewinnung mit Photovoltaikmodulen und Solarkollektoren auf Dächern und Fassaden, teils kombiniert mit Bauwerksbegrünung oder Sonnenschutzelementen, bis hin zur Biogasproduktion aus Speiseabfällen.

## SIEGERPROJEKT „GREEN CUBE“

Den „Smart Building Award 2018“ durften am Ende Martina Lodek und Elisabeth Wieder mit nach Hause nehmen. Ihr „Green Cube“ umschließt die Dachgärten mit einer luft- und lichtdurchlässigen grünen Wand aus Pflanzen und schafft so einen zu Straßenverkehr und Nachbargebäuden geschützten Außen-

raum. Die gefaltete Fassade in den Innenhöfen integriert Photovoltaikmodule in optimaler Neigung als Vordächer. Die Wellenform und die von den Solarzellen vorgegebene dunkelblaue Farbe erinnert an die Salzach, während die vertikal vorgehängten Photovoltaikmodule an den Außenfassaden mit grüner Bedruckung die Pflanzenwände fortsetzen.

„Aufgrund der Vorgaben haben wir uns entschieden, so weit wie möglich auf Sonnenenergie zu setzen und die Dachflächen mit Hybridmodulen auszustatten“ argumentiert Martina Lodek. Der Entwurf überzeugte die Jury durch das „integralste Konzept, das nicht zuletzt den städtebaulichen Kontext und die Grünplanung einschließt“, so die Laudatio. SALK-Geschäftsführer Priv.-Doz. Dr. Paul Sungler freute sich über die gelungene Kooperation und zeigte sich beeindruckt, wie ausgereift die Studierenden ihre Nachhaltigkeitskonzepte präsentiert haben.

# RICHTIG WANDERN MIT BABYS UND KINDERN

Damit ein Wandertag mit Kleinkindern neben Bewegung auch Spaß mit sich bringt, ist die richtige Trage-technik entscheidend.

**W**andern liegt voll im Trend und macht auch mit Babys und Kindern Spaß, vor allem wenn man weiß, wie man mit Kindern richtig wandert. Wer mit Kindern wandert muss auch auf sich selbst achten.

Die Route sollte für Kinder spannend sein und dabei die Entdeckungslust fördern. Damit die Wanderung nicht zur körperlichen Tortur wird, gilt es einige Regeln zu beachten, um ohne Schmerzen wieder heil ans Ziel zu kommen.

## FEST AM KÖRPER

Beim Wandern mit Babys ist zualtererst auf eine feste Bindung zwischen Träger und Kind zu achten. Je näher das Kind am Körper des Tragenden ist, desto bequemer das Gehen.

„Beim Tragen vor dem Bauch, sollte das Tragetuch oder die Tragehilfe so fest gebunden sein, dass das Baby nicht in sich zusammensackt und es sich beim nach Vornebeugen nicht vom Körper der tragenden Person

entfernt. Der Rücken des Babys wird von allen Seiten gut gestützt und sonde natürliche Form der Wirbelsäule unterstützt“, weiß die Salzburger Trageberaterin Raffaella Gerlach. Wird am Rücken getragen, soll das Kind so hoch sein, dass es über die Schulter schauen kann. Beim Tragen im Tuch, verläuft die Tuchbahn in einer geraden Linie von den Schultern des Tragenden in den Nacken des Kindes. So entsteht kein unangenehmer Zug auf den Schultern nach unten. Generell gilt: je sauberer gebunden, desto größer der Komfort. Das Tragetuch oder der Steg der Tragehilfe des Babys muss von Kniekehle zu Kniekehle reichen. Die Unterschenkel können so frei baumeln.

## HEISS & KALT

Wichtig ist auch das unterschiedliche Temperaturempfinden von Träger und Kind zu verstehen. Im Winter sollten Kleinstkinder unter der Jacke getragen werden, so kann man die Temperatur des Kindes besser kontrollieren. „Ein Griff in den Nacken genügt. Das Kind sollte warm sein, aber nicht schwitzen. Nicht zu viel anziehen. Keine Schneeanzüge verwenden, denn diese lassen sich nicht gut unter einer Jacke einbinden und werden viel zu heiß“, erklärt Raffaella Gerlach.

Im Sommer wiederum ersetzt das Tragetuch eine Schicht Kleidung. Beine und Kopf sollten bedeckt werden, pralle Sonneinstrahlung ist zu vermeiden.

Weitere Informationen finden Sie bei:

### TIPPS FÜR KINDERGERECHTES WANDERN



**ACHTUNG:** Plant man eine längere Wanderung, sollte man sich im Klaren darüber sein, dass auch ein größeres Kind für einen längeren Zeitraum getragen muss. Müdigkeit, Unlust oder schlechte Witterungsverhältnisse sind dabei die häufigsten Gründe, warum Kinder streiken.

- eher schattige Strecken wählen
- kindgerechte Pausen einlegen
- Wechselkleidung mitnehmen
- ausreichend Getränke mitnehmen
- Traubenzucker

## NATURFREUNDE SALZBURG

Schießstattstraße 11  
5020 Salzburg  
Telefon: 0662 43 16 35

✉ [salzburg@naturfreunde.at](mailto:salzburg@naturfreunde.at)





Die Privatklinik Wehrle-Diakonissen zählt zu den führenden Geburtskliniken Österreichs. 2017 erblickten 569 kleine Erdenbürger in der Salzburger Traditionsklinik das Licht der Welt.

# WILLKOMMEN IM LEBEN!

**N**ein Monate dauert es bis zum wohl glücklichsten Moment im Leben werdender Eltern. Für diese Sternstunde bietet das Kompetenzzentrum Geburt der Klinik Wehrle-Diakonissen in Salzburg die einzigartige Möglichkeit, den begleitenden Gynäkologen des Vertrauens zur Geburt mitzunehmen. Gemeinsam mit dem Hebammenteam und dem Wunschkinderarzt werden Mütter in spe damit von jenen Menschen betreut, die ihre Bedürfnisse ganz genau kennen. Das gibt Sicherheit und bringt ein Höchstmaß an Individualität mit sich.

## GEBURTSVORBEREITUNG VON FRAU ZU FRAU

Eine ganzheitliche Vorbereitung auf die Geburt ist den Hebammen ein besonderes Anliegen. In Kursen werden alle Themen besprochen, die werdenden Eltern wichtig sind. Zusätzlich bieten die Hebammen individuelle Beratungen, Vorträge und weitere Kurse wie beispielsweise Geburtsvorbereitung im Wasser, Akupunktur, Aromatherapie oder Massagen an.

## MODERNE ENTBINDUNGSZIMMER UND MAXIMALE SICHERHEIT

Die behaglichen Entbindungszimmer der Klinik sind modernst ausgestattet. Ob Wassergeburt, Geburt am Seil, an der Sprossenwand, am Gebärhocker oder auf der Gebärlandschaft: Situationsbedingt werden jene Positionen gewählt, die Mutter und Kind gut tun. Alternative Schmerztherapien, Medikamente oder eine PDA können jederzeit in Anspruch genommen werden. Maximale Sicherheit gibt ein erfahrenes Team von Fachärzten und Pflegemitarbeiterinnen, das rund



Die behaglichen Entbindungszimmer in der Privatklinik Wehrle-Diakonissen in Salzburg-Aigen sind modernst ausgestattet.

um die Uhr anwesend ist. Mit der erforderlichen Medizintechnik im Hintergrund kann bei Risikosituationen sofort reagiert werden: Ein Kaiserschnitt oder eine Betreuung auf der Intensivstation sind – wenn notwendig – jederzeit möglich. Sollte das Baby „Startschwierigkeiten“ haben, so besteht eine ausgezeichnete Kooperation mit der Neonatologie der SALK.

## FÜRSORGLICHE BETREUUNG IM WOHLFÜHL-AMBIENTE

Die Zeit nach dem großen Ereignis verbringen manche Eltern mit ihrem Baby gerne in privater Atmosphäre in einem so genannten Familienzimmer. Kompetent und fürsorglich begleitet, erhalten die Eltern wertvolle Tipps in Sachen Babypflege, Stillen und Ernährung und genießen gleichzeitig die Intimität und Ruhe. Wie im Hotel wird morgens am Buffet zusammen gefrühstückt – das Baby ist im Stuben-

wagen natürlich mit dabei.

„Eine Geburt ist immer ein kleines Wunder“, betont Magdalena Dommanig, Leiterin der Geburtenstation. „Wir wollen dafür nicht nur einen sicheren, fachlich-kompetenten Rahmen geben, sondern alle Beteiligten liebevoll begleiten und stärken.“ Auch das umfangreiche Vortrags- und Kursprogramm soll die Eltern-Kind-Bindung von Anfang an fördern.

## INFOABENDE ZUM KENNENLERNEN

Um das Kompetenz-Zentrum Geburt näher kennenzulernen, werden monatliche Informationsabende angeboten, die selbstverständlich unverbindlich und kostenfrei, jedoch mit Anmeldung, besucht werden können.

## PRIVATKLINIK WEHRLE-DIAKONISSEN

Standort Aigen  
Guggenbichlerstraße 20, 5026 Salzburg  
Telefon: +43 662 90509-0

➤ [www.geburtshilfe-salzburg.at](http://www.geburtshilfe-salzburg.at)

Seit 1948 kämpft die Weltgesundheitsorganisation (WHO) um das Menschenrecht des allgemeinen Anrechts auf Gesundheit. In den vergangenen 70 Jahren erreichte die WHO beeindruckende Ergebnisse in den Bereichen Gesundheit und Wohlbefinden.

70 JAHRE

# WELTGESUNDHEITS-ORGANISATION



Bau der Weltgesundheitsorganisation (WHO) in Genf, Schweiz, Sonderorganisation der Vereinten Nationen, die sich mit der internationalen öffentlichen Gesundheit beschäftigt.

Zu den wichtigsten Erfolgen der WHO zählen heute unter anderem die gestiegene Lebenserwartung, die Halbierung der Muttersterblichkeitsrate, der Rückgang von Tuberkulosefällen und die internationale Vorschrift, alle Gefahren für menschliche Gesundheit zu

erkennen, darauf zu reagieren und zu melden. Noch Ende der 60er-Jahre töteten Pocken jedes Jahr fast drei Millionen Menschen. Die Krankheit steht exemplarisch dafür, dass die WHO sehr effektiv bei der Bekämpfung von Infektionskrankheiten ist. Trotz dieser Erfolge in den vergange-

nen Jahrzehnten, stagniert der Fortschritt im Kampf gegen den weltweit hohen Alkoholkonsum, besonders in Europa. Auch der Anteil von Rauchern an der Weltbevölkerung sinkt nach WHO Berichten nicht so rasch wie erhofft. Das erklärte Ziel, die Raucherraten bis zum Jahr 2025 um ein Drittel weltweit zu senken, werde wohl nicht erreicht, erklärte die WHO anlässlich des Weltnichtrauchertages Ende Mai.

## GESUNDHEITSWÄCHTER NICHT VOR KRITIK GESCHÜTZT

Ende der 2000er Jahre stieß die Vorgehensweise der WHO auf heftige Kritik, als sie zu massenhaften Impfungen gegen die Schweinegrippe (H1N1) aufrief. Der Influenza-Impfstoff gegen H1N1 und dessen Wirksamkeit war nicht belegt. Selbst das antivirale Medikament Tamiflu war mehr als nur fragwürdig. Viele Länder hatten dennoch große Mengen von dem Impfstoff gebunkert. Einen weiteren Problemkreis birgt die Zusammenarbeit mit der Internationalen Atomenergieorganisation (IAEO). Ein Vertrag der beiden besagt, dass die Untersuchung, Entwicklung und Anwendung der Kernenergie in erster Linie bei der IAEO liegt. De facto wird der WHO jede unabhängige und objektive Forschung zum Thema „Strahlenbedingte Gesundheitsschäden“ untersagt. Auch der Super-Gau Fukushima konnte nichts daran ändern. Ziel des Abkommens wäre es, den weltweiten friedlichen Einsatz von Kernenergie zu fördern.

Foto: 123rf.com, WHO

### WHO - ZAHLEN & FAKTEN



Die Weltgesundheitsorganisation (World Health Organization - WHO) wurde am 7. April 1948 in New York gegründet. Das Hauptquartier der WHO ist in Genf (CH). Zu den Aufgaben dieser Sonderorganisation der Vereinten Nationen gehören die Bekämpfung von Epidemien sowie die Stärkung der Gesundheitssysteme. Sie initiiert Impfkampagnen, berät Regierungen, fördert Aufklärung, Ausbildung und Forschung.

- 194 Mitgliedsländer
- mehr als 7000 Mitarbeiter
- 150 Länderbüros
- 2,2 Milliarden US-Dollar Budget

## REISEMEDIZIN

# GESUND RUND UM DIE WELT

Die Sommerurlaubsaison geht los. Reisen sind bei Herrn und Frau Österreicher sehr beliebt. Um den Urlaub bei guter Gesundheit genießen zu können, sollten einige grundlegende Tipps beachtet werden. Diese können das Risiko von unliebsamen Ereignissen und Erkrankungen deutlich reduzieren. Das Thema Reisemedizin wird durch den Anstieg des internationalen Reiseverkehrs und durch Reisen in ausgefallene, früher kaum zugängliche Gebiete immer bedeutender. Durch ungewohntes Klima, niedrige hygienische Standards und besondere Krankheitserreger können Gesundheitsrisiken im Ausland auftreten. Schon vor Reiseantritt sollte an Insekten- und Sonnenschutz, Reisekrankenversicherung und Reiseapotheke gedacht werden. Um sich vor möglichen Infektionskrankheiten, wie etwa Gelbfieber oder Hepatitis effektiv zu schützen, sind entsprechende Impfungen notwendig. Die meisten Impfungen geben einen langjährigen Schutz. Anlässlich einer Reise sollte der Impfschutz aber kontrolliert und aktualisiert werden. Welche Impfungen für Erwachsene und

Kinder vor einer Reise in ein bestimmtes Land empfohlen werden, richtet sich vor allem nach folgenden Faktoren: Reisebedingungen, spezielle Risikosituationen, Grundkrankheiten, Dauermedikationen und die individuelle Impfgeschichte. Auf jeden Fall sollten Präventionsmaßnahmen rechtzeitig mehrere Wochen vor Reiseantritt mit einem Arzt abgeklärt werden.

**Reisemedizinische  
Beratungsstelle**  
Gesundheitsamt Salzburg  
Schwarzstraße 44,  
5024 Salzburg  
Telefon: 0662 8072 4815



Foto: 123rf.com



Wir machen *Sommer*  
für die ganze *Familie*

**THERME ERDING**  
www.therme-erding.de

**TIPP: Sommerferienprogramm**  
vom 09. Juli bis 10. September 2018

Der Sommer gilt als schönste Jahreszeit. Viel Sonnenschein lässt die Natur erblühen, hebt die Stimmung und verleiht uns Energie. Doch für Patienten, die auf bestimmte Arzneimittel angewiesen sind, kann die Sonne zum Problem werden.

## PHOTOTOXISCHE REAKTIONEN

# PROBLEMFAKTOR SONNE



empfindlichkeit erhöhen und zu allfälligen Hautreizungen führen.

### RISIKO FÜR BLUTDRUCKPATIENTEN

Gerade auch bei blutdrucksenkenden Medikamenten aus der Gruppe der Thiazid-Diuretika kann die photosensibilisierende Wirkung gelegentlich noch verstärkt werden. Dabei hängen die phototoxischen Reaktionen immer auch von den jeweils verordneten Dosierungen ab.

### WÄRME ALS WIRKUNGSVERSTÄRKER

Morphinhaltige Pflaster haben sich in den vergangenen Jahren in der Behandlung von Schmerzpatienten durchgesetzt. Doch diese erfolgreiche Therapie kann im Sommer ihre Tücken haben. Die Wärme verstärkt die Wirkung und kann so zu großen Kreislaufproblemen führen. Das muss auch nach dem Entfernen der Pflaster berücksichtigt werden, weil noch immer Wirkstoffe in der Haut gespeichert sind.

### APOTHEKER GEBEN RAT

Bei Unsicherheiten oder Fragen zu möglichen allergischen Reaktionen sollten Patienten deshalb immer den Rat ihres Arztes oder Apothekers einholen und um eine genaue Abklärung ersuchen. Insbesondere für Menschen mit Allergien, trockener, leicht schwitzender oder empfindlicher Haut bieten die Apotheken in der Regel eine breitere Palette von Sonnenschutzprodukten als Drogeriemärkte oder Discounter. Deshalb macht es Sinn, sich in der Apotheke vor Ort in diesen Fragen fachlich fundiert beraten zu lassen.

**E**tlliche Medikamente können die Lichtempfindlichkeit der Haut stark erhöhen. Man nennt sie deshalb auch Photosensibilisatoren. Die Hauterscheinungen äußern sich wie bei einem Sonnenbrand: vom Brennen über den ganzen Körper und starken Rötungen bis hin zur Blasenbildung. Auslöser dieser sogenannten phototoxischen Reaktionen können oral eingenommene Medikamente wie Tabletten sein, aber auch äußerlich angewendete wie Salben und Pflaster.

Bei einigen Menschen treten sie bereits beim ersten Kontakt mit dem Arzneimittel auf, bei anderen erst nach Folgekontakten. Klassische Beispiele für Photosensibilisatoren sind vereinzelt Breitband-Antibiotika aus der Gruppe der Tetracycline oder einige hochdosierte Johanniskraut-Präparate, die gegen Depressionen eingesetzt werden. Auch entzündungshemmende Antiphlogistika und Rheumamedikamente können in bestimmten Fällen die Sonnen-

JEDE MENGE AK-SERVICE

# GESUNDHEITSBERUFE-REGISTER

Am 1. Juli 2018 beginnt die Registrierung der Gesundheitsberufe. Sie betrifft die medizinisch-technischen Dienste und die Pflegeberufe. Wer bereits im Beruf tätig ist, hat bis 30. Juni 2019 Zeit. Wer am 2. Juli oder später anfängt oder wieder einsteigt, muss sich bereits vor Job-Antritt eintragen lassen. Die Arbeiterkammer registriert alle Beschäftigten, die AK-Mitglieder sind und bei Neuzugängen die Pflege(fach-)assistenten sowie Absolventinnen und Absolventen der Gesundheits- und Krankenpflegeschulen.

Für alle anderen, besonders die überwiegend Selbständigen und FH-Abgänger ist die Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) Registrierungsbehörde. „Wir tragen die Kosten und haben beim Bund erreicht, dass die Beschäftigten keine Gebühren für das Verfahren bezahlen. Wir kommen, wo es möglich ist, direkt in die Betriebe. Wir erinnern rechtzeitig vor Ablauf der Registrierung an die Verlängerung. Und wir ermöglichen die Online-Registrierung per Handysignatur oder Bürgerkarte“, so Gabi Burgstaller, die in der AK Salzburg für das Gesundheitsberufe-Register



Beim Gesundheitsberufe-Register geht es um Qualitätssicherung und Wertschätzung der geleisteten Arbeit.

Verantwortliche. Die Handysignatur kann man sich in der AK einrichten lassen. Und sich dort mit den notwendigen Dokumenten registrieren lassen, wenn es im Betrieb kein Angebot gibt. AK-Präsident Peter Eder: „Mit dem Gesundheitsberufe-Register wird der gesamte Bereich aufgewertet. Die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben sich diese Wert-

schätzung und Anerkennung mehr als verdient. Wenden Sie sich an uns, wenn Sie Fragen haben. Die Arbeiterkammer ist Ihre Interessenvertretung!“

**ARBEITERKAMMER SALZBURG**  
Markus-Sittikus-Str. 10, 5020 Salzburg  
Telefon: 0662 86 87-232  
➔ [www.ak-salzburg.at/gbr](http://www.ak-salzburg.at/gbr)

## SALZBURGER KINDER RETTEN LEBEN

Im Frühjahr veranstaltete das Privatschulzentrum der Herz-Jesu Missionare in Salzburg einen Projekttag unter dem Motto „Kids save lives“. 600 Schülerinnen und Schüler wurden dabei in Basic Life Support ausgebildet, um Herzdruckmassagen im Notfall richtig durchführen zu können.

Der plötzliche Herztod gilt in der westlichen Welt als dritthäufigste Todesursache. Grundgedanke des Schulprojektes war es, dass bereits Kinder die Wichtigkeit der Wiederbelebungsmaßnahme erkennen und in weiterer Folge auch als Ersthelfer Leben retten können. Organisiert wurde das Projekt in Zusammenar-

beit mit den Notfallmedizinerinnen des LKH Salzburg. Um die Übung auf einem pädagogisch hohen Niveau durchführen zu können, erhielt jeder Teilnehmer eine sogenannte „Mini Anne“, mit welcher die Beatmungstechnik sowie die Herzdruckmassagen fachlich richtig eingeübt werden konnten. Die Raiffeisenbank Salzburg unterstützten die Anschaffung der Reanimationspuppen mit 500 Euro.

Begleitet wurde der Event von einem Rahmenprogramm unter Beteiligung der Einsatzorganisationen von Rotem Kreuz, Bundesheer, ÖAMTC und Wasserrettung.



Dir. Mag. Peter Porenta, Projektleiterin Mag. Sabine Einhorn, Dir. Herbert Stelzinger (Raiffeisenbank Salzburg-Lieferung) und Michael Porenta (RVS) mit Schülern des Privatschulzentrums der Herz-Jesu Missionare (v.r.).

# Garnelen-Melonen-Salat



Salate sind ein ideales Sommeressen, denn Obst- und Gemüsearten mit einem hohen Wasseranteil – wie Äpfel, Kirschen, Gurken oder Paradeiser – tragen generell zu einer optimalen Flüssigkeitsversorgung des Körpers bei. Dazu zeichnen sich Salate durch eine hohe Nährstoffdichte aus. Zwar hat Salat nur einen geringen Energiewert (20 kcal/100 g), enthält dafür aber viele Vitamine, wie Beta-Carotin, B-Vitamine sowie vor allem Folsäure und Vitamin C. Daneben helfen auch die enthaltenen Mineralstoffe wie Kalium, Phosphor, Magnesium und sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe den körpereigenen Bedarf gut abzudecken. Da viele der wertvollen Mikronährstoffe entweder wasserlöslich oder lichtempfindlich sind, ist es wichtig, Salat frisch zu essen und nicht zu lange zu wässern, da ansonsten Nährstoffe verloren gehen. Für die Zubereitung des Garnelen-Melonen-Salats befreien Sie zunächst die Garnelen vom Panzer und entfernen den Darm. Kurz in Salzwasser mit Weißwein aufkochen lassen und dann abseihen. Melonenstücke schneiden oder aus dem Melonenfrucht-

## ZUTATENLISTE



250g	Frische Garnelen
½ Glas	Weißwein
400g	Zuckermelone
120 g	Endiviansalat oder Lollo Bionda
120 g	Ruccola
2 EL	Olivenöl
1	Zitrone
	Salz, Pfeffer

fleisch mit einem Ausstecher Kugeln ausstechen. Salate waschen und in mundgerechte Stücke schneiden oder reißen.

Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer gut mischen. Salate, Garnelen und Melonenkugeln dekorativ auf Teller anrichten und mit Marinade beträufeln. Dazu frisches Baguette servieren.



**2 x 2**  
Tageskarten  
zu gewinnen!



## GEWINNSPIEL *Therme Erding*

Sommer, Sonne, Südseefeeling in der THERME ERDING! Nordöstlich von München, in der größten Therme der Welt, freuen sich alle Besucher auf Urlaubsattraktionen der Superlative. In der exotischen Therme lässt sich Wellness mit der ganzen Familie zelebrieren. Wer Spaß und Action sucht, freut sich im GALAXY ERDING auf 27 Rutschen oder vergnügt sich im Wellenbad in spektakulärer Brandung. In der VitalOase sowie der VitalTherme & Saunen warten viele Attraktionen rund um Wärme, Wasser und Wellness.

PULS verlost bis zum 30. September 2018 2 x 2 Tageskarten für die Therme Erding inkl. Therme, Wellenbad und GALAXY Rutschenwelt. Einfach eine Postkarte mit dem Stichwort „Badespaß“ an Pulsmagazin Salzburg, Karolingerstraße 38, 5020 Salzburg oder E-Mail an [info@pulsmagazin.at](mailto:info@pulsmagazin.at) senden! Weitere Infos finden Sie unter:

➔ [www.pulsmagazin.at/gewinnspiel](http://www.pulsmagazin.at/gewinnspiel)

## AKTIVREISEN

### *Der Natur ganz nah*



Für aktive Unternehmungen eignet sich die herbstliche Jahreszeit am allerbesten. Der Boden ist noch aufgeheizt vom Sommer, der Wind bringt hingegen schon eine laue Brise. Ob Sie nun etwas für Ihr Wohlbefinden tun oder zur inneren Ruhe finden möchten, jeder Schritt führt Sie an Ihr Ziel. Festes Schuhwerk gute Wanderbekleidung und hinaus in die Natur! Für alle Wanderreisen – von leicht bis mittelschwer – ist eine durchschnittliche Kondition und Trittfestigkeit erforderlich. „Wandern ist die vollkommenste Art der Fortbewegung, wenn man das wahre Leben entdecken will.“ – Elizabeth von Arnim.

Nähere Infos erhalten Sie unter 06542 54 99 0 sowie auf unserer Homepage.

➔ [www.vorderegger.at](http://www.vorderegger.at)

# Vorderegger

reisen

AKTIV REISEN - GESUND LEBEN!

**Wandern auf dem Franziskusweg**  
30.09.-07.10.18 ab € 1.040,-

- Blaguss-Vorderegger-Komfortbus
- Halbpension in guten 3\*/4\* Hotels
- umfangreiche Inklusivleistungen
- örtlicher, ausgebildeter Wanderführer
- Vorderegger-Reisebegleitung





**Wandern & Therme in Slowenien**  
10.10.-14.10.18 ab € 420,-

- Blaguss-Vorderegger-Komfortbus
- Halbpension im 4\* Thermenhotel Vita
- unbegrenzter Thermen Zutritt
- umfangreiche Inklusivleistungen
- örtlicher, ausgebildeter Wanderführer



**NÄHERE INFOS ERHALTEN SIE HIER:**

Salzburg, Franz-Josef-Strasse 7-9, Tel. 0662 - 87 65 44 [www.vorderegger.at](http://www.vorderegger.at)  
 Zell am See, Schlossplatz 2, Tel. 06542 - 70 0 16  
 Zell am See, Gletschermoosstraße 14, Tel. 06542 - 54 99-0 [office@vorderegger.at](mailto:office@vorderegger.at)



Dauert Ihr Krankenstand im Urlaub länger als

## 3 Tage

werden diese Tage nicht als Urlaubstage gewertet. Eine ärztliche Bestätigung wird dabei natürlich vorausgesetzt. Die verlorenen Urlaubstage werden dem Arbeitnehmer auf dem Urlaubskonto wieder gut geschrieben.

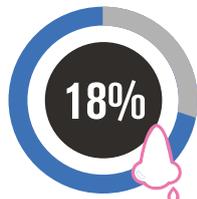
(Quelle: Arbeiterkammer Österreich)

## TOP 4

der Urlaubserkrankungen



Magen-Darm  
Erkrankungen



Schnupfen  
Erkältungen



Lebensmittel-  
vergiftung



Platzwunden  
Verstauchungen



Im Herbst 2016 verbrachte ein chinesischer Tourist fast

## 2 Wochen

unfreiwillig in einem norddeutschen Asylantenheim. Statt einer vermeintlichen Diebstahlsanzeige unterschrieb dieser einen Asylantrag für die Bundesrepublik.



Auf Bahnsteigen in Frankreich ist seit mehr als 100 Jahren

## Küssen verboten!

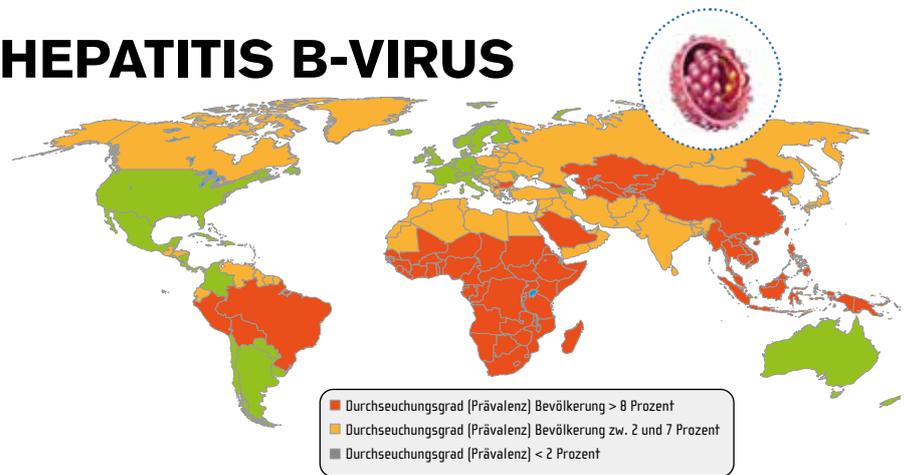
Das Gesetz hat zwar noch Bestand, wird aber nicht mehr gehandelt. Teurer wird das Taubenfüttern am Markusplatz in Venedig. Bis zu 450,- Euro können da schon mal fällig werden. In Großbritannien ist es tatsächlich noch immer für Frauen verboten, in öffentlichen Verkehrsmitteln Schokolade zu essen.

# GESUND IM URLAUB

Welche Impfungen und Präventionsmaßnahmen für ihre gewählte Urlaubsdestination notwendig sind, sollte in jedem Fall rechtzeitig mehrere Wochen vor Reiseantritt mit einem Arzt abgeklärt werden. Mitentscheidend ist dabei nicht nur, in welchem Land, sondern auch in welche Region die Reise gehen soll. Bitte vergessen Sie bei diesem Vorsorgetermin nicht auf Ihren Impfpass. Damit kann entschieden werden, welche Impfungen aufgefrischt werden sollten oder bei welchen Impfungen noch Impfschutz besteht. Beachten Sie ferner, dass Sie in einigen Ländern nur einreisen dürfen, wenn Sie bestimmte Impfungen nachweisen können.

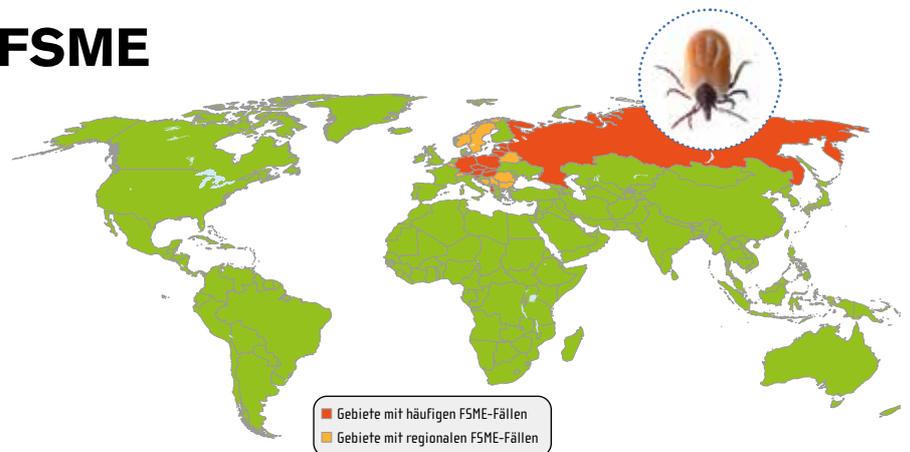
[www.gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at)

## HEPATITIS B-VIRUS



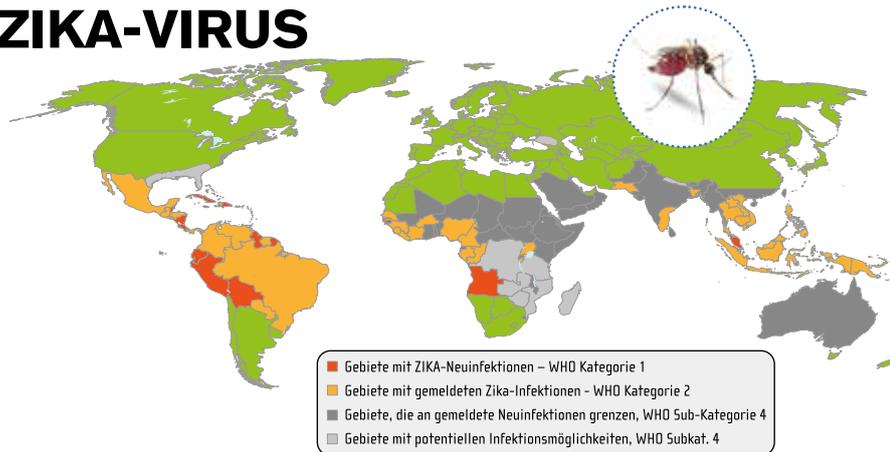
Die Hepatitis B ist eine meldepflichtige Viruserkrankung, die mit einer meist schweren Lebererkrankung einhergeht. Eine Übertragung von Hepatitis B-Viren ist möglich über ungeschützten Sexualverkehr, gemeinsames Benutzen von Zahnbürsten, Rasierapparat oder Nagelfeile oder über Tätowierungen unter unhygienischen Bedingungen. Durch übliche soziale Kontakte wie Hände schütteln, Küsse auf die Wange, Essen, Trinken und Benutzen der gleichen Toilette besteht kein Risiko für eine Übertragung.

## FSME



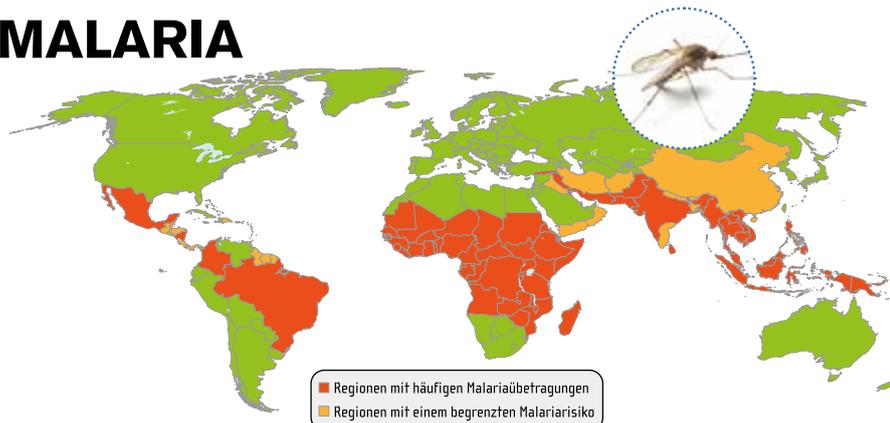
Die Frühsommermeningoenzephalitis ist in den einzelnen Ländern unterschiedlich ausgeprägt. Besonders viele FSME-Gebiete gibt es in den baltischen Staaten sowie großen Teilen Osteuropas. Die FSME-Viren werden durch den Speichel der Zecken in die Wunde übertragen. Die typischen Symptome dieser Viruserkrankung sind hohes Fieber, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Genickstarre. Den besten Schutz bietet die Impfung.

## ZIKA-VIRUS



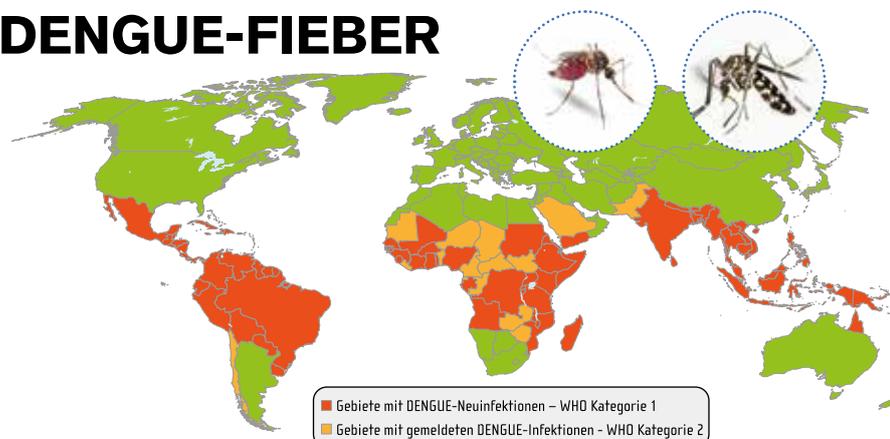
Das Zika-Virus wurde erstmals 1947 aus einem Rhesusaffen in Uganda isoliert und galt lange als relativ harmlos. Es kann durch die Gelbfiebertmücke und von Mensch zu Mensch übertragen werden. Derzeit gibt es weder eine Impfung noch eine medikamentöse Prophylaxe. Bekannte Akuterscheinungen in der ersten Woche nach Ansteckung sind Fieber begleitet von Hautausschlag, Gelenks- und Muskelschmerzen und Erbrechen.

## MALARIA



In vielen tropischen Gebieten ist Malaria eine verbreitete Krankheit, an der jährlich weltweit mehr als zwei Millionen Menschen sterben. Sie wird durch die nachtaktive Anopheles-Mücke übertragen. Es gibt verschiedene Medikamente, die zur regulären Vorbeugung eingesetzt werden können. Die Wahl des richtigen Malariamittels hängt dabei vom Reiseziel und der Resistenzsituation des Malariaerregers ab.

## DENGUE-FIEBER



Das Dengue-Fieber ist eine Virus-Erkrankung, die durch den Stich einer infizierten Gelbfieber- oder Tigermücke übertragen wird. Die unmittelbaren Krankheitszeichen sind Fieber, Ausschlag sowie Muskel-, Glieder-, Knochen- oder Gelenkschmerzen. Die wichtigste Maßnahme zur Vermeidung einer Ansteckung besteht im Schutz vor Mückenstichen. Für Reisende ist in der EU noch kein Impfstoff zugelassen.



# 230.000.000

Menschen leiden an Bilharziose, einer von Würmern der Gattung *Schistosoma* ausgelösten Krankheit, die hauptsächlich in Afrika und Südamerika verbreitet ist.

(Quelle: World Health Organization)



# 15.000

Fahrräder

werden jährlich aus den Grachten in Amsterdam geholt. Kein Wunder – hat doch die Stadt weit mehr Drahtesel als Bewohner.

(Quelle: amsterdam.org)



Jährlich heben rund

# 4 Milliarden

Passagiere im Flugverkehr ab. Europa ist mit einem Anteil von 38 Prozent an der weltweiten Passagierkilometern weiterhin der wichtigste Markt für die zivile Luftbranche.



# 2,76 Tonnen

CO<sub>2</sub>-Emissionen gilt es, für einen Urlaubsflug von Wien nach Sizilien für eine vierköpfige Familie zu kompensieren. Eine Spende von 64,- Euro für Klimaschutzprojekte kann die persönliche ökologische Fußabdruck-Bilanz wieder ausgleichen.

(Quelle: Atmosfair GmbH)



Vorsicht vor zu viel Kultur im Urlaub! Sie erkranken vielleicht am

## Stendhal-Syndrom

Erstmals wissenschaftlich beschrieben wurde dieses nach dem Schriftsteller Stendhal benannte Syndrom 1979 von der italienischen Psychologin Graziella Magherini. Zu den Syndromen zählen Panikattacken, Wahrnehmungsstörungen und wahnhafte Bewusstseinsveränderungen.

# Suchrätsel

Wir haben die Namen folgender 18 Länder im Suchrätsel horizontal und vertikal versteckt: **Italien, Frankreich, Deutschland, Schweiz, Liechtenstein, Kroatien, Slowenien, Griechenland, Malta, Spanien, Portugal, Belgien, Holland, England, Irland, Schottland, Island, Luxemburg, Bulgarien.** Nachdem wir manche Ländernamen auch rückwärts geschrieben platziert haben, finden Sie die Auflösung samt Reihen- und Spaltenangabe am Seitenende.

E	W	D	S	E	K	V	D	F	Z	T	B	G	A	A	E	W	U	U	H	O	N	Y	C	K	W
J	C	O	V	G	F	U	Q	R	Q	G	D	R	J	N	P	H	X	T	D	A	O	J	L	R	X
I	M	W	I	L	P	C	O	W	E	T	Z	Z	R	E	H	I	A	T	L	A	M	Z	S	R	M
O	Z	A	D	R	P	Y	J	G	C	J	L	W	I	I	S	H	B	C	D	O	E	I	V	M	H
C	K	G	V	H	O	U	T	X	S	L	I	T	D	R	C	E	U	I	X	D	D	E	Q	L	K
V	K	T	Q	O	F	E	D	Z	K	U	E	D	E	A	P	A	G	N	F	E	L	W	D	C	D
I	Z	E	B	Y	S	R	W	N	L	H	C	H	U	G	E	D	Q	J	Y	M	B	H	C	K	W
L	V	G	E	R	C	M	E	Z	F	K	H	M	T	L	C	F	P	H	L	J	J	C	R	L	X
J	V	S	L	L	L	C	W	P	H	R	T	F	S	U	I	L	E	J	N	H	M	S	I	G	Q
K	U	H	G	R	P	H	V	U	X	O	E	R	C	B	T	D	Q	P	D	O	C	L	E	C	K
T	Q	K	I	F	I	L	E	D	S	A	N	A	H	T	A	Y	P	D	N	L	U	S	Y	R	U
I	I	V	E	S	P	U	S	Z	W	T	S	N	L	M	L	Q	P	R	A	L	M	L	U	P	N
U	T	J	N	D	U	X	H	F	O	I	T	K	A	U	I	F	F	G	L	A	F	O	R	P	I
J	L	O	E	E	C	E	S	I	N	E	E	R	N	Q	E	B	Q	R	N	N	U	W	X	F	C
K	R	Z	U	Y	Y	M	T	L	O	N	I	E	D	A	N	P	R	G	E	D	Q	E	N	V	V
T	K	R	W	R	V	B	S	B	N	D	N	I	T	V	E	A	Y	R	H	R	L	N	X	S	G
N	L	B	F	Z	V	U	C	L	Q	R	W	C	D	Q	L	Y	U	C	C	C	J	I	C	P	W
Y	P	R	W	J	T	R	H	W	S	P	R	H	U	I	G	C	F	K	E	N	F	E	H	A	G
G	B	P	X	Q	M	G	O	V	O	O	U	G	M	L	A	U	D	Y	I	J	D	N	I	N	E
L	R	S	D	M	U	K	T	L	P	R	Z	B	H	N	H	M	J	E	R	T	S	G	V	I	O
O	A	Y	N	L	K	S	T	I	E	T	O	Y	I	S	L	A	N	D	G	T	N	M	V	E	P
T	V	K	A	K	O	H	L	Y	K	U	R	O	Q	S	Y	K	N	J	R	B	G	H	H	N	T
K	I	R	L	A	N	D	A	E	R	G	P	H	S	R	Z	Y	T	C	W	C	I	W	V	F	B
U	G	G	G	O	C	R	N	I	X	A	A	S	S	B	O	L	N	F	W	J	Q	E	N	U	B
C	E	S	N	S	S	V	D	B	N	L	L	N	M	S	G	Y	P	H	H	C	C	X	J	T	O
U	F	E	E	R	B	S	H	D	P	D	C	J	C	R	X	G	N	N	Q	J	N	M	T	Q	O

1. **Irland** (23. Reihe, Spalten 2-10), 2. **Malta** (3. Reihe, Spalten 22-18), 3. **Schweiz** (23. Spalte, Reihe 9-3), 4. **Liechtenstein** (4. Reihe, Spalten 4-16), 5. **Deutschland** (14. Spalte, Reihe 5-15), 6. **Belgien** (4. Spalte, Reihe 7-13), 7. **Luxemburg** (10. Spalte, Reihe 11-19), 8. **England** (4. Spalte, Reihe 26-20), 9. **Schottland** (8. Spalte, Reihe 16-25), 10. **Portugal** (11. Spalte, Reihe 18-25), 11. **Kroatien** (11. Spalte, Reihe 8-15), 12. **Italien** (16. Spalte, Reihe 9-15), 13. **Frankreich** (13. Spalte, Reihe 9-18), 14. **Island** (21. Reihe, Spalte 14-19), 15. **Slowenien** (23. Spalte 1, Reihe 11-19), 15. **Holland** (21. Spalte, Reihe 9-15), 16. **Griechenland** (20. Spalte, Reihe 21-10), 17. **Portugal** (11. Spalte, Reihe 18-25), 18. **Spanien** (Spalte 25, Reihe 16-22),

# „SCHILLING, MARK, DOLLAR, EURO UND ...“

Werke von nicht weniger als 75 Künstlerinnen und Künstlern – darunter so bekannte Namen wie Joseph Beuys, Andy Warhol, Ernst Fuchs, Erwin Wurm und Thomas Wizany – sind ab 25. Juli im Traklhaus nur einem einzigen Thema gewidmet: Geld

Geld in der Kunst“ heißt die große Sommerausstellung bei „Kunst im Traklhaus“ und es ist schon verblüffend, oft auch erheiternd und demaskierend, was Künstlern einfällt, wenn sie sich mit dem jahrtausendealten Kulturgut Geld befassen. Zu sehen sind Kunstwerke aus Geld oder Kunst, die Geld thematisiert – in verschiedenen Techniken und Medien von Kreativen aus vielen Ländern und Generationen: Graphiken, Bilder, Collagen, Fotografien, Videos, Objekte und Installationen. Man sieht Geld in der ganzen breiten Palette künstlerischer Ausdrucksmöglichkeiten, die zeigt, was man mit Euro, Franken und Dollar noch alles machen kann außer beim Bäcker seine Semmeln zu bezahlen. Werke von ganz klein bis sehr groß sind zu sehen: mit roter Wolle bestickte Schilling-Noten von Carla Degenhardt zum Beispiel oder großformatige Fotografien der Engländer Gilbert & George und Karikaturen des Salzburgers Thomas Wizany.

Fazit: eine ungemein dichte Ausstellung, in der die unterschiedlichsten Kunstwerke in Relation zueinander präsentiert werden. Unbedingt anschauen!

## KUNST IM TRAKLHAUS

Waagplatz 1a, 5020 Salzburg

25. Juli – 15. September 2018

Di.-Fr. 14-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr und nach Voranmeldung

[www.traklhaus.at](http://www.traklhaus.at)



Alfred Klinkan „Krankengeld“, 1991, Öl auf Leinwand, 20 x 40 cm, Foto: Galerie bei der Albertina, Wien



Gunda Maria Cancola „Tschain Tschain“, 2018, Aluminium, Rotgold, Durchmesser ca. 40 cm. Foto: Traklhaus

## ATELIER-ERÖFFNUNG

Seit Anfang Juni ist das Nonntal um eine Attraktion reicher. Am Erhardplatz hat die Salzburger Künstlerin Elsbeth Bellartz ihren langgehegten Traum verwirklicht und ihr Atelier eröffnet. Außerhalb der Öffnungszeiten am Dienstag und Donnerstag von 16 bis 19 Uhr sowie am Samstag von 10 bis 12 Uhr, können Kunstinteressierte gerne auch individuelle Termine vereinbaren.

### ATELIER ELSBETH BELLARTZ

Erhardplatz 15, 5020 Salzburg

Telefon: +43 664-3905688



# SALZACHGALERIEN

**D**ie Salzachgalerien, Österreichs größter Open-air Kunstbasar, öffnen heuer wieder ihre Pforten: Bis Ende September flanieren an mehreren Wochenenden wieder zahlreiche Besucher täglich am Salzachufer, um Kunst und Kultur aus allen Teilen der Welt zu bewundern und sich der schönen Dinge und Gaumenfreuden zu erfreuen, die von rund 600 Ausstellern aus der ganzen Welt angeboten werden.

Besonderes Augenmerk schenken die Salzachgalerien heuer erstmals regionalen Künstlern. Auch unternehmerisches Denken wird an der Salzach geschult und gefördert. Mit eigenen Start-Up-Programmen finanzieren die Salzachgalerien ausgewählten Unternehmensgründern erste „Gehversuche“ in die Selbstständigkeit und ermöglichen damit eine zwar stark vereinfachte aber praxisorientierte und effektive Variante von „field research“.

www.salzachgalerien.com



# JAZZ AM MEER

**I**n Saalfelden am Steinernen Meer passen die klassischen und experimentellen Jazzsounds ganz hervorragend auch zu Bergen und Almen. Das Internationale Jazzfestival Saalfelden findet vom 23. bis 26. August statt und zieht dabei Musiker und Zuhörer aus der ganzen Welt an.

Zu den Anfängen vor 40 Jahren waren die modernen Klänge für viele Einheimische noch eher ungewohnt. Heute gehört das Jazzfestival zu Saalfelden wie das Steinerner Meer, und längst ist es nicht mehr nur ein Festival für eingefleischte Jazzfans. Auch eher zufällig anwesende Gäste und Jazz-Laien sind begeistert von den Konzerten, die sowohl unter freiem Himmel als auch auf unterschiedlichen Indoor-Bühnen stattfinden. Das viertägige Festival beginnt tradi-

tionell am Donnerstagabend mit den sogenannten „City Stage Konzerten“, die bei freiem Eintritt mitten im Ort stattfinden. Das offizielle Eröffnungskonzert ist dann am Freitagabend im Congress Haus auf der „Main Stage“. Auskopplungen dieser Main Stage Konzerte gibt es im Kunsthaus Nexus zu hören. Hier wird es bei den sechs sogenannten „Shortcuts“ etwas experimenteller und noch facettenreicher. Die optischen Höhepunkte des Jazzfestivals werden dann am Samstag und Sonntag auf den Almen vor der Bergkulisse der Steinberge die Fans in den Bann ziehen. Auf drei Almhütten, dem Huggenberg, der Stöcklalm und auf dem Vorderkübbühelhof treten unterschiedliche Jazzcombos auf.

www.jazzsaalfelden.com

Fotos: Sandrin Gauthier, S. Koller, Ev. Nitschwald, Salzachgalerien

Marc Ribot



Shake Stew King Shabaka



Mokoomba



JULI BIS SEPTEMBER 2018

# KULTURVORSCHAU

## „KÖNIG DER HERZEN“ – SALZBURGER STRASSENTHEATER

20. Juli bis 12. August 2018 | SALZBURG | auf 40 Plätzen in Stadt & Land Salzburg |  
Das Straßentheater der Salzburger Kulturvereinigung tourt mit der aktuellen Politikomödie von Alistair Beaton in einer Inszenierung von Georg Clementi durch Stadt und Land.



## SIEMENS KINDER>FESTIVAL

27. Juli bis 30. August 2018 | SALZBURG | Kapitelplatz |  
Das Programm des Siemens Kinderfestivals zeigt jeden Freitag bis Sonntag ab 16.00 Uhr eine bunte Mischung aus Kinderopern, Ballett und Theaterstücken.

## SOMMER.FRISCHE.KUNST

6. Juli bis 31. August 2018 | BAD GASTEIN |  
Künstler aus aller Welt kommen von Juli bis September in den spektakulären Belle-Époque-Ort in den Alpen, um ihre Werke zu zeigen.



## UND WIEDER ALTE SACHEN ZUM LACHEN ... – OTTO SCHENK

Donnerstag, 2. August, 20:00 Uhr | GOLLING | Burgsaal | Burg Golling |  
Von Theatergeschichten bis zum „Halley'schen Kometen“, von Parodien bis zu den Witzen gibt es ein Wiederhören mit den Glanzlichtern und Sternstunden des Humors!

## FESTSPIELNÄCHTE FÜR JEDERMANN

Freitag, 27. Juli - Donnerstag, 30. August | SALZBURG | Kapitelplatz |  
Tägliche Vorführungen von Festspielproduktionen auf Großbildleinwand am Kapitelplatz in Salzburg.  
Audiopräsentation von Konzerten. Gastronomisches Angebot.



## WUNDERKUNST. ERLESENES AUS DER KUNSTKAMMER WÜRTH

Juli bis September | DOMQUARTIER | SALZBURG | Residenzplatz 1 |  
Das DomQuartier Salzburg zeigt über den Sommer eine Facette der Sammlung Würth, die angesichts der zahlreichen Sammlungsauftritte zur Kunst der Moderne und der Gegenwart im In- und Ausland bislang weniger deutlich in der öffentlichen Wahrnehmung hervorgetreten ist: die Kunstammer Würth.

## DER SAMSON – WAHRZEICHEN DES LUNGAUS

Montag, 15. August, 18:30 | MAUTERNDORF | Burg Mauterndorf |  
Verpassen Sie nicht das imposante Schauspiel, wenn die mächtige Riesenfigur mit seinen beiden Zwergenbegleitern Ehrentänze vorführt. Eine Faszination für Jung und Alt.





GALERIE M. FERNER  
[www.michael-ferner.at](http://www.michael-ferner.at)  
open 24 / 7 / 365