

Pezcoller Forschungs-Preis

Neue Methoden am Tumorregister

Kneippen: Heilkraft des Wassers



**Südtirols Patienten
in besten Händen**



S. 3



S. 13



S. 29

- | | | |
|--|---|--|
| <p>3 Der Pezcoller-Forschungspreis
7 Kommentar
8 Koryphäe mit Passion - Primar Luca Calabrese - HNO-Bozen
10 Ein Stipendium am Tumorregister
11 Rekordergebnis der Primelaktion
12 Reiz der Peripherie: Primar Günther Sitzmann - Chirurgie Bruneck
14 Leserbriefe
15 Selbsthilfegruppen</p> | <p>16 Dr. Harald Ausserer: Welcher Schlaftyp bin ich?
18 Achtung Sonne - Hautkrebs
20 Großzügig: Ferdinand Seiwald
22 Lymphdrainage: Aus der Sicht eines Mannes
23 Landesmitgliederausflug
24 Patronat INCA: Invaliditätsrente
26 Gartentherapie in Meran
28 Kneippen kann jeder
30 Bezirksübergreifendes Grillfest</p> | <p>32 Dr. Harald Stecher: Arzt und Musiker
33 Der Joker: Antonino Brillante
34 Zwei Benefizläufe im Oberpustertal
37 Run for Life am 2. September
38 Benefizkonzert Jugendorchester
40 Was ist los in den Bezirken
39 Ein Primar wird Schauspieler
54 Gut und g'sund mit Dr. Michael Kob</p> |
|--|---|--|

WIR ÜBER UNS

Liebe Leserinnen und Leser,

gestern habe ich in der Zeitung gelesen, dass in Innsbruck ein Ärztekongress zum Thema Lungenkrebs stattgefunden hat und dass heute 80 Prozent der Lungenkrebspatienten nach fünf Jahren als geheilt gelten. Vorausgesetzt natürlich, die Erkrankung wird in einem frühen Stadium diagnostiziert. Bis vor wenigen Jahren zählte Lungenkrebs noch zu jenen Krebserkrankungen, die wenig Aussicht auf Heilung hatten. Es ist wirklich unglaublich, welche Fortschritte die Medizin in den letzten Jahren gemacht hat und immer noch macht. Und wir haben das Glück in einem Teil Europas zu leben, wo die ärztliche Versorgung optimal und auf dem modernsten Stand ist! Das ist das eine. Das andere ist, dass bei diesem Kongress wieder betont wurde, dass Lungenkrebs sehr oft hausgemacht ist. Und nicht nur Lungenkrebs. Das Rauchen, denn darum geht es, verursacht nämlich auch noch andere Krebsarten, z. B. an der Blase. Aber was noch schlimmer ist: Die Forschungen haben ergeben, dass die Auswirkungen von passivem Rauchen größer sind als bisher angenommen. Und das erschreckt mich. Besonders wenn ich an

Kinder denke, deren Eltern (auch im Auto!) rauchen, an die vielen Jugendlichen, die schon mit 14 oder 15, wenn nicht noch früher zur Zigarette greifen, weil sie sich damit groß fühlen und all jene, die zwar selbst nicht rauchen, aber den blauen Rauch einatmen, den ihre Freunde in die Luft pusteln. Jeder von uns hat die Verantwortung für sich selbst und für seine Gesundheit, aber auch für jene seiner Mitmenschen. Regelmäßige Vorsorge und ein gesunder Lebensstil sind Ausdruck dieser Verantwortung. Die Krebshilfe wird nicht müde, immer wieder darauf hinzuweisen!

Schon in meinem letzten Editorial habe ich darauf hingewiesen und selbst wenn ich Gefahr laufe, mich zu wiederholen, greife ich das Thema wieder auf: Im nächsten Frühjahr wählen wir neue Vorstände. In den Bezirken und auf Landesebene. Die Menschen, die die Krebshilfe vor über 35 Jahren gegründet haben, möchten ihre Aufgabe an junge und motivierte Menschen weitergeben, die den Idealen der Krebshilfe treu bleiben, aber auch frischen Wind in den Verein bringen. Ehrenamt ist eine schwere Bürde, das



Ida Schacher
Präsidentin

stimmt. Verantwortung und Zeitaufwand sind mit dem Engagement in der Krebshilfe verbunden. Das stimmt auch. Wenn viele Hände ineinandergreifen, wird die Bürde allerdings leichter. Anderen zu helfen ist eine wunderschöne Aufgabe. Noch schöner ist es, wenn man gemeinsam mit anderen helfen kann. Wir brauchen neue Gesichter, neue Ideen und Menschen, die bereit sind, die Krebshilfe mit neuem Leben zu erfüllen.

Viel Spaß beim Lesen dieser Chance, die wieder einmal mit vielen verschiedenen Themen aufwartet und einen wunderschönen Sommer, mit viel Zeit für das eigene Wohlergehen und das Zusammensein mit Familie und Freunden wünscht

Eure
Ida Schacher
Präsidentin



IMPRESSUM: DIE CHANCE: Kostenlose Zeitschrift für die Mitglieder der Südtiroler Krebshilfe.

Herausgeber: Südtiroler Krebshilfe, Dreihelligengasse 1, 39100 Bozen, Tel: 0471 28 33 48, Fax: 0471 28 82 82 e-mail: info@krebshilfe.it
In das Landesverzeichnis der ehrenamtlich eingetragten Dek. Nr. 199/1.1-28.10.1997 Einschreibung ins Bozner Landesgericht Nr. 3/2003

Sekretariat: Südtiroler Krebshilfe **Chefredakteurin:** Dr. Nicole Dominique Steiner **Fotos:** Othmar Seehauser **Titelbild:** Les Fontanes in St. Vigil Enneberg
Grafik und Layout: Studio Mediamacs, Bozen **Druck:** Athesia Druck GmbH, Bozen **Nächste Ausgabe:** Dezember 2017

Der Pezcoller-Forschungspreis

In Trient werden jedes Jahr die weltweit besten Krebsforscher ausgezeichnet



Dr. Enzo Galligioni

Einer der hochdotiertesten und weltweit wichtigsten Krebs-Forschungspreise wird jedes Jahr von der Pezcoller-Stiftung in Trient vergeben. Bisher gibt es zwanzig Preisträger. Drei von ihnen wurden anschließend auch mit dem Nobelpreis ausgezeichnet. Paul Nurse, Mario Capecchi und Elizabeth Blackburne in 2001, 2007 bzw. 2009.

Die Stiftung wurde 1980 von Professor Alessio Pezcoller (1896 – 1993) ins Leben gerufen. Der Ex-Primar der Abteilung für Chirurgie am Krankenhaus Santa Chiara in Trient hat sein gesamtes Vermögen für die Förderung der biomedizinischen Krebsforschung zur Verfügung gestellt. Erster Preisträger war 1988 Vincent De Vita, Direktor des amerikanischen National Cancer Institute. Seit 1997 gehören dem Entscheidungskomitee auch Forscher an, die vom AACR

ernannt werden, der amerikanischen Krebsforscher-Vereinigung, die weltweit 37.000 Mitglieder zählt.

Ein Gespräch mit dem Direktor der Pezcoller Stiftung, Dr. Enzo Galligioni, bis 2016 Primar der Abteilung für Onkologie am Krankenhaus Santa Chiara in Trient.

Chance: Der Pezcoller Preis wird jedes Jahr aus den weltbesten Krebsforschern ausgewählt.

Dr. Galligioni: Ja und Voraussetzung dabei ist, dass die Forscher und ihre Projekte international bekannt sind, dass sie bereits wichtige Ergebnisse erzielen konnten bzw. dass diese Forschungsergebnisse bereits klinisch Anwendung gefunden haben und vor allem, dass es sich um Forschungen handelt, die weitergehen.

Chance: Aus wie vielen Personen setzt sich das Preiskomitee der Stiftung zusammen? [Folgt >](#)



Anlässlich der Pezcoller-Preisverleihung und des Pezcoller Symposiums versammeln sich jedes Jahr in Trient die weltbesten Krebs-Forscher.

> **Dr. Galligioni:** Aus acht Mitglieder, die selbst zu den Top-Wissenschaftlern weltweit gehören. Ein absolut hochkarätiges Komitee. Die Hälfte ernannt vom AACR, die anderen von uns. USA und Europa. Dieses Jahr kamen sie aus New York, Boston, Houston und Philadelphia sowie

aus Heidelberg, Rom, Amsterdam und Barcelona.

Chance: Wie funktioniert die Kandidatur?

Dr. Galligioni: Der Preis wird vergeben, das heißt man kann sich nicht dar-

um bewerben. Die Konkurrenten werden von Wissenschaftlern vorgeschlagen, die ihrerseits an bekannten Forschungsinstituten arbeiten. Dieses Jahr standen 31 Kandidaten zur Wahl!

Chance: Aus was besteht der Pezcoller Preis?

Dr. Galligioni: Der Preisträger erhält die Summe von 75.000 Euro. Mit der Annahme des Preises akzeptiert er zur Preisvergabe nach Trient zu kommen und an der Universität Trient, die auch im Verwaltungsrat der Stiftung vertreten ist, und an der Universität Padua eine „lectio magistralis“ zu halten. Ebenfalls im Verwaltungsrat vertreten sind übrigens auch das Regierungskommissariat, die Provinz Trient sowie die Gemeinden Trient und Rovereto und Vertreter der Stiftung Caritro.

Chance: Wo wird der Preis überreicht?

Dr. Galligioni: Es gibt zwei Übergaben. Während des jährlichen Kongresses des AACR, in diesem Jahr vom 1. – 5. April in Washington mit 21.900 Wissenschaftlern



Professor David Morse Livingstone

Vor 74 Jahren in der Kleinstadt Salem im Norden Bostons geboren.

Studium an der Harvard Medical School (Diplom 1961) und an der Tufts Medical School (bis 1965).

Seit 1973 Professor für Genetic an der Medical School Harvard.

Heute ist er Vizedirektor und Ordinarius für Genetik am Dana-Farber Krebs Institut Harvard und Direktor der Abteilung für Humangenetik am Institut für onkologische Human-Genetik Charles A. Dana.



Die genetischen Forschungen des Pezcoller-Preisträgers 2017, David M. Livingstone haben die Therapie, Früherkennung und Vorsorge von Brust- und Eierstockkrebs revolutioniert.

aus achtzig Nationen, erhält der Preisträger eine Medaille. Das Preisgeld wird in Trient im Castello del Bonconsiglio übergeben, dieses Jahr fand die Feier am 5. Mai statt.

Chance: Womit beschäftigt sich der Preisträger 2017, Dr. David Morse Livingstone?

Dr. Galligioni: Livingstone ist sowohl Onkologe als auch Forscher und Dozent.

Seine Forschungen haben die Therapie von Brustkrebs und Eierstockkrebs revolutioniert und sind von höchster Aktualität.

Chance: Er befasst sich mit Genetik?

Dr. Galligioni: Seit 25 Jahren erforschen Livingstone und sein Forschungsteam, dem er den Preis gewidmet hat, die Entstehung von Brustkrebs und von Eierstockkrebs. Vor

allem haben sie das Verhalten einer Reihe von spezifischen Genen untersucht, die die Entstehung dieser Krebsarten im Normalfall verhindern. Im Fall einer Mutation verliert das Gen diese Reparatur-Eigenschaft und die betreffende Frau läuft ein wesentlich höheres Risiko, an diesen Krebsarten zu erkranken. Und nicht nur, dieses mutierte Gen kann auch weitervererbt werden. Ich spreche von BRCA1 und BRCA2.

[Folgt >](#)



Doktor Alessio Pezcoller (1886 – 1993)

Geboren am 23. April 1886 in Rovereto, seine Familie stammte aus dem Gadertal. Studium der Medizin in Innsbruck und Florenz.

Bis 1937 an der „Clinica Chirurgica“ Mailand und anschließend Primar der Chirurgie am Krankenhaus Trient, wo er sich vornehmlich der Onkologie widmete, die damals Teilgebiet der Chirurgie war. Pezcoller widmete sein Leben der Arbeit als Arzt und der Forschung.

Nachdem er 1966 in den Ruhestand getreten ist, arbeitete er an der Idee einer Stiftung und bezog vorausblickend in seine Überlegungen auch die Stiftung Caritro von Trient und Rovereto als Fördermitglieder sowie die Gemeinden Trient und Rovereto mit ein.

1980 wurde die Stiftung offiziell gegründet, bis zu seinem Tod, 1993, stand Alessio Pezcoller seiner Stiftung als Ehrenpräsident vor.



Die erste Preisverleihung 1988, durch Dr. Alessio Pezcoller. Preisträger war der Direktor des amerikanischen National Cancer Institute, Dr. Vincent De Vita.

> Wir verdanken es der Arbeit von Dr. Livingstone, dass diese Gene heute identifiziert und isoliert werden können. Dass Frauen getestet und wenn die Mutation vorliegt, entsprechenden Vorsorgemaßnahmen bzw. Vorkehrungen unterzogen werden und dass bereits farmakologische Therapien entwickelt worden und in Entwicklung sind, die spezifisch auf diese Gene wirken.

Chance: Abgesehen von diesem Forschungspreis vergibt die Stiftung Pezcoller noch weitere Auszeichnungen?

Dr. Galligioni: Ja, es gibt den alle zwei Jahre vergebenen und im Augenblick ausgesetzten Anerkennungs-Preis für Mediziner und Forscher, der z. B. an Umberto Veronesi vergeben worden, der nebenbei 1988 Präsident des ersten Pezcoller-Preiskomitees war. Dann vergeben wir den Pezcoller Foundation – EACR Cancer Researcher Award zusammen mit der Europäischen Krebsgesellschaft. Es handelt sich dabei um eine Auszeichnung für junge Wissenschaftler mit weniger als 15 Jahren Forschungstätigkeit nach Abschluss des

Doktorats, die bereits durch vielversprechende Ergebnisse auf sich aufmerksam gemacht haben.

Chance: Aber das ist bei weitem noch nicht alles...

Dr. Galligioni: Nein, und wir sind sehr erfreut darüber, dass die Pezcoller Stiftung im Trentino von der Bevölkerung sehr wahrgenommen wird. Nicht nur, dass zahlreiche Bürger bei der Steuererklärung die Fünf Promille unserer Stiftung zukommen lassen. Es gibt auch viele Trentiner, die testamentarisch ihr Vermögen der Stiftung zugedacht haben, um damit zwölfmonatige oder sogar zweijährige Forschungsstipendien zu finanzieren. Immer im Bereich der Krebsforschung.

Chance: Die Stiftung vergibt aber nicht nur Preise und Stipendien!

Dr. Galligioni: Jedes Jahr organisieren wir hier in Trient das Pezcoller-Symposium, eine Tagung, an der Top-Forscher aus aller Welt teilnehmen – dieses Jahr am 22. und 23. Juni. Im Dezember hingegen laden wir

jedes Jahr zu einer onkologischen Ärzte-Weiterbildung ein.

Chance: Sie waren bis Mai 2016 und für zwanzig Jahre Primar der Onkologie am Krankenhaus Santa Chiara in Trient, davor haben sie am onkologischen Zentrum in Aviano gearbeitet.

Dr. Galligioni: Ich bin Facharzt für Onkologie und Radiotherapie. Als ich aus Altersgründen von meiner Arbeit im Krankenhaus ausgeschieden bin, war es für mich klar, dass damit meine aktive Karriere als Arzt beendet ist, vor allem, weil es außerhalb des Krankenhauses fast unmöglich ist, sich entsprechend fortzubilden. Ich habe mich dem Volontariat gewidmet. Ich bin Vizepräsident der italienischen Krebsliga, LILT, des Trentino und im vergangenen September hat mir die Pezcoller Stiftung den Vorsitz angetragen. Es ist eine große Ehre für mich und gibt mir zudem die Möglichkeit weiter im Bereich der Onkologie tätig zu sein und auf dem neuesten Stand zu bleiben, ohne die Verantwortung für Patienten tragen zu müssen. ●

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Dr. Nicole Dominique Steiner
Chefredakteurin

Die Sommerausgabe der Chance ist bunt gemischt. Kein Hauptthema, aber viele Aspekte, die mit der Krankheit Krebs und mit der Krebshilfe zu tun haben. Ich habe die beiden neuen Primare der Chirurgie in Bruneck und der HNO - Abteilung in Bozen und zwei weitere Ärzte interviewt. Und stelle immer wieder fest: Südtiroler Patienten sind in den besten Händen!

Als Aufmacher haben ich eine Rubrik gewählt: Wege der Hoffnung. Vor unserer Haustür, in Trient wird jedes Jahr einer der wichtigsten Preise weltweit für die Krebsforschung vergeben. Und zu diesem Anlass versammeln sich dort Jahr für Jahr die weltbesten Forscher. Die Pezcoller Stiftung prämiert aber nicht nur Exzellenzen, sondern investiert auch in die Zukunft, in dem sie Forschungsstipendien an junge Forscher vergibt.

Ferdinand Seiwald und Antonino Brillante sind zwei Personen, die jeder auf seine Weise, der Krebshilfe und damit auch allen Betroffenen helfen und geholfen haben. Ferdinand Seiwald, weil er der Krebshilfe Pustertal seit 2008 den Erlös der Versteigerung von vier Ochsen gespendet hat. Und

Antonino Brillante, der der Krebshilfe Zeit schenkt. Viel Zeit. Wenn es etwas zu tun gibt, ist Antonino zur Stelle und packt mit an. Ein herzliches DANKE allen beiden!

So und jetzt möchte ich ein heikles Thema ansprechen. Die Diskussion um die Impfpflicht. Die Zeitungen sind voll von Pro und Kontra. Und jetzt werde ich sehr persönlich. Ich habe vier Kinder. Sie sind gegen alles geimpft, was es gibt. Sie haben die damaligen Pflichtimpfungen (geboren zwischen 1993 und 2001) erhalten, aber auch alle freiwilligen Impfungen. Mein Jüngster ist auch gegen Papilloma-Virus geimpft, meine Töchter sowieso. Ich selbst habe mich mit meinem Mann dieses Jahr gegen Meningitis impfen lassen.

Warum ich Ihnen das erzähle? Weil ich der Meinung bin, dass Impfen keine persönliche Angelegenheit ist, die von einer mehr oder weniger alternativ-orientierten Weltanschauung, abhängt sondern vielmehr eine Pflicht. Ausdruck von Solidarität, vor allem aber der sozialen Verantwortung der Gesellschaft gegenüber. Wenn ich geimpft bin, wenn meine Kinder geimpft sind, dann können sie nicht nur selbst

nicht an bestimmten Krankheiten erkranken, die dank der Impfungen so gut wie ausgestorben waren (denn jetzt sind sie wieder im Kommen!) und die z. T. gravierende Auswirkungen haben können. Nein, sie stellen auch keine Gefahr für andere dar, die aufgrund ihrer gesundheitlichen Verfassung besonders anfällig sind und ein geschwächtes Immunsystem haben. Wie z. B. Krebskranke! Ich kann mich aus meiner Kindheit noch gut erinnern an Menschen, die nach einer Erkrankung an Polio (Kinderlähmung) stark gehbehindert waren. Oder an Personen, die infolge von Masern erblindet oder ertaubt sind. Wollen wir das wirklich wieder riskieren? Und auch wenn es nur eine Gripeschutzimpfung ist. Wer an Krebs erkrankt ist/ war, darf sich nicht impfen lassen, wenn ich mich impfe, schütze ich nicht nur mich, sondern auch jene, die auf diesen Schutz verzichten müssen!

Ich wünsche Ihnen allen einen wunderschönen Sommer

Ihre Nicole Dominique Steiner

5 PROMILLE für die SKH

Steuernummer der Südtiroler Krebshilfe: 94004360213 - Was ist zu tun?

Weisen Sie die 5 Promille Ihrer Steuerabgaben der Südtiroler Krebshilfe zu – Sie können uns damit sehr unterstützen. Diese Zweckbestimmung der 5 Promille ist keine zusätzliche Steuer oder Abgabe, Sie geben damit kein zusätzliches Geld aus.

Was ist zu tun?

Geben Sie im Modell Unico 730 oder CU die Steuernummer der Südtiroler Krebshilfe an und unterschreiben Sie im entsprechenden Feld.

Steuernummer der Südtiroler Krebshilfe: 94004360213

Falls Sie die Steuererklärung von jemand Externen machen lassen, so wird er Sie nach der Zuweisung der 5 Promille fragen.

Zuweisung auf dem Modell CU:

Wenn Sie keine Steuererklärung (Mod. 730 oder UNICO) verfassen, können Sie die 5 Promille auch auf einer Kopie des Mod. CU zuweisen, das Sie von Ihrem Arbeitgeber oder von der INPS erhalten. Auch darauf sind die vorgesehenen Felder enthalten. Füllen Sie das Feld „Wahl für die Zweckbestimmung von 5 Promille der IRPEF“ mit Ihrer Unterschrift und der Steuernummer der Südtiroler

Krebshilfe aus, unterschreiben Sie ein weiteres Mal am Ende der Seite und geben Sie die Kopie in einem Umschlag ab – dieser sollte mit „Wahl für die Zweckbestimmung von 5 Promille der IRPEF“ beschriftet sein – bei der Post oder Ihrer Bank ab. Auch der Vor und Zuname sowie Ihre Steuernummer müssen dabei angegeben sein.

Wir danken herzlichst!

5 Promille für die Südtiroler Krebshilfe
Steuernummer: 94004360213
Wir danken!

Bitte hier abtrennen

Ich gehe gerne neue Wege

Gespräch mit dem neuen Primar der HNO-Abteilung Bozen Dr. Luca Calabrese



Foto: Ottmar Seehausen

Seit ersten Januar ist Dr. Luca Calabrese Primar der Hals Nasen Ohrenabteilung am Krankenhaus Bozen. Eine Koryphäe mit mehr als 5.000 onkologischen Eingriffen vor allem im Bereich von Gesicht und Rachen. Er ist spezialisiert auf die funktionelle Wiederherstellung und Transplantationen und ist bekannt für seine besondere Empathie mit den Patienten.

Treffpunkt 18.15 im Büro des Primars. Ein überaus interessantes und sehr langes Gespräch. Dr. Calabrese hat sich nicht nur Zeit genommen, er hat sich auch von seinen Leidenschaften treiben lassen. Onkologie, das besondere Verhältnis, das ihn mit seinen Patienten verbindet, komplexe Eingriffe an Rachen und Kiefer, Sprechende Medizin (narrative medicine), Kultur-Anamnese, kulturelle Integration und das von der von ihm gegründeten „Fondazione Salvatore Calabresi“ vorangetriebene Projekt zur kulturellen Integration „Mundi“, die Krebsvorsorge... Immer wieder springt er auf, sucht einen Operationsbericht über eine Unterkieferrekonstruktion in seinem Computer, holt eine Broschüre mit Velvet-Rezepten für Patienten mit Schluckstörungen, liest einen von Patienten geschriebe-

nen Text vor... Seine Augen sind überaus lebendig und beobachten ihr Gegenüber mit echtem Interesse.

Chance: Wenn man ihren Lebenslauf liest, 25 Jahre an der Seite von Umberto Veronesi am Europäischen Krebsinstitut in Mailand, seit 2006 Direktor der Abteilung für HNO – Chirurgie, dann fragt man sich: Und was machen Sie in Bozen?

Dr. Calabrese: Ganz einfach. Ich liebe Herausforderungen und gehe gerne neue Wege. Ich komme von einem Krankenhaus der Superlative, das stimmt. Aber was dort bei aller Exzellenz fehlt, ist die Integration mit dem Territorium. Die Vor- und Nach-Operationsphase. Was nicht heißt, dass es hier so einfach ist, ein gut funktionierendes

Netz aufzubauen, Vorsorge, Therapie und die Phase nach der Therapie effizient miteinander zu vernetzen.

Chance: Aber in Bozen scheint es ihnen möglich, dies Vernetzung umzusetzen?

Dr. Calabrese: Sagen wir es so. Ich habe hier zwar auch viel Routine vorgefunden, aber ebenso die Voraussetzungen, um Neues zu realisieren. Die Nähe zum Wohnort, viele Vereinigungen, die sich in der posttherapeutischen Phase einklinken, die Mittel. Was Not tut, ist die Verbesserung der Kommunikation zwischen all diesen Playern.

Chance: Sie sind Spezialist für HNO-Erkrankungen, aber eigentlich nur im onkologischen Bereich tätig?

Dr. Calabrese: Ich bin spezialisiert auf all jene Organe, die wir zur Kommunikation brauchen und durch meinen Eingriff können sie in ihrer Funktionstüchtigkeit sehr beeinträchtigt werden. Viele Patienten leiden nach der Therapie an Dysphagie, ich muss Zunge, Kiefer und Rachen wieder aufbauen, Organe entfernen und Transplantationen durchführen... Genau aus diesem Grund habe ich mich immer sehr auf den funktionellen Aspekt konzentriert, nach neuen Techniken gesucht, um nicht nur onkologisch, sondern auch physiologisch gute Ergebnisse zu erzielen.

Chance: Sie sehen nicht nur den Tumor, sondern auch das Leben danach?

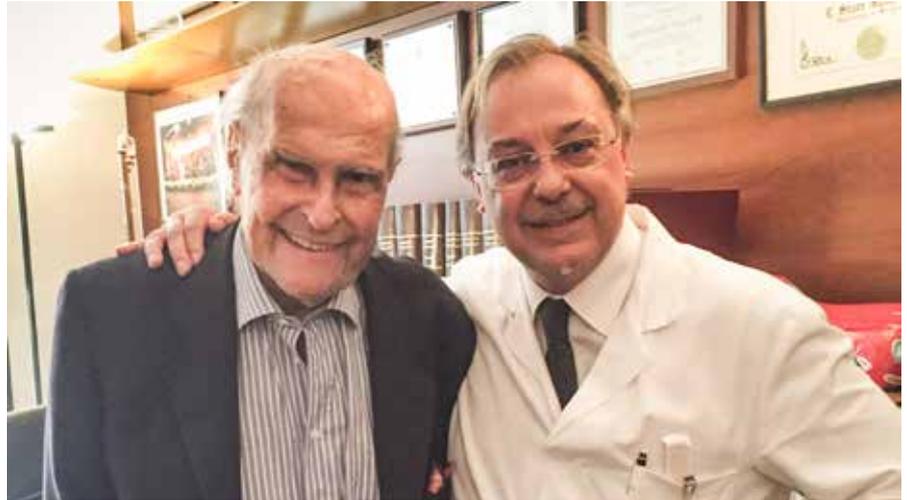
Dr. Calabrese: Was ist denn Gesundheit? Körperliches Wohlbefinden, aber doch wohl auch psychisches und soziales Wohlbefinden! Das vergessen wir Ärzte oft. Wir schaffen gesunde Menschen, die leben wie wenn sie krank wären. Deshalb ist für mich das Danach so wichtig. Der Arzt muss sich auch mit dem Leben des Patienten auseinandersetzen, mit dem Danach. Er muss aus dem Krankenhaus heraus!

Chance: In Mailand haben sie das schon gemacht?

Dr. Calabrese: Das verdanke ich einem Patienten. Operation gelungen, Patient geheilt. Aber glücklich lachen habe ich ihn erst gesehen, als er mir ein Foto geschickt hat, wo er eine Pizza isst. Keine echte natürlich, seine Frau hat ihm die einzelnen Zutaten püriert und wie eine Pizza zusammengestellt. Da ging mir ein Licht auf. Ich bin auf die Suche nach einem Restaurant mit Gerichten für Menschen mit Schluckstörungen gegangen, Personen, die also nur Flüssiges oder Breiartiges essen können. Ergebnis? Null. Und dabei gibt es viele von ihnen! Das ist auch eine Aufgabe des Arztes. Die Öffentlichkeit aufklären, bewusstmachen. Dafür sorgen, dass das Leben des Patienten lebenswert ist.

Chance: Auch die Vorsorge liegt ihnen sehr am Herzen?

Dr. Calabrese: Im Krankenhaus ist Vorsorge eigentlich nicht vorgesehen. Da behandelt man Kranke und Schluss. Aber für mich ist gerade das Krankenhaus der Ort, wo alles zusammenläuft. Egal ob draußen oder im Krankenhaus, es gelten die gleichen Qualitätskriterien. Der Facharzt muss auch mit dem Territorium kommunizieren. Mit den Jugendlichen, die trinken und rau-



Für 25 Jahre ein Team: Luca Calabrese und Umberto Veronesi

chen (und zwar schlechter Qualität). Mit der Universität. Mit den Ämtern. Der Facharzt soll Informationen über Früherkennungssymptome weitergeben. Krankenhaus und Krankenhausärzte sollten ein onkologischer Bezugspunkt für das Territorium sein. Hier in Südtirol gibt es glaube ich die idealen Voraussetzungen, um das zu verwirklichen. Kurze Wege, ausreichend Mittel.

Chance: Wie hat sich ihre Tätigkeit im Vergleich zu Mailand geändert?

Dr. Calabrese: Mir geht es um Qualität und nicht um Quantität. Im Juni hatten wir aber doch schon mehr onkologische Eingriffe auf meiner Abteilung als im ganzen vergangenen Jahr. Ich habe höchst komplexe Operationen durchgeführt, Knochen-Transplantationen, Rekonstruktionen von Kiefer und Zunge... Wie am Europäischen Krebsinstitut in Mailand. Nur eben weniger.

Chance: Das heißt sie haben auch ein adäquates Team vorgefunden?

Dr. Calabrese: Absolut ja! Ein Team, das mit viel Enthusiasmus und großer Wissbegier an die Arbeit geht. Ich bin auf großes Entgegenkommen gestoßen, auch wenn es darum geht, zehn Stunden und mehr im OP zu stehen.

Chance: Ihre Familie ist in Mailand geblieben?

Dr. Calabrese: Ich habe vier Kinder zwischen 12 und 17, die reißt man nicht so einfach aus ihrem Umfeld. Natürlich, meine Frau ist jetzt sehr gefordert.

Chance: Sie sprechen viel vom Territorium. Bestehen schon Kontakte?

Dr. Calabrese: Selbstverständlich. Z. B. mit der Fakultät für Design bezüglich der Kommunikation. Ich habe auch schon einen Sponsor für mein Projekt der kulturellen Anamnese gefunden.

Chance: Kulturelle Anamnese?

Dr. Calabrese: Vor der Aufnahme wird der Patient befragt nach seinen Vorlieben. Musik, Bücher, Zeitungen, Filme, Skype und dann bereiten wir ein entsprechend programmiertes Tablet vor. Auf diese Weise ist seine Kommunikation gesichert, auch wenn er nach dem Eingriff zunächst nicht sprechen können sollte. Jetzt muss ich noch freiwillige Jugendliche finden, die den Patienten den Gebrauch dieser neuen Medien erklären.

Chance: Es scheint ihnen sehr wichtig zu sein, ihre Patienten auch unter dem menschlichen Aspekt gut kennenzulernen...

Dr. Calabrese: Unbedingt! Sehen Sie, ich heile meine Patienten, aber ich verändere durch meine Therapie auch ihr Leben, oft in gravierender Weise. Eine Operation in diesem delikaten Bereich verändert vieles, normale Funktionen sind plötzlich nicht mehr gegeben. Ich bitte meine Patienten oft, ihre Geschichte aufzuschreiben. Nicht aus Neugierde, aber gerade private Aspekte können auch zur Heilung beitragen, können helfen, die Dinge wieder ins Lot zu bringen. Meine Patienten werden zu Freunden.

Wenn Zahlen reden

SKH finanziert Stipendium für Neuordnung der Daten des Tumorregisters



Fotos: Othmar Seehauser

Sie spricht perfekt Italienisch mit einem reizenden französischen Akzent und ist für zwei Monate nach Bozen gekommen, nicht nur, um die Datenerfassung des Tumorregisters zu ordnen, sondern auch um ihr Deutsch zu verbessern. Die Statistikerin Marine Castaing, arbeitet und lebt seit zehn Jahren in Catania.

Andreas Bulatko, Fabio Vittadello,
Birgit Tschugguel, Marine Castaing,
Guido Mazzoleni, Paolo Vian und Elena Devigili

Organisiert hat ihren Aufenthalt mit Hilfe der Südtiroler Krebshilfe, Dr. Guido Mazzoleni, Direktor des Tumorregisters und Primar der Abteilung für Pathologische Histologie am Krankenhaus Bozen. Seit verganginem Jahr ist Mazzoleni Mitglied im Ausschuss der italienischen Vereinigung der Tumorregister, AIRTUM, wo er die Statistikerin kennen und ihre Methodik schätzen gelernt hat.

Das Südtiroler Tumorregister ist derzeit bei der Erfassung der Daten bis 2012 angelangt, bis Ende des Jahres sollen auch die Daten 2013 bis 2015 ausgewertet sein und Marine Castaing hat in Bozen die Arbeitsgruppe unterstützt, die den Datenfluss seit Aufnahme des Registers im Jahr 1995 begutachtet und auswertet. Ihre Aufgabe war es, jene Daten auszusondern, die aus der Zeit vor Einführung des Tumorregisters stammen.

Aber was ist eigentlich das Tumorregister? Es ist ein epidemisches Überwachungsinstrument, das alle Tumorerkrankungen einer bestimmten Bevölkerung

während eines bestimmten Zeitraumes erfasst. In vielen Regionen Italiens gibt es heute Tumorregister. Die meisten von ihnen sind dem 1996 in Florenz gegründeten Nationalen Register, AIRTUM angeschlossen und alle regional erfassten Daten fließen in der nationalen Datenbank des ISPO, Istituto per lo Studio e per la Prevenzione Oncologico, zusammen. Leider gibt es noch kein nationales Gesetz, das die Arbeit der Tumorregister regelt und so arbeitet jedes nach eigenen Kriterien, die von der unterschiedlichen Verfügbarkeit und Qualität der gesammelten Daten abhängen. Dies kompliziert die Übertragbarkeit der Daten auf nationale Trends.

Ein weiteres Hindernis für eine optimale nationale Zusammenarbeit der verschiedenen Register ist die Verwendung unterschiedlicher Datenerfassungsprogramme und Archivierungsmethoden. Ein großes Problem stellt auch die prekäre Arbeitssituation (weil eben eine gesetzliche Grundlage fehlt) der Mitarbeiter der Register dar.

Statistisch gesehen wäre es ideal, wenn alle Patienten-Daten automatisch bei den Hausärzten zusammenlaufen und von diesen regelmäßig an die jeweiligen Register weitergegeben würden. Aufgrund der Privacy-Regelung ist dies derzeit nicht möglich. In Dänemark wird das schon heute so gehandhabt. In Südtirol ist schon die Datenerfassung schwierig, weil es kein zentralisiertes EDV-Programm gibt und der Datentransfer zwischen Krankenhaus und Peripherie oder sogar zwischen den Abteilungen ein Problem darstellt

Das Südtiroler Tumorregister ist dennoch eines der vollständigsten in Italien. Es gehört als eines der wenigen italienischen Register direkt dem Sanitätsbetrieb an und ist dem Dienst für Pathologische Histologie am Krankenhaus zugeordnet, der auch für die Screenings der Krebsvorsorge verantwortlich ist. Das Tumorregister Bozen kann über Daten über einen Zeitraum von mehr als zwanzig Jahren verfügen, die von spezifisch kompetenten Fachärzten zusammengestellt worden sind. Aus diesem



Marine Castaing

Geboren zwischen Bordeaux und Toulouse, Studium der angewandten Mathematik im Bereich der Sozialwissenschaften in Bordeaux, zwei Master in Bio-Statistik in Paris und Bordeaux. Sie hat am Internationalen Krebsforschungs-Institut in Lyon und am Institut Gustave Roussy a Villejuif gearbeitet.

Seit 2007 arbeitet sie als Statistikerin am integrierten Krebsinstitut Catania-Messina-Siracusa-Enna, das der Universität Catania angeschlossen ist. Sie ist Referentin für das Fach "Medizinische Statistik" an der Universität Catania, hält Vorlesungen und betreut (Master-)Diplomarbeiten.

Seit 2007 ist sie Mitglied von AIRTUM und SITI (Associazione Italiana di Igiene).

Grund sind die erfassten Daten über den klinischen Zustand wie z. B. das Krankheitsstadium zur Zeit der Diagnose, die Aufschluss geben über Krankheitsverlauf und Überlebenszeit, so präzise erfasst wie in wenigen anderen Registern.

Aber zurück zu Marine. In zwei Monaten hat sie alle Daten kontrolliert die bereits vor der Gründung des Tumorregisters erfasst waren, und zwar im Zeitraum 1980 – 1994. Sie hat aus diesen Daten jene Personen gefiltert, die damals an Krebs erkrankt sind. Diese Daten müssen von den ab 1995 gesammelten und periodisch vom Tumorregister veröffentlichten Daten getrennt und in einem eigenen Register verwaltet werden, wenn man einen Landestrend über den Verlauf der Krebserkrankungen ab 1995 erstellen möchte. Die von Marine ausgesonderten Daten ermöglichen zudem einen Überblick über die Zahl der Patienten, die bereits vor 1995 und ab 1980 an Krebs erkrankt waren und die am Stichtag 1. Januar 2013 noch am Leben waren. Außerdem hat sie nicht in Südtirol ansässige, aber im Land behandelte Patienten herausgefiltert und in einem parallelen Register archiviert, damit diese Zahlen nicht mit jenen der Südtiroler Bevölkerung gemischt werden.

Eine äußerst komplexe Materie, die aber äußerst wichtig ist, um ein komplettes Bild der Bevölkerungsgesundheit zu erhalten. Diese Daten über Häufigkeit, Überleben

und Sterblichkeit bezüglich der einzelnen Tumorerkrankungen bzw. die Methode ihrer Erfassung sind Voraussetzung für eine optimale Planung der Gesundheitspolitik und die Berechnung des notwendigen Budgets sowie für eine immer bessere epidemische Kontrolle auf nationaler und regionaler Ebene (Vorsorgeprogramme etc.). Anhand der Daten über die Häufigkeit kann beispielsweise berechnet werden, wie viele Ärzte, wie viele Pfleger bzw. wie viele Betten es in den nächsten Jahren

braucht. Je besser die Qualität und Verlässlichkeit der gesammelten Daten, desto besser können Verwaltung und Regierung vorausplanen.

Die Südtiroler Krebshilfe hat die Arbeit von Marine Castaing am Bozner Tumorregister, wo zwei Ärzte und zwei Sekretärinnen unterstützt von externen Statistikerinnen arbeiten, mit einem zweimonatigen Stipendium finanziert. ●



Elena De Valiere und Elena Devigili

Know How heißt Komplikationen beherrschen

Dr. Sitzmann ist Primar der Chirurgie in Bruneck – Beste Voraussetzungen



Foto: Othmar Seehauser

Wenn er operiert, hört er gerne klassische Musik oder Ö1. Dr. Günther Sitzmann ist seit einem Jahr Dr. Walter Thalers Nachfolger als Primar am Krankenhaus Bruneck. Die Rückkehr in ein kleines Krankenhaus hat ihn gereizt, weil er in der Medizin nicht nur die großen komplizierten Eingriffe schätzt, sondern auch die Organisation, die ein optimales Funktionieren erst möglich macht.

Militärarzt, zehn Jahre Rettungsarzt im Hubschrauber, Chirurg im Krankenhaus Bozen und vier Jahre komplexe Transplantationen und onkologische Eingriffe am Universitätskrankenhaus Tübingen unter Professor Alfred Königsrainer. Dr. Günther Sitzmann hat Erfahrungen verschiedenster Art gesammelt, bevor er das Primariat in Bruneck übernommen hat. Eines der Peripheriekrankenhäuser in Südtirol, an dem die Reform der Tumorchirurgie einschneidende Änderungen mit sich gebracht hat. Sitzmann sieht sich als Chirurg nicht nur am Operationstisch und nicht nur bei komplexen Eingriffen erfüllt. Ihm geht es auch um das Ganze, um das

Zusammenspiel zum Guten des Patienten, um Teamwork.

Chance: In Tübingen haben sie hochkomplexe Eingriffe durchgeführt, Operationen, die in Bruneck aufgrund der begrenzten Größe des Einzugsgebietes aber auch aufgrund der Reform der Tumorchirurgie nicht (mehr) möglich sind. Ein Krankenhaus in der Peripherie.

Dr. Sitzmann: Es ist nicht immer nur spannend in der obersten Liga zu spielen, sondern ausgezeichnete Erfolge in der niedrigen Liga verbuchen zu können. Wir haben hier in Bruneck 900 bis 1000 Eingrif-

fe pro Jahr. Und da ist alles dabei: Notfälle, Routine, hochkomplexe Tumorchirurgie.

Chance: Das heißt, auch ein hochspezialisierter Chirurg kann in Bruneck mit Befriedigung arbeiten?

Dr. Sitzmann: Ich habe in einem knappen Jahr zehn neue Operationstechniken eingeführt, die bisher noch nicht ausgeführt wurden. Wir haben was die minimal-invasive Chirurgie an Kolon und Rektum betrifft, Zahlen, die weit über dem italienischen und auch dem deutschen Durchschnitt liegen. Vierzig Prozent sind vorgeschrieben, wir haben im Schnitt zwischen

60 und 70 Prozent! Wir operieren auch Fälle, die anderswo in Südtirol als inoperabel erklärt worden sind. Mit Erfolg!

Chance: Was haben Sie in Bruneck vorgefunden im Vergleich zur Universitätsklinik an der Sie vorher tätig waren?

Dr. Sitzmann: Ich kann nur sagen, wir haben hier wirklich das Beste an Material, was man sich wünschen kann und wir sind frei alles zu nutzen. Es ist nicht so, dass es nicht genug Mittel in der Sanität gibt, sie müssen nur besser und gezielter genutzt werden.

Chance: Wer im Ausland gearbeitet hat, sieht natürlich viele Dinge in Südtirol mit einem kritischen Blick....

Dr. Sitzmann: Das kann man wohl sagen. Südtirol und auch Italien. Zum Beispiel fällt auf, dass in Italien defensiv Medizin betrieben wird.

Chance: Wie meinen Sie das?

Dr. Sitzmann: Wissen Sie, dass es in Rom gleich viel niedergelassene Anwälte gibt wie in ganz Frankreich? Das sagt eigentlich schon alles! Obwohl Italien die Wiege des Rechtsstaates ist, wird das hier auf die Spitze getrieben. Tritt eine Komplikation auf – und Komplikationen treten auf, die hängen nicht zusammen mit der Fähigkeit und Bravour des Chirurgen, sondern von vielen anderen nicht zu beeinflussenden Faktoren – dann heißt es gleich, der Arzt hat einen Fehler gemacht und er wird verklagt. Nehmen Sie nur den Pankreas. Eine extrem komplizierte Operation. Oft entscheidet sich der Arzt gegen einen Eingriff, auch aus Furcht vor möglichen strafrechtlichen Verfahren. Lieber nichts machen, als falsch machen. Dabei ist bei Pankreaskrebs die Operation die einzige Chance für den Patienten. Mit Chirurgie gibt es 20 – 30 % Langzeitüberlebende! Aber es wird immer gleich unterstellt und aus dieser defensiven Haltung wendet sich das Messer dann gegen den Patienten, weil der Arzt nicht offen mit ihm spricht.

Chance: Ihnen ist das Gespräch mit dem Patienten hingegen sehr wichtig?

Dr. Sitzmann: Ich erkläre alles und rede nichts schön. Ich spreche alles an und entscheide gemeinsam mit dem Patienten, was zu tun ist. Ich hole ihn ins Boot. Dadurch ist er wesentlich motivierter und tut sich leichter die Durststrecken zu über-



Diese Spezialbrille mit vielfacher Vergrößerung hat Dr. Sitzmann für das gesamte Operationsteam eingeführt.

winden. Nach jedem Eingriff ist es zunächst beschwerlich. Wenn der Patient Bescheid weiß, tut er sich viel leichter über diese Zeit hinwegzukommen.

Chance: Sie stehen der Bürokratisierung der Medizin kritisch gegenüber?

Dr. Sitzmann: Ich denke der Sanitätsbetrieb muss sich Gedanken machen, wie er sich positioniert. Gute Ärzte sind Mangelware, man sollte ihnen nicht Dinge aufhalsen, die sie von der eigentlichen Arbeit, von der Medizin abhalten. Jeder Arzt hat seinen Beruf aus Idealismus gewählt, es geht darum diese Leute zu motivieren. Es heißt, wir brauchen hundert neue Ärzte. Sind wir uns da so sicher? Das ist nur eine Nummer. Wir müssen einen Weg finden, die Bevölkerung adäquat und gut zu versorgen. Das erreichen wir nicht mit der Uhr und bürokratischer Zettelarbeit.

Chance: Beziehen Sie sich auf die Arbeitszeitregelung?

Dr. Sitzmann: Arzt-Sein ist nicht wie irgendein anderer Beruf. Wir lernen viele Jahre, um so weit zu kommen. Studium, Spezialisierung, Arbeitserfahrung. Es braucht Jahre. Und dann kommt jemand her und sagt mir, ich muss auf die Uhr schauen und darf nicht länger als sechs oder acht Stunden im OP stehen. Das ist absurd. Wenn ich 14 Stunden im OP stehe,

dann bin ich hochkonzentriert! Professor Magreiter sagt: Ich kenne keinen Fall, dass ein Patient zu Schaden kam, weil der Arzt müde war, wohl aber Fälle, wo der Patient gestorben ist, weil der Arzt schlecht war! In Schweden haben Ärzte einen sechs bis acht Stunden Arbeitstag mit einem grottschlechten Outcome für den Patienten.

Chance: Sie sind ein Teamworker?

Dr. Sitzmann: Absolut! Und gerade in einem kleinen Krankenhaus wie Bruneck ist das enorm wichtig. Es gibt gute Köpfe hier. Onkologen, Psychologen, Radiologen, mein Kollege Steinkasserer von der Gynäkologie, mit dem ich viele Eingriffe zusammen ausführe. Wenn alle zusammen in eine Richtung arbeiten, dann ist das wie ein Mosaik, das sich zu einem Ganzen fügt. Das ist der Qualitätssprung, der motiviert! Das Tumorboard beruht ja auch auf diesem Prinzip. Es macht einfach Sinn, mehrere Gesichtspunkte zusammenzunehmen. Das interessante an einem so kleinen Krankenhaus sind die kurzen Wege, die Möglichkeit schnell andere Fachgebiete dazu zu holen. Die Radikalität bestimmter Eingriffe hier habe ich in meiner Zeit in Bozen nie gesehen! Die beste Uniklinik ist nichts wert, wenn einer kein guter Chirurg ist und das gilt auch umgekehrt! ●



Gefühlte Worte



Dr. Nicole Dominique Steiner
Chefredakteurin

Wir, die Teilnehmerinnen der "Kreativen Schreibwerkstatt" in Bozen, Claudia, Katia und Silvia, möchten uns für diesen Kurs bedanken und bitten um die Veröffentlichung der nachstehenden Zeilen.

Neugierig und auch etwas eingeschüchtert waren wir am Anfang: Seit der Schule waren wir nicht mehr vor einem weißen Blatt gesessen. Würden wir am Ende nur über unsere Krankheit schreiben und all das, was wir eigentlich hinter uns lassen möchten?

Aber wir haben uns entschlossen, das Wagnis einzugehen und haben uns eingeschrieben. Bei einem Kurs ist es dann nicht geblieben!

Wir sind zusammengewachsen, einander verbunden und bereit, uns aufeinander

einzulassen, uns zu öffnen und unseren Gefühlen und Gedanken freien Lauf zu lassen. Das weiße Blatt füllte sich fast schneller, als wir schreiben konnten. Ohne Mühe und Anstrengung, wie von selbst.

Im Mittelpunkt standen wir, unser Leben, wir waren bereit uns gegenseitig zuzuhören und die anderen so zu nehmen wie sie sind, ohne zu urteilen.

Die Sprache war nie ein Hindernis, Deutsch, italienisch, in einem Treffen sogar Französisch, jede in ihrer Sprache und verstanden haben wir uns bestens.

Ein besonderer Dank geht an Nicole. Sie hat uns geführt, hat uns immer wieder neu stimuliert und sich selbst auch mit ins Spiel gebracht und uns geholfen, die befreiende Kraft der Worte zu entdecken.

Wir hoffen, dass es im Herbst weitergeht, wir sind sicher mit von der Partie. Eine kleine Anregung: Vielleicht könnte der Kurs um 17.30 Uhr anstelle von 17 Uhr beginnen, dann können auch jene sich einschreiben, die am Nachmittag arbeiten.

Claudia, Katia und Silvia

Rekordergebnis der Primelaktion

Seit 2001 mehr als eine halbe Million Euro für die Krebsforschung

Jedes Jahr um den 8. März, dem internationalen Tag der Frau, stehen sie bei Wind und Wetter, Regen oder Sonnenschein im ganzen Land und verkaufen Primeln, die SVP-Frauen. Auch in diesem Jahr waren es mehr als 140 Stände. Insgesamt wurden 48.020,45 Euro eingenommen, das sind fast zweitausend Euro mehr als im Vorjahr. In diesem Jahr konnte damit die magische Grenze von 500.000 Euro überschritten werden, wie Landesfrauenreferentin Renate Gebhard bei der Überreichung des Schecks an die Südtiroler Krebshilfe bzw. an die Südtiroler Wissenschaftlerin Dr. Petra Obexer freudig mitteilte. Seit Beginn der Aktion haben die SVP-Frauen 524.320,45 Euro an Spenden für die Krebsforschung zusammengetragen. Petra Obexer erforscht am Tiroler Krebsforschungsinstitut zusammen mit ihrer Arbeitsgruppe das Verhalten von Proteinen im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung. Ziel der Arbeit ist es, Therapien zu finden, die so wenig Langzeitschäden wie möglich nach



sich ziehen. Die Rückfälle verhindern. Dazu beitragen, neue Kombinationen zu finden, damit die Dosis der den Organismus belas-

tenden Antikrebsmedikamente, aus denen sich die Chemotherapie zusammensetzt, reduziert werden kann.

Selbsthilfe und Halt in der Gruppe

Selbsthilfegruppen in Bozen und in Brixen mit Regina Bogner



Foto: Olmar Schauer

Viele Frauen gehen lieber turnen, möchten ihren Körper stählen und vergessen darüber, dass auch die Seele Bewegung und Fitness braucht. Regina Bogner weiß wovon sie spricht. Sie ist beides: Betroffene und Psychotherapeutin.

Zwei Gruppen hat sie für die Südtiroler Krebshilfe aufgebaut, bzw. schon zuvor für mamazone. Eine angeleitete gemischte Gruppe in Brixen und eine reine Frauengruppe in Bozen, an der auch sie als ehemalige Betroffene teilnimmt. Beide Gruppen sind allerdings nur deutschsprachig, als Österreicherin ist Regina Bogner im Italienischen nicht so sattelfest, dass sie es sich zutrauen wurde, eine gemischte Gruppe zu leiten. Zu wichtig sind ihr die feinen Nuancen, das zwischen den Zeilen Herausulesende.

Das Schöne in einer Gruppe ist schnell umfasst: „Wir sind alles Betroffene, wissen worum es geht, worüber die anderen sprechen.“ Die Isolation aufbrechen, in die die Krankheit geführt hat. Themen wie Körperlichkeit und Sex. Neue Lebenszentren finden, Halt und Verständnis. Sich austauschen und zuhören. Strategien entwickeln und sich Beispiel nehmen an anderen.

„In der Gruppe ist immer eine tolle Stimmung!, sagt Regina Bogner. „Wir lachen viel. Aber auch Tränen sind erlaubt. Die Angst vor dem Rückfall. Die Scheu vor dem eigenen veränderten Körper.“

Die Frauen erleben sich als gestärkt durch die Gemeinschaft. Die Teilnahme in einer Selbsthilfegruppe hilft den Betroffenen, nicht wieder in ihren Alltag, den alten Trott zurückzufallen. „Routine tut einerseits gut nach der aufregenden und bewegten Zeit der Therapie, aber die Gefahr besteht, dass man dann wieder am selben Punkt landet. Wo Zeit für nichts bleibt, vor allem nicht für sich selbst.“

In der Bozner Gruppe greift Bogner als Therapeutin so wenig wie möglich ein. Sie gibt den Einstieg vor und interveniert nur dann, wenn das Gespräch ausufert oder im Sand verläuft. Ansonsten ist sie gleichgestellt.

Anders in Brixen. Eine geleitete Gruppe, eine gemischte Gruppe mit allerdings nur wenigen Männern. „Männer brauchen Themen, eine Struktur, Vorgegebenes, kommen mit dem spontanen, assoziativen Gespräch nicht so zurecht, die Gruppe arbeitet zielgerichteter.“ Gemischte Gruppen findet die Therapeutin spannend. Es kommen unterschiedliche Sichtweisen ins Spiel, die den einzelnen weiterbringen können. Die ideale Gruppengröße? Sieben bis acht Personen.

Regina Bogner hat auch eine Gruppe für Angehörige Krebskranker angeboten, die aber aus Mangel an Anmeldungen nicht zustande gekommen ist

Wie lange funktioniert eine Selbsthilfegruppe? Unterschiedlich, aber in der Regel läuft sie sich nach drei bis vier Jahren aus. Dann ist alles gesagt, alles geteilt. Jetzt braucht es neue Anregungen. Was wichtig ist: Wenn ernsthafte psychologische Probleme vorliegen, sollte zusätzlich ein Psychotherapeut hinzugezogen werden, es ist auch Aufgabe des Gruppenleiters zu erkennen, wann der Zeitpunkt kommt, an dem der Betroffene professionelle und individuelle psychologische Hilfe braucht.

Beide Gruppen, sowohl jene in Brixen als auch jene in Bozen können etwas Auffrischung vertragen. Ab September treffen sie sich wieder, neue Mitglieder sind willkommen. In Brixen sowohl Frauen als auch Männer, in Bozen nur Frauen. ●

Von Eulen und Lerchen

Wir schlafen meist besser als wir denken - Interview mit Dr. Ausserer



Dr. Harald Ausserer

Es gibt Eulen und es gibt Lerchen. Der Schlaf ist eine sehr individuelle Angelegenheit. Eine feste Regel gibt es nicht, aber einige Anhaltspunkte, die helfen, zur besten persönlichen Schlafqualität zu finden.

Wir tun es jeden Tag, unser ganzes Leben lang, aber was es mit dem Schlaf auf sich hat und wie Schlafen funktioniert, wissen nur die wenigsten.

Gut schlafen heißt nicht unbedingt lang schlafen. Es gibt Menschen, die mit fünf Stunden auskommen, andere brauchen acht Stunden, um aktiv und frisch ihren Tag zu bewältigen. Zu viel Schlaf ist ebenso problematisch wie zu wenig Schlaf. Je älter wir werden, desto weniger Schlaf brauchen wir.

Gut schlafen heißt nicht, ungestört durchzuschlafen. Ein paar Mal aufwachen

während der Nacht ist der Schlafqualität absolut nicht abträglich, vorausgesetzt, man schläft gleich wieder ein.

Schlaf ist nicht gleich Schlaf. Der Schlaf ist eine stete Abfolge von mehreren Zyklen, mehr oder weniger lange, leichte und tiefe Phasen wechseln sich ab und es ist genau diese Abfolge, die einen guten und erholenden Schlaf kennzeichnet.

Der Neurologe Dr. Harald Ausserer hat sich intensiv mit dem Thema Schlaf auseinandergesetzt. Weitere Spezialgebiete seiner Tätigkeit sind Epilepsie sowie Berg-, Höhen- und Expeditionsmedizin.

Chance: Gut schlafen heißt also nicht, sofort einschlafen und schlafen wie ein Stein?

Dr. Ausserer: Nein, gut schlafen heißt, mehrfach wellenförmige Leicht- und Tiefschlafphasen während der Nacht zu durchlaufen. Viele Menschen beklagen

sich, sie hätten schlecht geschlafen, seien mehrmals aufgewacht während der Nacht, aber dann bewältigen sie ihren Tagesablauf ohne Probleme. Da kann der Schlaf so schlecht nicht gewesen sein, der Körper holt sich den Schlaf, den er braucht! Der schlecht empfundene Schlaf ist oft nur eine falsche Idee von Schlaf, eine Fehleinschätzung also.

Chance: Schlafen ist ja eigentlich ganz schön anstrengend...

Dr. Ausserer: Das stimmt. Warum schlafen wir eigentlich? Was passiert da? Das ist längst nicht zur Gänze erforscht und beschäftigt die Wissenschaftler immer noch. Eines steht fest: Der Schlaf ist im Grunde eine psychologische Angelegenheit und Notwendigkeit. Das Gehirn braucht diese Zeit, um unserer Erlebnisse aufzuarbeiten und um zu sortieren, um das Wichtige vom Unwichtigen zu trennen, um zu entscheiden, was behalten werden muss und was vergessen werden kann.

Chance: So gesehen ist die Nacht ja alles andere als geruhsam!

Dr. Ausserer: Für das Gehirn ist der Schlaf harte Arbeit und deshalb verbraucht der Körper auch sehr viel Energie in der Nacht.

Chance: Sie sprechen von zwei Schlaftypen, Eulen und Lerchen.

Dr. Ausserer: Das ist natürlich ein sehr vereinfachtes aber sehr effizientes Bild für die beiden Schlaftypen. Es gibt nachtaktive Menschen, die am frühen Morgen nicht sehr leistungsfähig sind und frühaktive Menschen, die am Abend Mühe haben, die Augen offen zu halten. Das ist

genetisch bedingt, da kann man nichts dagegen tun. Was man tun kann, ist hingegen gemäß seiner Veranlagung und nicht dagegen zu leben. Im Berufs-Alltag ist es leider so, dass wir oft gegen diese Veranlagung leben müssen. In großen Betrieben gibt es Mitarbeiterstudien wonach die Angestellten in die unterschiedlichen Kategorien eingeteilt werden und einen entsprechenden Arbeitsstundenschlüssel, bzw. Turnusse erhalten, die dieser Veranlagung Rechnung tragen. Das Ergebnis ist eindeutig: Wer nach seinem inneren Rhythmus arbeiten kann, leistet mehr und wird weniger krank!

Chance: Was sollte man beachten, um gut zu schlafen?

Dr. Ausserer: Zunächst einmal eines: Nur dann zu Bett gehen, wenn man wirklich müde ist. Wer sich beklagt, dass er lange braucht, um einzuschlafen, ist vielleicht einfach nicht müde genug! Genauso wie Personen, die um 21 Uhr zu Bett gehen, sich nicht zu wundern brauchen, wenn sie ab 4 oder 5 Uhr früh nicht mehr schlafen können. Der Körper hat genug Schlaf gehabt!

Chance: Die famose innere Uhr!

Dr. Ausserer: Genau. Wer seinen Körper kennt und auf diesen hört, findet von ganz allein den richtigen Rhythmus.

Chance: Wie sieht es aus mit dem Mittagsschläfchen? Viele schwören darauf, andere wiederum sind danach nur noch müder.

Dr. Ausserer: Die aktuelle Empfehlung liegt bei 15 bis maximal 20 Minuten. Auf keinen Fall länger, sonst kann nämlich ei-

ne Tiefschlafphase eintreten und wird man aus dieser herausgerissen, dann fühlt man sich tatsächlich müder als vorher. Aber das ist noch etwas zu beachten: Wer mittags schläft, dem fehlt es am Abend an Müdigkeit und damit fällt das Einschlafen wieder schwer. Man sollte sich deshalb gut überlegen, ob es den Mittagsschlaf tatsächlich braucht!

Chance: Sollte man einen regelmäßigen Schlafrythmus haben?

Dr. Ausserer: Besser wäre es, aber Ausnahmen z. B. am Wochenende oder während des Urlaubs schaden nicht. Wichtig ist, dass ich Tag und Nachtphasen einhalte und diese entsprechend gestalte. Das heißt, dass ich den aktiven Tagesbereich im Hellen verbringe, die Nacht- bzw. Schlafphase im Dunkeln. Es empfiehlt sich z. B. nicht im Bett zu lesen, noch schnell Mails und WhatsApp zu checken oder Fernsehen zu schauen. Das Schlafzimmer sollte wirklich eine Schlafhöhle sein!

Chance: Schlafstörungen sind oft ein Hinweis auf tiefer liegende Störungen?

Dr. Ausserer: Das stimmt. Ein zu großes Schlafbedürfnis oder Nichtschlafenkönnen ist oft auch ein Hinweis für das Vorliegen einer Depression. Hier kann eine medikamentöse Therapie hilfreich sein. Es gibt Medikamente, die den Schlaf verbessern, tagsüber zu mehr Energie verhelfen und dabei - das ist entscheidend - nicht abhängig machen. Wer Schlafstörungen hat, sollte sich an seinen Arzt wenden, dies ist insbesondere dann nötig, wenn eine gesteigerte Tagesmüdigkeit vorliegt. ●



Eine besondere Spende

Sie verkaufen Delikatessen und Süßes. Fischspezialitäten, Hausgemachte Teigwaren, Torten und vieles andere mehr. Während der Fastenzeit hatten Christin Gröbner und Daniela Pasini vom Feinkostgeschäft Gut & Gerne in Sterzing eine ganz besondere Idee. Sie stellten gut

sichtbar im Geschäft eine Schachtel auf und baten ihre Kundschaft das ihnen zugedachte Trinkgeld dort hinein zu werfen. Nach vierzig Tagen sind stolze 451,48 Euro zusammengekommen, die die beiden der Südtiroler Krebshilfe gespendet haben. Dankeschön!

Unsere Haut vergisst nicht

Euromelanoma-Woche im Mai: Richtig schützen von Kindesbeinen an



Foto: Ottmar Seehauser

Südtirol zeigt die höchste Inzidenz für Hautkrebs in Europa. Dies bedeutet, dass hier vergleichsweise am meisten Menschen an Hautkrebs erkranken. Im Rahmen der Euromelanoma-Woche ab 8. Mai informierte die Südtiroler Krebshilfe, wie man sich vor den schädlichen Folgen der UV-Strahlung schützen kann. Die SKH hat mit einer Pressemitteilung über dieses Thema informiert.

Die Zahlen geben zu denken: In Südtirol erkrankt einer von vier Menschen an Hautkrebs, europaweit ist es durchschnittlich eine von fünf Personen. Südtirol hat somit die höchste Hautkrebs-Quote in Europa, wobei damit nicht nur der maligne Tumor („schwarzer Hautkrebs“) mitgezählt wird, sondern auch das Basalzellkarzinom und das Plattenepithelkarzinom („weißer Hautkrebs“). Insbesondere beim malignen Melanom ist die Zahl der Neuerkrankungen in Südtirol in den letzten Jahren stark angestiegen: mehr als einer von 30 Südtirolern erkrankt im

Laufe seines Lebens daran. Die intensive Sonnenbestrahlung Südtirols, die hohe Lage des Landes sowie die Tatsache, dass die meisten Südtiroler sich gerne im Freien aufhalten und ein äußerst sportliches Völkchen sind, sind einige der Gründe für diese Quote. Vermutlich kommen noch einige genetische Faktoren mit hinzu, sowie Folgeschäden aus Kindheitstagen. Das Haus im Sommer deswegen nicht mehr zu verlassen, ist aber kein Ausweg: Vielmehr ist es notwendig, sich ausreichend vor zu vielen Sonnenstrahlen zu schützen. Kinder ausreichend schützen. „Ihr habt nur die ei-

ne...“ unter diesem Motto klärte die Euromelanoma eine europaweite Initiative unter dem Dach der Europäischen Akademie für Dermatologie und Venerologie (EADV) im vergangenen Mai über Hautkrebsrisiken auf und stellte die Früherkennung und die eigene Vorsorge in den Mittelpunkt. Denn jeder kann selbst viel dazu beitragen, um sich vor den schädlichen Folgen von UV-Strahlung zu schützen. Der beste Schutz ist demnach, zwischen 11 und 15 Uhr die direkte Sonneneinstrahlung zu meiden. Sonnenschutzcreme, Sonnenbrille, langärmeliges T-Shirt und Sonnenhut gehören



Höhe und Sonne ist eine ganz besonders gefährliche Kombination.

unbedingt mit dazu, auch im Schatten. Vor allem die Kleinen müssen unbedingt bestens geschützt werden: Kinderhaut ist um ein Vielfaches dünner als die Haut Erwachsener und kann noch nicht ausreichend Pigmente produzieren, die als körpereigener Schutz gegen UV-Strahlen fungieren. Auch liegen die UV-empfindlichen Stammzellen bei Kindern sehr viel dichter unter der Hautoberfläche und sind den UV-Strahlen stärker ausgesetzt. Bis zum 18. Lebensjahr entstehen vielfach bereits UV-Schädigungen, die später zu einem malignen Melanom entarten können. Denn unsere Haut kann nicht vergessen: UV-Strahlungsschäden, die sich als Sonnenbrand bemerkbar machen, addieren sich im Laufe des Lebens.

Früherkennung rettet Leben. Im Rahmen der Euromelanoma-Woche wies die Südtiroler Krebshilfe zudem auf die Vorsorgeuntersuchungen hin: Grundsätzlich sollte sich jeder ab 35 Jahren alle zwei Jahre von einem Hautarzt kontrollieren lassen. Zusätzlich ist die Selbstuntersuchung ein wirksames Mittel. Man sollte in regelmäßigen Abständen überprüfen, ob sich beispielsweise ein Leberfleck verändert hat. Hilfreich bei der Früherkennung eines malignen Melanoms ist dabei die ABCD-Regel:

- A für Asymmetrie**
- B für Begrenzung**
- C für Color (Farbe)**
- D für Durchmesser**

Erweist sich ein Pigmentfleck als nicht gleichmäßig rund oder oval, hat er unregelmäßige Ränder oder mehrere Farben und ist er größer als 5 Millimeter, so sollte auf alle Fälle der Hautarzt aufgesucht werden. Auch Hautveränderungen, die jucken oder bluten, sowie rötliche Verfärbungen, die sich wie Sandpapier anfühlen, sollten untersucht werden. Sie könnten auf andere Hautkrebskrankungen wie Basalzellkrebs/Stachelzellkrebs hinweisen. Nur der Besuch beim Hausarzt oder einem Dermatologen schafft hier Gewissheit und ist die einzige Möglichkeit, den Hautkrebs frühzeitig zu behandeln. ●

Ein großes Herz

Ferdinand Seiwald hat der Krebshilfe seit 2008 vier Ochsen gespendet



Foto: Oliver Seehauser

Er ist Busunternehmer, Bauer, Viehzüchter, hat eine Passion für Pferde, am 30. März 2011 war er Südtiroler des Tages und er hat ein großes Herz! Ferdinand Seiwald vom Gruberhof in Innerpichl im Gsieser Tal. Schon viermal hat er der Krebshilfe anlässlich der Ochsenversteigerung in St. Lorenzen den Erlös eines Ochsen geschenkt.



Trachtengeschirre für den Almauftrieb

Ein stolzer Mann ist er. Ferdinand Seiwald ist stolz auf seine Ochsen, auf seine vier Norikerpferde, auf seine Trachtengeschirre für den Almauftrieb und -abtrieb, die er in einem Glasschrein unter der Treppe im Eingang seines Hauses aufbewahrt. Auf sein Busunternehmen, das er aus dem Nichts aufgebaut hat und das heute den ganzen Nahverkehr vom Gsieser Tal bis Innichen und Bruneck abdeckt und darauf, dass er gleich alt ist wie Luis Durnwalder. Nach wie vor steht er jeden Morgen um fünf Uhr auf, um in den Stall zu gehen. Dass er im Februar einen Ober-

schenkelhalsbruch erlitten hat, sieht man dem rüstigen 76jährigen nicht an.

Dreizehn Stück Schlachtvieh hat er im Augenblick im Stall und sieben Ochsen, die im Sommer auf der Kämpferalm auf 2.100 Meter stehen. Milchvieh hat er seit zwei Jahren nicht mehr. Aber zu tun gibt es im Stall noch genug.

Alle drei Jahre spendet Ferdinand Seiwald einen Ochsen für die Südtiroler Krebshilfe. Das erste Mal 2008. Der Ochse wurde für 7.400 Euro versteigert. 2011 waren es

7.350 Euro, 2014 waren es 10.000 und dieses Jahr hat er den Rekord von 10.396,98 Euro erreicht. Das Fleisch meiner Ochsen, schwärmt Ferdinand Seiwald, „ist so zart, dass man kein Messer braucht, um es zu schneiden!“

Ferdinand Seiwald entstammt einer kinderreichen Familie. Elf Kinder waren

Wie lang sind fünfzig Minuten?

Lorenzo Maito ist Physiotherapeut im Unterland – Die Basis ist Vertrauen



Ein Mann und zehn Frauen. Hahn im Korb oder Minderheit? Wie man es nimmt. Aber Lorenzo Maito fühlt sich wohl im Kreis seiner Kolleginnen. Er ist auch der einzige Physiotherapeut der Krebshilfe, der Vollzeit arbeitet. Im Bezirk Unterland hat er alleine viel zu tun. Er betreut drei Ambulatorien: Neumarkt, Leifers und Kaltern.

Das Weiterbildungs ihm wichtig ist, erkennt man sofort, wenn man das kleine, gemütliche Behandlungszimmer in Neumarkt betritt. Es ist holzgetäfelt, an der Wand hängen zwei chinesische Papierschirme und alle Bescheinigungen seiner Fortbildungen. Fußreflexzonen-Behandlung, Hals-Nacken-Massage, Cranio-Sakral-Therapie, viszerale Therapie, Bewegungstherapie im Wasser, Heilmassage, sogar einen Kurs in Nordic Walking hat Lorenzo Maito belegt, aber das hat nichts mit Physiotherapie zu tun. Oder vielleicht doch...

Das Unterland liegt sicher näher an Bozen liegt, als etwa das Pustertal, aber trotzdem fühlt sich Lorenzo Maito oft sehr

in der Peripherie. Weit weg vom Zentrum. Obwohl er mit seinen Kolleginnen in regem Kontakt steht. Aber das mag auch daran liegen, dass er alleine den ganzen Bezirk betreut, wie nebenbei auch die Therapeutinnen im Vinschgau und in Meran. In den anderen Bezirken arbeiten je zwei Physiotherapeutinnen. Er trifft mit seinen Kolleginnen regelmäßig bei der psychologischen Supervision zusammen. „Wir reden ganz offen über unsere Probleme, was uns bewegt und nicht nur, was die Arbeit betrifft, auch Privates kommt ins Spiel“

„Wir sind in unserem Bereich, Lymphdrainage, hoch spezialisiert“, sagt Lorenzo Maito. Nur werde das vom Sanitätsbetrieb und

auch von den privat niedergelassenen Physiotherapeuten nicht so wahrgenommen. Die Abteilungen für Gynäkologie, Onkologie und auch für Palliativmedizin hingegen schätzten die Professionalität der Physiotherapeuten der Südtiroler Krebshilfe sehr, die das richtige Gleichgewicht zwischen kompetenter professioneller Behandlung und persönlicher Ansprache finden, die so wichtig ist bei Krebspatienten.

Lorenzo Maito spricht langsam, seine Stimme ist angenehm sanft. Man kann sich gut vorstellen, wie er arbeitet. Behutsam und intensiv. Er hat viele Patientinnen und nur einen einzigen Patienten. Für einige Patientinnen ist es beim ersten Mal

eine Überwindung, sich vor einem Mann zu entblößen. Da braucht es Geduld und Einfühlungsvermögen. Bei der Lymphdrainage werden die intimsten Bereiche berührt. „Körperteile, die viele Frauen selbst nicht berühren oder anschauen aus Scheu.“ Viele Patientinnen haben besonders nach einer Mastektomie ein gestörtes Körpergefühl. Manchmal braucht es Jahre, bis das Gleichgewicht zwischen Seele und Körper wiederhergestellt ist. Auch hierfür ist die Lymphdrainage eine wichtige Hilfe.

Lymphdrainage ist aber längst nicht nur bei Lymphödemen an Armen und Beinen angesagt, erklärt Maito. Auch bei Problemen an inneren Organen, bei Verdauungsstörungen, Darmkrämpfen oder nach einer Resektion des Magens oder der Blase ist diese Therapie hilfreich. „Operationen im Bauchbereich können Rückenschmerzen verursachen und wirken sich auf das Ske-

lett oder auch die Sehnen und Muskeln aus.“ Das gleiche gilt für die Strahlentherapie. Jeder kann diese Möglichkeit in Anspruch nehmen. Immer!

Eine Behandlung dauert fünfzig Minuten. Weniger als eine Stunde. Aber, so der Physiotherapeut, sie können sehr lang sein oder auch wie im Flug vergehen. „Wenn die traditionelle Lymphdrainage beendet ist, lässt Lorenzo Maito sich von dem leiten, was seine Hände spüren und was sich aus dem Gespräch mit dem Patienten ergeben hat.“ „Man wendet ja nicht nur strikt eine Behandlungsart an, sondern verschiedene Techniken. Es geht nicht darum, nur eine ganz bestimmte Stelle des Körpers zu behandeln, sondern den gesamten Menschen!“

Das Gespräch ist wichtiger Teil der Behandlung. Aber lassen sich die Frauen gehen, wenn sie von einem Mann behan-

delt werden? Lorenz bejaht die Frage. „Zu Beginn zeigen sie vielleicht Scheu, sich gegenüber einem Mann zu öffnen, aber das legt sich.“ Eine Lymphdrainage-Behandlung nach einer Krebserkrankung ist zudem keine Sache von wenigen Stunden oder sporadischen Kontakten. „Es erwächst oft eine lebenslange Beziehung“, betont Lorenzo. Als Mann könne er bestimmte Dinge auf leichtere Weise angehen, habe eine andere Sicht der Dinge. „Wir gehen ernste Dinge auf heitere Weise an.“ Wenn es um Ängste im Sexualbereich oder Probleme mit dem Partner gehe, schätzten es seine Patientinnen, den Standpunkt eines Mannes kennenzulernen.

Wer weiß, ob Lorenzo Maito auch in Zukunft der einzige Mann bleibt. Jedenfalls ist er der richtige Mann an der richtigen Stelle. ●

Landesmitgliederausflug am 23.09.2017

Liebe Mitglieder, dieses Jahr führt uns der Mitgliederausflug am 23. September auf den Ritten. In der Pfarrkirche von Unterinn „St. Luzia“ feiern wir gemeinsam die Heilige Messe. Anschließend nehmen wir zusammen im Vereinshaus „Peter Mayr“ von Lengmoos das Mittagessen ein. Den Nachmittag verbringen wir dann zusammen gemütlich miteinander.

Vormerkungen: innerhalb Freitag, den 08. September in den jeweiligen Bezirksbüros.

Vortrittsrecht: haben ordentliche Mitglieder. Begleitpersonen, die Mitglieder der Vereinigung sein müssen, können teilnehmen falls noch Plätze zur Verfügung stehen.

Ort und Abfahrtszeiten: der einzelnen Busse werden Ihnen nach Ihrer Vormerkung von der jeweiligen Sektion/Bezirk der Südtiroler Krebshilfe mitgeteilt.

Der Kostenbeitrag wird ausschließlich über die Sektions - und Bezirksbüros oder mittels Überweisung innerhalb 10. September beglichen. Stornierungen sind bis zu zwei Tage vor der Veranstaltung mög-



lich, danach kann der Beitrag nicht mehr rückerstattet werden.

Teilnahmequote:
 ordentliche Mitglieder € 20,00
 eventuelle Begleitpersonen € 30,00

Programm

10.15	Uhr ca.	Ankunft in Unterinn
10.30	Uhr	Heilige Messe in der Pfarrkirche von Unterinn St. Luzia
12.30	Uhr ca.	Mittagessen im Vereinshaus „Peter Mayr“, Lengmoos
14.30	Uhr ca.	Gemütliches Beisammensein
17.00	Uhr ca.	Rückfahrt

Wir freuen uns auf eine zahlreiche Teilnahme und auf einen schönen Tag in gemütlichem Beisammensein!

Je eher desto besser!

Zivilinvalidität ist wichtig wegen rentenrechtlicher Begünstigungen



Untersuchungen, Operation und Therapie, Ängste und widersprüchliche Emotionen nehmen einen Betroffenen nach der Krebsdiagnose völlig in Anspruch. Dennoch sollte man auch in dieser Situation auf seine Rechte bedacht sein. Die Feststellung einer Zivilinvalidität bringt zwar je nach Erkrankung keine direkten (finanziellen) Vorteile, wirkt sich aber positiv auf die Berechnung der Rente aus

In Südtirol wird im Unterschied zum Rest Italiens die Invaliditätsrente nach wie vor per Landesgesetz geregelt (Nr. 78 vom 21.08.78) und unterliegt dem Südtiroler Sanitätsbetrieb im Gegensatz zum Rest Italiens, wo es in die Kompetenz des Nationalen Fürsorge-Instituts, INPS-NISF, fällt. Die Anerkennung wird von einer rechtsmedizinischen Kommission festgestellt. Je eher die Zivilinvalidität festgestellt wird, desto eher greifen die damit vorgesehenen Maßnahmen. Anny Obergasser, Direktorin

des Patronats INCA der CGIL/ AGB, rät deshalb, sich sobald wie möglich an eines der Patronate zu wenden, um sich beraten und gegebenenfalls bei der Antragsstellung helfen zu lassen.

Vorteil einer Zivilinvalidität ist in den wenigstens Fällen eine Rente oder das Anrecht, das Auto auf Behindertenparkplätzen abzustellen, aber gerade bei Krebskranken kann sich aus der Summierung unterschiedlicher Beeinträchtigungen doch

ein Prozentsatz ergeben, der sich in vielerlei Weise positiv auswirken kann auch für jene, die keinen direkten Anspruch auf die Auszahlung einer Zivilinvalidenrente haben: Vorteile bei Ansuchen im öffentlichen Wohnbau (Rangliste), Ticketbefreiung, Arbeitsvermittlung, zusätzliche bezahlte Freistellungen und ab einer Zivilinvalidität von 74% pro Jahr zwei Monate zusätzlich für die Berechnung der Rentenansprüche. Die Ansprüche sind gemäß Invaliditätsgraden gestaffelt.

Voraussetzung für die Zuerkennung einer Zivilinvalidität ist, dass die zugrundeliegende körperliche Beeinträchtigung nicht durch Kriegs-, Arbeits- oder Dienstversehrtheit verursacht ist. Die Fürsorgeleistungen sind nicht einkommenssteuerpflichtig und sind im Todesfall nicht auf Hinterbliebene übertragbar.

Die Zivilinvalidenrente wird in 13 Monatsraten von der Agentur für soziale und wirtschaftliche Entwicklung ausgezahlt, sie unterliegt einer Einkommensgrenze und endet mit Erreichen des 66. Lebensjahres plus sieben Monate, anschließend geht sie als Sozialrente an das Nationale Fürsorgeinstitut NISF/ INPS über. Ergänzungs-, Begleit- und Sonderzulagen infolge von Zivilinvalidität unterliegen keiner Einkommensgrenze. Der Höchstsatz liegt bei Teil- bzw. Vollinvaliden, d. h. 74 – 99 % bzw. 100 % bei 435,00 Euro pro Monat. Vollinvaliden, Gehörlose und Sehbehinderte haben zusätzlich Anspruch auf Ergänzungs-, Begleit-, Kommunikations- bzw. Sonderzulagen.

Die Berechtigung auf Zivilinvalidität geht von einem Alter von 0 bis 18 und anschließend von 18 bis 65 plus 7 Monate. Voraussetzung für die Zuerkennung einer Zivilinvalidität sind: die (gerichts)medizinische Anerkennung der physischen Beeinträch-

tigung, die Ansässigkeit in Südtirol, die italienische oder EU-Staatsangehörigkeit. Nicht EU-Bürger müssen seit mindestens zwölf Monaten im Besitz einer Aufenthaltsgenehmigung sein.

Alle Zivilinvaliden haben das Recht auf kostenlose Facharztvisiten (im Bereich ihrer festgestellten Invalidität). Ab einer Zivilinvalidität von 34 % hat der Betroffene Anrecht auf Rückerstattung der Kosten für Prothesen und Hilfsmittel und erhält im Rahmen des geförderten Wohnbaus eine höhere Punktezahl.

Um einen Anhaltspunkt zu haben, einige Beispiele: Wer ein Auge verliert, hat Anrecht auf eine Invalidität von 33 %. Bei einer Krebserkrankung mit guten Heilungsaussichten und einer nur leichten Einschränkung der körperlichen Funktionen ist laut nationaler Tabelle eine Zivilinvalidität von 11 % vorgesehen, bei guten Heilungsaussichten und starker Beeinträchtigung der körperlichen Funktionen hingegen 70 %. Krebserkrankte mit unsicherer Prognose trotz chirurgischer Intervention erhalten eine Zivilinvalidität von 100 % zuerkannt. Nach einer Mastektomie hat die Betroffene Anrecht auf eine Zivilinvalidität von 34 %. Eine Entfernung der Gebärmutter im gebärfähigen Alter gibt Anrecht auf 25 %, eine beidseitige Eierleiterentfernung im

gebärfähigen Alter auf 35 %. Depressionen können je nach Schweregrad als Zivilinvalidität von 10 – 80 % eingestuft werden.

Ab 46 % Zivilinvalidität hat der Betroffene Anrecht auf geschützte Arbeitsvermittlung (Gesetz 482/68). Wer zu 50 % Zivilinvalid ist, hat Anrecht auf 30 zusätzliche Tage mit bezahlter Freistellung von der Arbeit (für Therapien bzw. Arztvisiten u. ä. m.). Ab einer Zivilinvalidität von 74 % und bis 99 % hat der Betroffene rentenrechtliche Begünstigungen, nämlich pro Jahr zwei Monate zusätzlich, die für die Berechnung der Höhe der Rente und das Erlangen des Rentenalters zählen. Ab dieser Marke können Betroffene je nach Einkommen Antrag auf Auszahlung einer Zivilinvalidenrente stellen, vorausgesetzt ihr Jahreseinkommen überschreitet nicht die Summe von 4.800,38 Euro. Bei Vollinvaliden liegt die Einkommensgrenze für die Auszahlung einer Zivilinvalidenrente hingegen bei 16.532,10 Euro. ●

Das INCA - Patronat der CGIL/ AGB

Das INCA - Patronat der CGIL/ AGB ist volumenmäßig das wichtigste italienische Patronat und steht in Italien jährlich mit mehr als 5 Millionen ArbeiterInnen in Kontakt, zudem mit 600.000 im Ausland lebenden Italienischen StaatsbürgerInnen. Zusammen mit dem Steuerdienst CAF, dem Streitfragenbüro, dem Einwandererschalter und dem Sicherheitsschalter ist es Teil des Dienstsystems der CGIL: Arbeitnehmer, Rentner, Bürger, Auswanderer und Einwanderer, sie alle können sich an die INCA - Schalter wenden, um Informationen über sämtliche Rentenversicherungsleistungen einzuholen, oder auch um Unterstützung bei den verschiedenen Möglichkeiten der Vorsorge sowie der Leistungen des Sozial- und Gesundheitswesens zu erhalten.

Das INCA - Patronat bietet Informationen, Unterstützung und Schutz auf verwaltungsrechtlicher Ebene und, wenn nötig, auch bei Gerichtsverfahren. Die Tätigkeiten des INCA-Patronats sind für jene, die sie in Anspruch nehmen, kostenlos.

Bozen	Triesterstraße, 70/a	0471 926545
	Piacenzastraße 54	0471 926404
Leifers	Kennedy-Straße, 265	0471 955177
Neumarkt	Rathausring, 44	0471 812305
Innichen	P.P. Rainer-Straße, 4	0474 913050
Brixen	Fallermayer-Straße, 9	0472 831498
Bruneck	Europastraße, 20	0474 370162
Meran	Otto Huber-Straße, 54	0473 203418
Schlanders	Hauptstraße, 30	0473 203430
Sterzing	Geizkofler-Straße, 12	0472 764236

Therapie im Garten

Der Bezirk Burggrafnamt - Meran startet ein Gartenprojekt mit Betreuung



Fotos: Dittmar Steinhilber

Auberginen, Paprikaschoten, Tomaten, Salat, Erdbeeren, Beeresträucher und auch der ein oder andere Obstbaum. Rigoros bio. Seit verganginem Frühjahr wartet ein Garten auf die Mitglieder des Bezirks Meran und möchte gejätet, gegossen und gehegt werden. Ein neues Projekt, zustande gekommen dank Berta Schiener, die das Grundstück zur Verfügung stellt und dank Dr. Peter Metzger, der die Betreuung übernommen hat.

Direkt vor dem Haus, wo der Garten liegt, befindet sich eine Bushaltestelle. Der Garten liegt in Obermais in der Valentinsstraße nur wenige Schritte entfernt von den Gärten von Schloss Trauttmansdorff. Aus genau diesem Grund hat der Bezirksvorsitzende Oskar Asam den 6. Mai als Datum für die Vorstellung des Gartenprojekts gewählt. Tag der offenen Tür für Menschen mit Behinderung und chronisch Kranke in den Gärten von Trautt-

mannsdorff. Um 9 Uhr wurde das Projekt im Garten vorgestellt, anschließend gingen die Mitglieder gemeinsam zum Eingang von Trauttmansdorff, wo um 10 Uhr der Tag der offenen Tür festlich eröffnet wurde.

Das Gartengrundstück von Berta Schiener ist rechteckig und liegt zwischen einer Straße und einem von Büschen gesäumten kleinen Wasserlauf, dessen sanftes Plätschern die Arbeit im Garten begleitet.

Im vorderen Bereich sind Beete angelegt, im hinteren Teil stehen einige Bäume auf einem Rasenstück, der ideale Platz für eine kleine Laube, Platz um ein paar Bänke und einen Tisch aufzustellen. Möglichkeiten der Gestaltung gibt es viele. Berta Schiener ist es wichtig, dass ihr Garten gepflegt wird und keine Wildnis daraus wird. Sie ist nicht mehr die Jüngste und schafft es nicht mehr alleine. Auf ihre Anzeige in der Zeitung hat sich Dr. Peter Metzger gemeldet. Der Arzt



Grün, gesund und biologisch

im Ruhestand ist seit seiner Jugend leidenschaftlicher Gärtner. Im Gespräch mit Oskar Asam ist dann die Idee für das Gartenprojekt geboren worden.

Der Garten ist in perfektem Zustand, sagt Metzger. „Super Erde, die richtige Mischung aus Licht und Schatten.“ Auf dem Hirzer hat er eine Hütte mit fünf Kälbern, deren Mist den Garten biologisch düngt. Metzger verbringt täglich eineinhalb bis zwei Stunden im Garten. Wer dazustoßen möchte, ist gebeten, sich im Büro der Krebshilfe anzumelden.

Gartenarbeit ist therapeutisch sagt der Arzt, der über 25 Jahre lang weltweit als Tuberkuloseberater unterwegs war, in Afrika, der Sierra Leone und in Thailand, in Moskau und im Kosovo. Zuletzt war er bis zu seiner Pensionierung im vergangenen Jahr für den Globalfund als Berater für Ebola tätig. Dr. Metzger stammt aus Südbaden und hat sich nun in Meran niedergelassen.

„Gartentherapie ist eine Mischung aus Ergo- und Physiotherapie, bei der aber auch soziale, physische und psychische Faktoren beteiligt sind.“ Die Erde bearbei-

ten, gießen und dem Wachsen der Pflanzen zuzusehen hat eine antidepressive Wirkung. Außerdem fördert das gemeinsame Arbeiten im Garten die Gemeinschaft mit anderen und das allgemeine Wohlbefinden, ebenso wie die frische Luft und der Kontakt mit Erde und dem Grün der Pflanzen.

An die zwanzig Mitglieder der Krebshilfe haben sich am 6. Mai eingefunden, um sich den Garten anzuschauen, nun hofft der Bezirk, dass sich auch viele an dem Projekt beteiligen. Der Vorstand in Meran bemüht sich sehr, immer wieder neue Aktivitäten zu organisieren. Nicht immer leicht, angesichts der Tatsache, dass Meran mit nur 850 Mitgliedern der kleinste Bezirk der Krebshilfe ist. Nur zum Vergleich: das Pustertal hat mehr als 2.750.

Ein weiteres Projekt, das Meran gerade am Ankurbeln ist, ist ein Fahrdienst für die Mitglieder, wie er z. B. im Unterland schon lange angeboten wird. Wer Zeit und Interesse hat, Betroffene zu Arztterminen, bzw. zu Therapien zu begleiten, ist gebeten, sich im Bezirksbüro zu melden. ●

Dr. Peter Metzger



Berta Schiener



Die Heilkraft des Wassers

Die Bezirke Eisacktal und Pustertal auf dem Kneipparcours mit Edith Huber

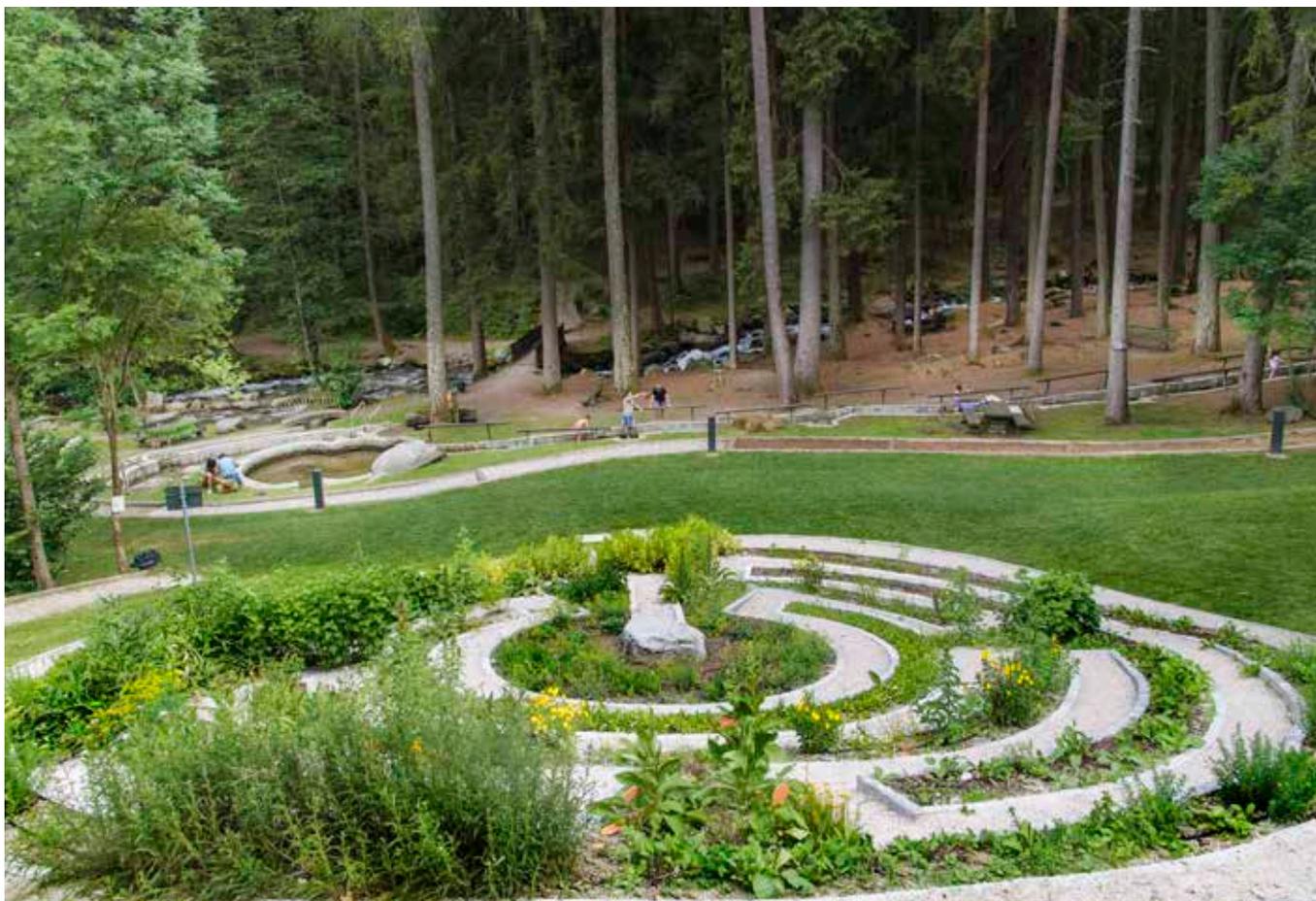


Foto: Otfmar Seehauser

Man kann es zuhause machen. In der Dusche, im Garten, in einem Bottich, in einem Bach, im Tau und sogar im Schnee. Alleine oder in Gesellschaft. Kneippen. Die Physiotherapeutin des Bezirks Eisacktal, Edith Huber, hat am 15. Juni in die Kneippanlage bei Vahrn geladen. Teilgenommen haben Mitglieder aus dem Bezirk Eisacktal und aus dem Pustertal.

Sebastian Kneipp (1821 – 1897) war nicht der Erfinder von kalten Güssen und Wechselbädern, schon bei den alten Römern und im Mittelalter war dies Praxis verbreitet, aber er hat es an sich selbst ausprobiert, seine Tuberkulose mit regelmäßigen Bädern in der eiskalten Donau geheilt und anschließend ein ganzes Kurprogramm daraus entwickelt.

Güsse und Wechselbäder härten den Körper ab, fördern den Stoffwechsel, helfen bei Kreislauf- und Durchblutungsbe-

schwerden, lösen Verspannungen und stärken das Immunsystem. Edith Huber ist ein Fan von Sebastian Kneipp und seinen Anwendungen. Sie selbst praktiziert täglich einige Anwendungen und ist überzeugt, dass diese Kuren auch ihren Patienten wohl-tun. Im vergangenen Jahr hatte sie einen Kneippnachmittag mit dem Bezirk Pustertal in der Kneippanlage Niederdorf veranstaltet, in diesem Jahr war es in Vahrn.

Bevor sie mit den 23 Teilnehmern den Parcours begonnen hat, stellte sie ihnen

Sebastian Kneipp und das Universum Kneipp vor. Der Priester, Hydrotherapeut und Naturheilkundige war überzeugt von der Heilkraft des Wassers und hat aus Bad Wörishofen, wo er ab 1855 Beichtvater und Hausgeistlicher des Dominikanerinnen-Klosters war, einen internationalen Kurort gemacht. In den ersten Jahren angefeindet und der Scharlatanerie bezichtigt, wurde Sebastian Kneipp bald in ganz Europa bekannt, Gesundheitsberater von Fürsten und 1893 behandelte er anlässlich einer Privataudienz sogar Papst Leo XIII.



Wassertreten und Armbäder

Seine Gesundheitslehre beruht auf fünf Säulen: Wasser, Ernährung, Heilpflanzen, Bewegung und Lebensführung, die im Prinzip die zehn internationalen Regeln zur Krebsvorsorge vorwegnehmen (gesunder Lebensstil und eigenverantwortliches Handeln).

Nach all der Theorie ging es dann auf den Parcours. Edith Huber zeigte die Anwendungen, führte vor, wie man Bein- und Arm- oder Gesichtsgüsse (gegen Kopfschmerzen) machen kann und führte die Gruppe dann zum Wassertreten. Kalte Armbäder, erklärte Edith Huber, seien der Kaffee der Naturheilkunde. Wichtig: Immer herz-fern, also mit dem rechten Arm beginnen. Ebenso wichtig ist es, kalte Güsse nicht anzuwenden, wenn der Körper kalt ist und man friert, bzw. wenn man einen Infekt, wie z. B. eine Blasenentzündung hat. Bei Bluthochdruck ist ebenso Vorsicht geboten. Kneippen, erklärte Edith, fördert die Sensibilität für den eigenen Körper. Gerade dies ist nach Krebserkrankungen oft ein Problem, sich selbst spüren.

Wichtig sei auch, kneippen mit Maß anzuwenden, eben auf den Körper zu hö-

ren und vielleicht statt gleich ins eiskalte Bachwasser zu steigen, am Morgen über den taunassen Rasen oder in der Wanne hin und her zu laufen. Oder erst warm beginnen und dann immer ein bisschen kälter werden. Die kalte Dusche zum Abschluss sollte eine Gewohnheit werden. Der Sommer, sagt Edith, „ist ideal zum Anfangen. Im Winter spürt man es dann gar nicht mehr!“

Wer ein Lymphödem hat und einen Stützstrumpf trägt, muss deshalb nicht auf das Kneippen verzichten. Der Arm oder das Bein können mitsamt dem Strumpf ins Wasser getaucht werden. Das gleiche gelte übrigens auch für den Aufenthalt am Meer, am See oder im Schwimmbad.

Die Zeit verging im Nu und zum Abschluss hatten die Vorsitzende Nives Fabbian und Sekretärin Carmen Richter noch frische Säfte und Kuchen vorbereitet. Jetzt heißt es, das Kneippen auch weiterhin anzuwenden. Kneippanlagen gibt es viele in Südtirol und ein Bottich Wasser oder ein Waschbecken tun es auch. Und nicht vergessen: Nach der Dusche immer kalt abbrausen!

Edith Huber zeigt wie es geht: Arm- und Beingüsse



Willkommen Sommer!

Gemeinsames Grillfest der Bezirke Vinschgau und Meran in Laas



„Wenn Engel reisen, wird sich das Wetter weisen“, begrüßte Roland Mair, der Pfarrer von Laas, die Mitglieder der Bezirke Vinschgau und Meran Burggrafenamt, die sich am 10. Juni zum gemeinsamen Grillen in Laas getroffen haben. Recht hatte er, der Tage hätte schöner nicht sein können. Strahlend blauer Himmel, ein angenehm kühlendes Lüftchen und strahlende Gesichter.

Schon zum dritten Mal haben sich die beiden Bezirke getroffen, um gemeinsam den Beginn des Sommers zu feiern. Vor zwei Jahren in Laas, vergangenes Jahr in Marling und nun wieder in Laas. Rund sechzig Mitglieder sind der Einladung gefolgt. Die Vinschger Gastgeber hatten in die Pizzeria St. Sisinus am Laaser Schwimmbad geladen. Simon Klotz, Pächter der Pizzeria, hatte der Krebshilfe kostenlos seine überdachte Terrasse zur Verfügung gestellt. Das Grill-Fleisch stammte aus der Metzgerei der ehemaligen Bezirksvorsitzenden Si-

grid Alber, dazu gab es Kartoffel- und Krautsalat sowie gegrilltes Gemüse. Der Magen will das Seine, aber die wichtigste Zutat des Zusammentreffens waren doch die gute Laune und die Freude am Zusammensein!

Den beiden Bezirksvorsitzenden Helga Wielander, Vinschgau und Oskar Asam, Meran, war die Freude über das gute Gelingen der Veranstaltung anzusehen. Sie legten Wert auf die Feststellung, dass Gemeinschaft und gegenseitiges Sich-Beistehen zu den Zielen der Krebshilfe

zählen. In Erinnerung an die verstorbenen Mitglieder wurde eine Kerze angezündet.

Große Freude bescherte den Teilnehmern der Blitzbesuch von Dr. Heinrich Stecher, stellvertretender Primar der Gynäkologie am Krankenhaus Schlanders und Liedermacher (s. eigenen Bericht, Anm. d. Red.). Er hatte Gitarre, Mikrofon und einen Verstärker mitgebracht und sang den Versammelten drei seiner selbstkomponierten „Korrnr-Lieder“ vor, bevor er sich verabschiedete, um zum



Arthur Werth, Alt-Pfarrer von Laas



Das Salatbuffet



Helga Wielander und Oskar Asam

nächsten Auftritt in Prad zu sausen. Auch der Bürgermeister von Laas, Andreas Tappeiner hatte die Zeit gefunden für einen Kurzbesuch, obwohl am selben Tag in Laas das Fest zum 175jährigen Bestehen der Musikkapelle über die Bühne lief. Eingeladen war auch der Alt-Pfarrer von Laas, Artur Werth, der den Versammelten Mitgliedern Gottes Segen wünschte.

Für die musikalische Begleitung des Treffens sorgte Helmut Halbeisen aus Stulz in Passeier mit seiner Ziehharmonika. Zusammen mit seiner Frau, beide sind Betroffene und Mitglieder der Südtiroler

Krebshilfe, hatte er erst im Mai in Passeier das Speck- und Knödlfest zugunsten der Krebshilfe organisiert und einen Spendenscheck in Höhe von 8.740 Euro an den Bezirksvorsitzenden Oskar Asam übergeben können.

Nachdem Essen dauerte es nicht lange, bis sich die ersten für ein Tänzchen erhoben, bzw. die Watten-Karten ausgepackt wurden. Am Nachmittag traten die Gäste dann mit dem Zug die Rückreise an und nächstes Jahr werden die Vinschger wieder in Meran erwartet.



Ein Tänzchen

Helga Wielander, BM Andreas Tappeiner und Rebekka



Helmut Halbeisen spielt auf



Arzt und Sänger

Dr. Heinrich Stecher, Überraschungsgast beim Grillfest in Laas

Strohhut, die Haare zum Doppelzopf gebunden, wasserblaue Augen, die ihr Gegenüber aufmerksam mustern. Das ist Heinrich Stecher. Pardon, Dr. Heinrich Stecher. Er ist nämlich nicht nur ein Musiker und Liederschreiber, sondern auch Vizeprimar der Abteilung für Gynäkologie am Krankenhaus Schlanders. Fast ein Doppelleben.

Dr. Heinrich Stecher war der Überraschungsgast des bezirksübergreifenden Grillfestes in Laas, an dem Mitglieder aus dem Vinschgau und dem Bezirk Meran – Burggrafenamt teilgenommen haben. Drei selbst vertonte „Kornrliadr“ hat er vorgetragen, dann musste er sich verabschieden, nicht ohne vorher viele seiner ehemaligen Patientinnen herzlich umarmt zu haben. Ein Gespräch am Rande.

Chance: Ein singender Arzt oder ein heilender Sänger? Wie sehen Sie sich?

Dr. Stecher: Zugegeben mit 18 war die Musik fast ein Berufswunsch, aber es ist besser wie es gekommen ist! In meiner Freizeit spiele ich in zwei Bands, Hagazussa (der Name der Zaunreiterin des Buches von Anita Pichler) und Emission. Mit der ersten spielen wir melodischen brasilianisch angehauchten Jazz, mit der zweiten schreiben wir sehr frei selbst Musik und arbeiten derzeit am Projekt „Kornrliadr“.

Chance: Drei dieser Lieder haben Sie beim Grillfest in Laas gesungen...

Dr. Stecher: Ich hatte wenig Zeit, aber es war mir ganz wichtig zumindest zum Grüßen zum Grillfest zu kommen. Viele der Teilnehmerinnen sind ja ehemalige Patientinnen von mir und mir ist der persönliche Kontakt wichtig.

Chance: Das konnte man an der gegenseitigen Herzlichkeit des Begrüßens auch nachvollziehen. Ihre Tätigkeit hat sich seit dem Inkrafttreten der Reform der Tumor-Chirurgie wesentlich geändert...

Dr. Stecher: Sicher. Schlanders ist ein Peripherie-Krankenhaus, wir kommen nicht auf die von der Zertifizierung geforderten Zahlen. Natürlich bedauere ich es sehr, dass ich keine onkologischen Eingriffe

mehr durchführen kann. Eine Brustoperation ist meiner Meinung nach auch nicht so ein wahnsinnig komplizierter Eingriff, dass er diese großen Nummern rechtfertigt. Aber bitte, das ist meine persönliche Meinung. Ich habe seinerzeit die Reform kritisiert und stehe auch heute noch dazu. Ich denke, dass man in der Medizin nicht alles nach verwaltungstechnischen Kriterien beurteilen und organisieren kann. Da gibt es mehr...

Chance: Sie sind aber am Krankenhaus Schlanders geblieben!

Dr. Stecher: Ich bin geblieben, weil ich in einem so klein strukturierten Krankenhaus doch mehr Freiheit und auch die Möglichkeit habe, einen persönlichen Kontakt zur Patientin aufzubauen. Es ist mir wichtig, die Patientin leiten zu können. Fließband-Medizin, die auf Zahlen anstelle von Menschen blickt, interessiert mich nicht! Für mich ist ein Krankenhaus keine Fabrik, wo ich irgendwelche Schrauben auswechsle und festziehe. Für mich sind große Fallzahlen nicht automatisch ein Ausdruck von Qualität.

Chance: Wenn Sie frei nach Martin Luther Kings „I have a dream“ ihre ganz persönliche Vorstellung von Medizin realisieren könnten, wie sähe das aus?

Dr. Stecher: Wie bereits gesagt, zählt für mich der persönliche Kontakt zu den Patientinnen. Sich Zeit für sie zu nehmen, ihnen zuzuhören, hinter die Fassade zu schauen, zu erkennen, was für ein Mensch sie sind. Mich ihrer annehmen. Das ist mir wichtig. Ebenso wie die Möglichkeit, die Patientin mit komplementärmedizinischen Maßnahmen zu begleiten und zu unterstützen.

Chance: Das, was die Abteilung für Komplementärmedizin in Meran macht...



Barde und Arzt, Dr. Heinrich Stecher

Dr. Stecher: Ja. Das ist sehr gut. Nur dass es diese Abteilung eben nur in Meran gibt. Was machen aber die Patienten im Pustertal oder im obersten Vinschgau oder in Salurn? Die können sich nicht einfach schnell eine Nadel setzen lassen, bevor sie an die Transfusion für die Chemotherapie gehängt werden. Und oft sind sie während der Chemotherapie zu schwach, um die Reise nach Meran anzutreten. Ideal wäre es in jedem Krankenhaus einen komplementärmedizinischen Dienst aufzubauen, so dass wirklich jeder Patient die Möglichkeit hat, diese Therapien zu erhalten. Mein Traum wäre eine individuelle Patientenbetreuung, bei der nicht so starr auf den engen Zeitplan geachtet werden muss und vermehrt auf die komplexen Bedürfnisse der Patienten eingegangen werden kann. ●

Der Joker

Antonino Brillante geht überall dort zur Hand, wo es ihn braucht

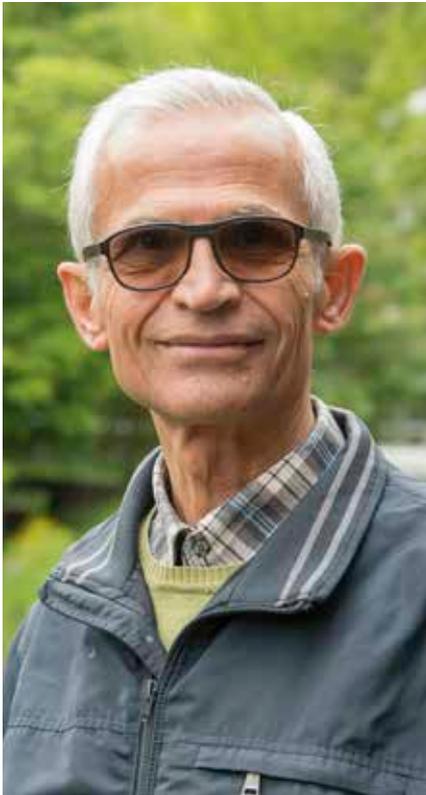


Foto: Ottimur Seehauser

Er ist ein Joker. Überall, wo Not am Mann ist, hilft er aus. Unterlagen von Bozen nach Meran oder nach Brixen bringen? Kein Problem. Antonino macht's. Eine Betroffene zu einer Visite ins Krankenhaus begleiten? Antonino anrufen. Material für den Flohmarkt einsammeln? Antonino hilft. Helfen und nützlich sein, sind ihm ein Bedürfnis, aber gleichzeitig sagt er auf diese Weise Danke. Die Krebshilfe war auch ihm ein Rettungsanker im Sturm!

hn kann so leicht nichts aus der Ruhe bringen. So scheint es zumindest. Antonino Brillante ist ein ruhiger Mann, höflich, zurückhaltend und hilfsbereit, er ist friedliebend und mit ihm streiten ist unmöglich. Im Januar hat er im Familienkreis seinen siebzigsten Geburtstag gefeiert. Antonino ist fit, es geht ihm gut und solange er es kann, möchte er zur Stelle sein, wo es ihn braucht.

Sein Leben war nicht immer leicht. Mit 19 ist er aus Nocera nach Südtirol gekommen. Im Polizeidienst war er damals. Später hat er bei einer Baufirma als Fahrer gear-

beitet. Seit Januar 2000 ist er in Pension. Ein Jahr vorher ist seine Ehe zerbrochen. Eine schwere Zeit, die ihn sehr belastet hat.

Krebsvorsorge hat er immer sehr ernst genommen. Nachdem er in Pension war, ist sein PSA-Spiegel angestiegen. Jedes Jahr ein wenig mehr. 2004 kam dann die Diagnose: Prostatakrebs. Die Krankheit stellte ihn auf eine harte Probe. Er glitt in eine schwere Depression. „Ich habe Hilfe bei der Krebshilfe gefunden“, sagt er heute zurückblickend. „Dank der Gemeinschaft und dank meines starken Willens habe ich diese Zeit überwunden und wieder ange-

fangen zu leben!“ Die Krebshilfe ist ihm eine zweite Heimat geworden.

Helfen zu können, lässt ihn sich nützlich fühlen. Die Hälfte seiner Zeit stellt er der Krebshilfe zur Verfügung, die andere nutzt er, um seiner Leidenschaft nachzugehen: Südtirol bereisen. In Begleitung von einigen Freunden nimmt er den Bus und fährt im Land umher. Besichtigt Kirchen, Museen, Dörfer und Städte. „Südtirol ist wunderschön“, schwärmt Antonino. „Ich habe hier mein kleines Paradies gefunden!“ ●

Laufen und helfen

Zwei Benefizläufe für die Krebshilfe im Oberpustertal



Ida Schacher mit Hansjörg Mittich

Der Ober-Pustertaler Benefizlauf, 14 Kilometer Schluderbach bis nach Toblach, ist einer der Höhepunkte des Jahresprogramms des Bezirks Pustertal. In diesem Jahr gab es zum ersten Mal nicht nur einen Benefizlauf zugunsten der Krebshilfe, sondern zwei, innerhalb von einer Woche.

Gianni Poli, Ex-Marathonläufer, der erste Italiener, der diese Disziplin in weniger als 2 Stunden und 10 Minuten zurücklegte und 1986 Gewinner des New York Marathons, veranstaltet jedes Jahr das Rennen Cortina Dobbiaco. Im Rahmen dieses Ereignisses, an dem Läufer aus aller Welt an den Start gehen, wird jeweils am Vortag ein 8,5 km langer Benefizlauf rund um den Toblacher See veranstaltet. Bis zum vergangenen Jahr ging der Erlös dieser Veranstaltung an die beiden Vereinigungen mamazone und DEBRA (Schmetterlingskinder), in diesem Jahr bot Gianni Poli der Landesvorsitzenden der SKH, Ida Schacher, die auch Bezirksvorsitzende des Pustertals ist, die Beteiligung an. Ida Schacher fasste die positive Botschaft der beiden Veranstaltungen in einem auch gerade angesichts des strahlenden Himmels passenden Zitat von Phil Bosman zusammen: „Mit jedem guten Menschen, der auf der Welt lebt, geht eine Sonne auf.“

Chance: Das waren zwei intensive Wochenende im Juni für den Bezirk Pustertal?

Ida Schacher: Das kann man wohl sagen. Der Cortina – Dobbiaco – Lauf oder wie wir ihn nennen Poli – Lauf, nahm uns an drei Tagen in Anspruch. Gianni Poli hat uns auf dem Start-Gelände ein Zelt zugewiesen, wo wir Prospekte auslegen, über die Arbeit der Krebshilfe informieren und auch Einschreibungen für den kleinen Lauf und unseren großen Lauf entgegennehmen konnten.

Chance: Das heißt die Freiwilligen und auch Sie waren entsprechend gefordert?

Ida Schacher: Ja natürlich, wir mussten Präsenz zeigen, aber es war wirklich eine ganz tolle Veranstaltung. Eine Superstimmung. Am Start des großen Laufs waren 4.200 eingeschriebene Läufer von denen 3.760 ins Ziel gekommen sind.

Chance: Los ging es schon am 2. Juni, am Staatsfeiertag?

Ida Schacher: Genau, da stand die Veranstaltung „Camminando e gustando“ auf

dem Programm. Start war am Grand Hotel bis zur Biathlon-Arena. Dort gab es Frühstück. Dann weiter bis zum Toblacher See, wo den Teilnehmern Halbmittag serviert wurde und schließlich bis zum Dürsee, wo es Mittagessen gab. Ganz toll gekocht von Chris Oberhammer.

Chance: Und am Samstag dann der Poli-Lauf zugunsten der Krebshilfe?

Ida Schacher: Genau. Am Vormittag gab es den Kinderlauf, 320 Kinder ha-





Warten auf das Startsignal in Schludersbach.



Die Kinder freuen sich über die süße Medaille.

ben sich beteiligt. Um 16.30 fiel dann der Startschuss für den 8,5 km langen Polilauf. Immerhin 180 Teilnehmer, Männer, Frauen und Kinder. Bunt gemischt. Und am Abend gab es eine große Open-Air-Veranstaltung am Dorfplatz.

Chance: Mit dem Lauf war ja eine Spendenaktion verbunden. Wieviel konnte die Krebshilfe denn einnehmen.?

Ida Schacher: Dank der Spenden der Läufer kamen 2.780 Euro für unsere Arbeit im Bezirk zugunsten der Betroffenen zusammen. Dazu kommen noch 700 Euro von den Gsieser Bäuerinnen, die Strauben gebacken und für die Krebshilfe verkauft haben. Und Gianni Poli hat uns alles, was übriggeblieben ist, Wasser, Obst usw. zur Verfügung gestellt für unseren traditionellen Pustertaler Lauf am darauffolgenden Samstag.

Chance: Kaum erholt vom Marathon-Wochenende ging es gleich weiter?

Ida Schacher: Natürlich waren wir schon seit Wochen vorher am Organisieren für den Ober-Pustertaler Lauf, aber die letzte Woche war natürlich noch viel zu tun.

Chance: Der Lauf lief nach bewährter Manier ab?

Ida Schacher: Ja, es war unsere 14. Ausgabe. Am frühen Nachmittag der Kinderlauf von der Rienz ins Dorfzentrum und dann um 15 Uhr der Start in Schludersbach. Entlang der Strecke hatten wir Stände mit Wasser und Obst für die Teilnehmer, Läufer und Geher. Es waren über 200 in diesem Jahr. Stahlbau Pellegrini, Tecno Fenster sowie die Raika Toblach haben uns die T-Shirts für die Teilnehmer gespendet. Von

Harry's Konditorei haben wir die süßen Medaillen bekommen und am Abend gab es ein großes Fest im Zentrum von Toblach. Wie immer hatten uns die Jäger das Fleisch zur Verfügung gestellt. Die Mitglieder des Luchs-Vereins grillten, im Zelt spielte die „Toblinga Böhmishe“. Es war ein tolles Fest für das ganze obere Pustertal. Es hat einfach alles gepasst. Und die Bereitschaft von so vielen Menschen, sich für andere einzusetzen und die Freude, mit der alle ins Ziel kommen, ist immer wieder eine große Freude und eine Bestätigung für unsere Arbeit! Wir konnten um die 12.000 Euro einnehmen für die Krebshilfe.

Chance: Ein Marathon in jeder Hinsicht!

Ida Schacher: Das kann man wohl sagen. Und nach diesen zwei *Folgt >*

Gemütlich ins Ziel



Die Jugendgruppe des Weißen Kreuzes





Die schnellsten Damen im Ziel mit Ida Schacher



Jeder Teilnehmer ist ein Sieger!



Im Ziel des Dobbiaco Cortina Run 2017



Fleißige Helfer

> Wochenenden waren wir wirklich müde! Aber auch überglücklich über das gute Gelingen und wir danken allen von Herzen, die uns geholfen und uns unterstützt haben. Ganz besonders allen, die mitorganisiert haben und die mitgelaufen sind!

Chance: Fast hätten wir es vergessen! Wer hat den Oberpustertaler Benefizlauf denn gewonnen?

Ida Schacher: Die schnellsten Herren waren Alfred Mair, Günther Strobl und Lukas Walder. Bei den Damen siegte Ju-

lia Kuen vor Karin Burgmann und Thea Schwingshackl. Sie alle wurden mit einer Torte prämiert. Bei den Gehern war Herbert Beikircher der Schnellste. Bei den Damen kamen gleich drei auf das Siegerpodest: Elisabeth Sinner, Silvia Feichter und Kerstin Huber. ●

Nach der Anstrengung wird gefeiert



Eine Torte für die Schnellsten



Run for Life

Erste Ausgabe des weltweiten Solidaritätslaufes am 2. September in Neumarkt

Kinder, Erwachsene jeden Alters, junge und junggebliebene, Athleten und Sonntagsläufer sind am 2. September an den Start des ersten Südtiroler Run for Life geladen. Der Erlös der Veranstaltung geht an die SKH und an das Kinder-Palliativ-Projekt des Lions-Clubs.

Patin der weltweiten Solidaritätsveranstaltung, die 2001 ihren Lauf genommen hat, ist die bekannte Skirennläuferin Isolde Kostner. Sie lädt alle ein, sich an diesem Lauf zu beteiligen, um einen netten Tag bei Sport und Spaß zu verbringen und gleichzeitig jenen eine Hand zu reichen, deren Leben von der Krankheit Krebs gezeichnet ist.

Die Einschreibgebühr für die Läufer beträgt 15 Euro. Jene der Kinder (bis 14 Jahre), geht zur Gänze an das Lions Kinder-Palliativ-Projekt, jene der Erwachsenen Teilnehmer an die Südtiroler Krebshilfe, die gemeinsam mit dem Organisationskomitee des Südtiroler Businesslaufs, mit Vertretern von Lions sowie mit der Gemeinde Neumarkt die Veranstaltung organisiert.

Start ist am 2. September um 11 Uhr am Hauptplatz in Neumarkt. Der Volkslauf bzw. Marsch geht über drei Kilometer, die Kinder

legen eine Strecke von 800 Metern zurück und wer mit dem Fahrrad antreten möchte, hat fünf Kilometer zu bewältigen. Es wird keine Zeit genommen, Ziel des Events ist laut den Veranstaltern weder die sportliche Höchstleistung noch der Kampf gegen die Uhr, sondern Spaß an der gemeinsamen Sache und die Solidarität mit den betroffenen Menschen.“

Die Veranstalter hoffen auf viele Teilnehmer, tausend wäre ein Traum, der hoffentlich in Erfüllung geht. Rund um den Lauf gibt es ein Volksfest, es spielt Til Tanga aus Pfalzen.

Infos & Einschreibung unter

www.runforlife.eu, info@runforlife.eu oder im Bezirksbüro der Südtiroler Krebshilfe Überetsch - Unterland, tel. 0471 820466, ueberetsch-unterland@krebshilfe.it.



Mariangela Berlanda mit Organisator Alfred Monsorno

Weitere Informationen auch auf der Webseite des Lions-Clubs Neumarkt, www.lions-egna-neumarkt.it.

Keine telefonischen Spendenanrufe



Des Öfteren wird uns mitgeteilt, dass Menschen per Telefon kontaktiert werden, um eine Spende für Krebspatienten zu erbitten. Wir weisen darauf hin, dass diese Aufrufe nicht von der Südtiroler Krebshilfe getätigt werden!

Die Südtiroler Krebshilfe nimmt ausschließlich freiwillige Spenden

per Banküberweisung an, sie unternimmt weder Telefonaktionen noch geht sie von Tür zu Tür, um Spenden zu sammeln.

Unsere SpenderInnen schenken uns nicht nur ihr Geld, sondern auch ihr Vertrauen.

Ihren Erwartungen wollen wir gerecht werden und halten daher strenge ethische Grundsätze für die Verwendung der Spendengelder ein.

Die Südtiroler Krebshilfe verfügt über das Gütesiegel „Sicher Spenden“. Dieses garantiert, dass alle Spenden dort ankommen, wo sie gebraucht werden, und nicht in einen unkontrollierten Verwaltungsaufwand fließen.



Symphoniemusik vom Feinsten

Benefizkonzert des Oberstufen-Orchesters der Rudolf-Steiner-Schule Basel



Klassisch, melodisch, rhythmisch, sakral und am Schluss kernig – so präsentierte sich das Benefizkonzert des Oberstufen-Orchester der Rudolf Steiner Schule Basel mit Werken von F. Schubert, K. Jenkins, E. Bloch, J. Haydn u. J. Sibelius am vergangenen 22. April im Grand Hotel Toblach.

Vorausgegangen war dem Konzert eine intensive Probezeit in der Pension Sonnenhof in Natz – Schabs. In der Rudolf Steiner Schule wird Musikerziehung großgeschrieben. Krönender Abschluss jedes Schuljahres ist die Probezeit. Jedes Mal an einem anderen Ort, in einem anderen Land und nach zehn Tagen intensiven Übens, Musizierens und Gemeinschaft-Erlebens präsentieren die Jugendlichen das Ergebnis ihrer Arbeit.

Reisen führten das Orchester durch weite Teile Europas, u.a. Polen, Griechenland, Frankreich, Belgien, Schweden, Tschechien und Deutschland. Konzerte in der Kathedrale von Carcassonne oder im Dom der schwedischen Stadt Örebro standen dabei ebenso auf dem Programm wie nun das Konzert im Grand Hotel in Toblach.

Die Musiker sind Schüler im Alter von 15 bis 18 Jahren, 9. bis 12. Klasse. Der Eintritt des Konzerts in Toblach war frei, es wurde um Spenden zugunsten der Krebshilfe gebeten. Eingenommen wurden dabei 1.346,95 Euro. Die Präsidentin der Südtiroler Krebshilfe, Ida Schacher

war begeistert von der Aktion und von der Bravour der Schüler. Schade, dass nur zweihundert Personen diese Gelegenheit

wahrgenommen haben, klassische Musik in jugendlicher Interpretation und höchster Qualität zu hören.



Krönender Abschluss des Schuljahres an der Rudolf Steiner Schule Basel: Das Benefizkonzert

Wie das Leben so spielt!

Dr. Guido Mazzoleni in der Rolle Oswald von Wolkensteins



Dr. Guido Mazzoleni, seit 2009 Primar der Abteilung für pathologische Anatomie und Histologie ist für einen Dokumentarfilm von Klaus Romen und Claudia Schenk in die Rolle des Minnesängers Oswald von Wolkenstein geschlüpft. Gezeigt wurde der Film im Sender Bozen am Pfingstmontagabend, im Mai wurde er dem Publikum im Filmclub vorgestellt.

Chance: Vom Primar zum Schauspieler? Wie geht das?

Dr. Mazzoleni: Ein Zufall. Ich habe seit vielen Jahren Klavierunterricht am Istituto Musicale in Bozen. Danach gehe ich mit meinen Lehrern einen Aperitif trinken. Anfang letzten Jahres trafen wir dabei Klaus Romen, den Regisseur des Wolkenstein-Films, Marco Facchin mein Musik-Harmonie-Lehrer schrieb ja die Musik für den Film. Und irgendwann sagte Klaus: „Kannst Du mal bitte das rechte Auge zukneifen.“ Und dann rief er aus: „Perfekt, das ist er!“

Chance: Oswald von Wolkenstein?

Dr. Mazzoleni: Genau. Er stellte sich vor, erklärte mir das Warum des Ganzen und er fragte mich, ob ich Interesse hätte, an einer Filmproduktion mitzumachen. Er sprach von sechs Wochenenden.

Chance: Und sie nahmen sofort an?

Dr. Mazzoleni: Nun ja, ich war natürlich überrascht, schließlich wird man nicht jeden Tag beim Aperitif für eine Hauptrolle

engagiert und ich war natürlich auch sehr neugierig. Warum nicht, dachte ich mir.

Chance: Der Film erzählt in Retrospektive das Leben des Südtiroler Minnesängers und Ritters im 15. Jahrhundert aus der Sicht eines heutigen Musikers, der sich auf die Spuren Oswalds setzt. Nebenbei war Oswald ja nicht unbedingt das, was man einen positiven Helden nennt.

Dr. Mazzoleni: Nun ja, er war ein wilder Kerl. Ein Haudegen und Halunke, der seine eigene Familie beraubte, er war Berater von König Sigismund, pilgerte nach Santiago de Compostela, kämpfte gegen die Mauren und hatte zahlreiche Liebesabenteuer. Außerdem schrieb er Lieder und Gedichte über seine Abenteuer, die bis heute überdauert haben.

Chance: Kannten sie Oswald von Wolkenstein vorher?

Dr. Mazzoleni: Den Namen natürlich, aber viel mehr auch nicht. Die Dreharbeiten waren ein Anlass mich mit dieser

schillernden Persönlichkeit auseinanderzusetzen.

Chance: Wie wurden sie Oswald?

Dr. Mazzoleni: Mit viel Geduld und dank des Könnens der Maskenbildnerin. Es blieb natürlich nicht bei ein paar Wochenenden. Das Ganze war ziemlich zeitintensiv. Auch die Maske dauerte jedes Mal über eine Stunde, bis das Auge kunstgerecht zugeklebt war.

Chance: Sie spielen Oswald, aber sie rezitieren nicht. Wie war es, als sie sich im Filmclub auf der Leinwand sahen?

Dr. Mazzoleni: Schon ein seltsames Gefühl. Ein klein wenig enttäuschend auch. So viel Zeit und dann ist in 45 Minuten alles vorbei. Es wurden natürlich viele Szenen geschnitten. Aber eine tolle Erfahrung! ●

„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

BOZEN SALTEN SCHLERN

▼ Erfolgreiche Rosenaktion

Die Rosenaktion der Südtiroler Krebshilfe Bozen Salten Schlern war auch dieses Jahr wieder ein großer Erfolg.

In vielen Dörfern und Kirchen des Saltens, des Schlerngebiets und in der Stadt Bozen konnten mit dem Verkauf von Rosen viele Spenden für Tumorkranke gesammelt werden.

Viele freiwillige Helfer unterstützten die Aktion tatkräftig. Die Vorsitzende, Monika Gurschler, dankt allen Helfern für ihre tatkräftige Unterstützung.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“



◀ Kulturausflug nach Dorf Tirol

Der Ausflug nach Dorf Tirol war gekrönt von einer herrlichen Aussicht zu den verschneiten Bergen und einem wolkenlosen Himmel. In Dorf Tirol angekommen, ging es 20 Minuten zu Fuß zum Schloss Tirol. Die Führung gab einen Einblick in Geschichte und Entstehung dieses für (Süd)Tirol bedeutungsvollen Schlosses. Besonders die Marmorskulpturen und die herrlichen Fresken wurden von den Teilnehmern bewundert.

▶ Nach der Besichtigung gab es Mittagessen im Hotel Sonne. Im Anschluss brach die Gruppe nach Riffian ins Passeiertal auf zum Wahlfahrtsort " wo Hochwürden Ungerer eine kleine Andacht hielt. Anschließend gab es noch ein Zusammensein in einem Gasthof in Riffian bevor es gegen fünf zurück nach Bozen ging.



▶ Schreibwerkstatt

Einen besonderen Nachmittag verbrachte die Schreibwerkstatt des Bezirks Bozen am Zusammenfluss von Talfer und Eisack. Das Gesicht in der Sonne, dem Wasser zuhören und versuchen das Geräusch zu beschreiben, war die nicht ganz leichte, aber faszinierende Aufgabe, die jede Teilnehmerin auf ihre ganz eigene Weise löste. Im Herbst geht es weiter. Nicht nur schreiben, sondern auch lesen und zuhören gehören zur Schreibwerkstatt.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

MERAN - BURGGRAFENAMT

▼ Bewegungsturnen

Zum Abschluss wird gefeiert und im Herbst geht es weiter.



▼ Frühlingsfahrt

Am 18. Mai traf sich eine große Gruppe, um mit zwei Bussen die schöne Stadt Mantua zu besichtigen.

Es war ein wunderschöner und sonniger Tag. In Mantua angekommen wurden wir bereits von den einheimischen Stadtführern erwartet. Eine gute Stunde wurde die Stadt mit ihren zahlreichen Sehenswürdigkeiten besichtigt.

Im Anschluss gab es ein leckeres Mittagessen.

Vor der Heimfahrt wurde noch ein kurzer Zwischenstopp in Lazise eingelegt.

Rundum zufrieden kehrten alle am Abend nach Hause zurück. ▼



▼ Pseirer Speck- und Kneidfest

Am 21. Mai fand zum 2. Mal das Pseirer Speck- und Kneidfest zugunsten der Südtiroler Krebshilfe Bezirk Meran Burgrafenamt statt. Bei sonnigem und heißem Wetter wurde zu köstlichen Knödelgerichten aller Art fleißig musiziert.

▼ Zudem wurden 2 Bilder versteigert, wobei eines von der Künstlerin Sigrid Gufler direkt während des Festes gemalt wurde. Den Veranstaltern sei herzlich für ihren Einsatz gedankt.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“



▶ Grillfest ▶

Am 10. Juni fand in Laas in der Pizzeria St. Sisinus das bereits traditionelle Grillen mit dem Bezirk Vinschgau statt. Das warme Wetter, das gute Essen und die zahlreichen Teilnehmer trugen zum erfolgreichen Gelingen der Veranstaltung bei.



▶ Sommercamp der Bewegungstherapie

Die Bewegungstherapie Meran hat zum Abschluss der Saison zum ersten Mal ein Wochenende organisiert. Ziel waren der Ultnerhof und für das Training das Lärchenheim in St. Gertraud in Ulten.

Auf dem Programm standen zwei Trainingseinheiten, eine Wanderung und Hüttenzauber. Das erste Power-Training, ein Bootcamp, war der militärischen Ausbildung nachempfunden. Schweißgebadet und ausgepowert, aber von Glückshormonen beflügelt, wurden die Mädels mit Trainerin Valentina Vecellio anschließend von Zita und Loris zum Nachmittagsbrunch mit Spezialitäten aus Wald und Wiese eingeladen.

Am Abend gab es dann ein raffiniertes Diner, Showeinlagen und gute Stimmung. Am nächsten Tag stand gleich um 7.30 Uhr vor dem Frühstück der Sonnengruß mit Pilates-Einlage auf dem Programm. Anschließend ging es zur Fiechter-Alm: Zwei Stunden Wanderung in einer sagenhaften Naturkulisse. Am Fischersee auf 2.096 m lösten Valentina und Isabella eine Wette ein: Köpfcchen in das Wasser und Füßchen in die Höh! Und das bei klirrenden 8 Grad Wassertemperatur!! Die anderen beließen es bei einem erfrischenden Fußbad.

▶ Am Abend gab es noch eine krönende Abschiedsparty dieses wundervollen Tages.



▶ Rosenaktion

Rosenaktion im Krankenhaus Meran.

„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

EISACKTAL

Malen und entdecken ▶

Die Gruppe trifft sich zur Maltherapie im Frühjahr und im Herbst jeden zweiten Freitag, mit dem bildenden Künstler Hartwig Thaler aus Brixen.



Nicht vergessen!
Landesmitgliederausflug
am Samstag,
23. September nach Ritten

Eine Rose für das Leben ▶

Verkaufstand am Ostersonntag am Brixner Domplatz.



Verpacken der Rosen in Brixen ▶

Am Karfreitag wurden in der Gärtnerei Auer in Brixen die Rosen für den Ostersonntag verpackt.

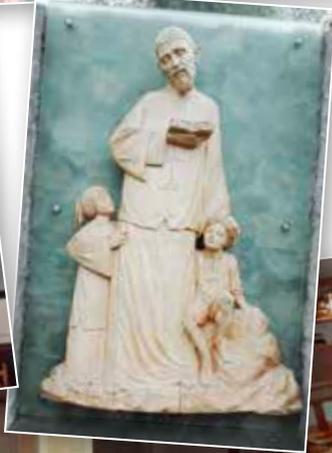


Ostermarkt

Dank vieler fleißigen Hände wurde der Ostermarkt wiederum ein großer Erfolg. Der Reinerlös kommt den ordentlichen Mitgliedern der Südtiroler Krebshilfe zugute.

▼ Frühlingsausflug nach Oies ▶

Am Samstag 20. Mai fand unser Frühlingsausflug nach Oies statt. Dort angekommen feierten wir die heilige Messe und anschließend besuchten wir das Geburtshaus des heiligen Josef Freinademetz. Nach der Besichtigung gingen wir gemeinsam ins Gasthaus San Leonardo, wo uns ein leckeres Mittagessen erwartete.



▼ Kreativmarkt Brixen

Verkaufsstand beim Kreativmarkt in der Trattengasse in Brixen mit Ilaria und Maria.



▼ Bewegung mit Musik „Rio Abierto“

Die Gruppe traf sich von Januar bis März jeweils am Montag unter der sympatischen Leitung von Christina Hofer. Die Teilnehmer waren alle sehr begeistert und freuen sich schon auf den Herbstkurs, der im September startet.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

PUSTERTAL

SEKTION OBERPUSTERTAL

Amadeus, das Prachtexemplar! ▶

Amadeus brachte bei der Versteigerung für den Bezirk Pustertal die stolze Summe von 10.396,98 Euro ein. Danke dem Viehvermarktungskonsortium, der Aspiag und dem Spender Ferdinand Seiwald!



Erste-Hilfe-Kurs ▼

Für den Ernstfall gewappnet sind nun die Teilnehmer am Erste-Hilfe-Kurs von Toblach. Danke dem fachkundigen Referenten Martin Stauder.



Vortrag mit P. Martin Lintner ▼

Eine nachdenkliche Zuhörerschaft beim Vortrag zum Thema: Ethische Fragen in Krankheit und am Lebensende von P. Martin Lintner OSM. Vielen Dank für das rege Interesse am Vortrag und vielen Dank für den sehr ansprechenden Vortrag an den Referenten P. Martin Lintner!



Spende vom Sport- und Freizeitverein Yusuf ▶

Am 7. und 8. Jänner 2017 fand in der Sportzone von St. Martin in Gsies ein Lattlschießen statt. Dazu geladen hat der Sport- und Freizeitverein Yusuf. Aus den Händen der Organisatoren konnte die Präsidentin der Südtiroler Krebshilfe Ida Schacher im April einen Scheck mit der stolzen Summe von 2.243,92 Euro entgegennehmen. Von ganzem Herzen danke!



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“



Benefizkonzert mit dem Jugendsinfonieorchester der Rudolf Steiner Schule Basel

Die jungen Musikanten von der Rudolf Steiner Schule Basel haben alle Zuhörer hellauf begeistert. Vielen Dank den Organisatoren und vielen Dank vor allem den Musikanten und Musikantinnen für den schönen Abend!



Kreuzweg nach Aufkirchen

Seit vielen Jahren bereits Tradition ist der Kreuzweg nach Aufkirchen in der Fastenzeit.



Eine Blume für das Leben

Zum Festtag am 15. August werden wieder gesegnete Kräutersträußchen nach den Gottesdiensten im Oberpustertal an die Kirchgänger verteilt! Danke an alle Spender und Spenderinnen!



Almhüttenfest in Winnebach

Termin bitte vormerken: am Sonntag, 20. August mit Beginn um 10.00 Uhr findet wieder das traditionelle Almhüttenfest in Winnebach bei der Wegfeldhütte statt!

Folgt >

„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

> PUSTERTAL

SEKTION OBERPUSTERTAL

Die Firmgruppe zu Besuch

Im Rahmen der Vorbereitung auf das Sakrament der Firmung hat sich eine Gruppe von Firmlingen mit der Präsidentin Ida Schacher getroffen, sich über die Arbeit der Südtiroler Krebshilfe informiert und eine Spende überreicht! Vielen Dank, liebe Firmlinge!



Sextner Schüler und Schülerinnen sammeln fleißig Stöpsel

Die Schüler und Schülerinnen von Sexten haben fleißig Plastik-Stöpsel gesammelt. Die Übergabe an den „Club Frece Tricolori“ und an die Südtiroler Krebshilfe wurde für die fleißigen Sammler zu einem aufregenden Fest!



AGENDA

Vortrag mit Primar Dr. Steinkasserer

Ankündigung Vortrag mit Primar Dr. Steinkasserer am Donnerstag, 21. September zum Thema:

Vorsorge – Früherkennung,

Frauengesundheit heute
Primar Dr. Steinkasserer referiert über die aktuell empfohlene Gesundheitsvorsorge und Gesundheitsbetreuung für Frauen von der Zeit der Pubertät bis zu den Wechseljahren.



Walderlebnistag vom Forstinspektorat Welsberg

Zu einem ganz besonderen Walderlebnistag hat das Forstinspektorat Welsberg unsere jungen Patienten eingeladen. Ein unvergesslicher Tag und ein wunderbares Geschenk für die Kinder und ihre Eltern. Von ganzem Herzen DANKE den Mitarbeitern des Forstinspektorats!



SEKTION UNTERPUSTERTAL

Rosenaktion

Die Rosenaktion ist jedes Jahr unsere größte Veranstaltung. Am Karfreitag helfen uns viele Freiwillige beim Verpacken der Rosen in der Gärtnerei Mahlknecht in Bruneck. In den Pfarreien der Sektion Unterpustertal konnten heuer wieder 15.600 Rosen verkauft werden. Wir bedanken uns bei allen Helferinnen und Helfern und bei den großzügigen Käufern!



Scheckübergabe Haarstudio

Das Haarstudio Mayr aus Bruneck hat langes Schnitthaar von Kundinnen gesammelt und an eine Zweithaarfirma weitergeben. Den Erlös aus dem Verkauf der Haare hat das Haarstudio Mayr verdoppelt und der Südtiroler Krebshilfe Unterpustertal gespendet.



Bastelgruppe

Unsere fleißigen Damen von der Bastelgruppe. Jeder der gerne handwerklich tätig ist, kann sich melden. Wir starten wieder am 10. Oktober.



Seminar

Vom 19. bis 21. April fand wieder das Wochenendseminar „Lebensqualität nach Krebs“ im Wirtshaushotel Alpenrose in Montal statt. Dr. Christoph Leitner hat dabei einen sehr interessanten Vortrag gehalten zum Thema „Was ist Onkologie heute“.

Im Bild von links:
Dr. med. Christoph Leitner (Onkologe), Dr. Christine Centurioni (Psychoonkologin) und Dr. Anton Huber (Psychoonkologe).

Wallfahrt

Am 18. Mai hat der Bezirk Pustertal eine Wallfahrt nach Maria Lavant in Osttirol unternommen.

Das kleine Bergdorf Lavant beeindruckte die Teilnehmer durch die zwei schönen Kirchen.

Und auch die Verköstigung in der Feuerwehrrhalle war zur Zufriedenheit aller.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

ÜBERETSCH-UNTERLAND

▼ Eine Rose für das Leben

Fein säuberlich in Reih und Glied aufgestellt warten die Rosen am Karfreitag im Hof der Vorsitzenden Maria Angela in Neumarkt um abgeholt zu werden. Am Samstag werden sie dann eingepackt und am Ostersonntag vor den Kirchen und auf den Dorfplätzen gegen eine Spende verteilt.



▲ Großzügigkeit

Das Jubelpaar Bruna und Vittorio Di Gregorio aus Leifers hat am Samstag, den 10. Juni mit den Kindern und Enkelkindern der Hl. Messe beigewohnt, um die Goldene Hochzeit zu feiern. Am Tag darauf wurde dann mit Familie und Freunden gefeiert und um Spenden für die Krebshilfe gebeten. Danke und Herzlichen Glückwunsch!



▲ Ex-Autofahrer ▶

Als kleines Dankeschön für ihre freiwillige Arbeit wurden die Fahrer, die aus dem Dienst ausgeschieden sind, zu einem kleinen Imbiss mit Umtrunk eingeladen.



▼ Bezirksausflug nach Kramsach

An einem Sonntag im Mai starteten wir sehr früh am Morgen zu unserem Bezirksausflug, diesmal nach Österreich zum Museum der Tiroler Höfe und nachher zum „lustigen Friedhof“, wo niemand begraben ist, es dafür aber umso mehr lustige Grabinschriften gibt, die mit der Zeit gesammelt wurden. Es darf geschmunzelt werden!



AGENDA

Erinnern Sie sich an die Termine der verschiedenen Veranstaltungen in der Agenda. Vergessen Sie nicht, falls Sie teilnehmen möchten, sich im **Bezirkssitz ab einem Monat vorher anzumelden!**

T. 0471 820466
ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

Ab September ist das Büro wieder von Mo-Fr von 08-12 Uhr und dienstags auch nachmittags von 14-17 Uhr geöffnet.

▶ Wallfahrt nach Weissenstein

Zum dritten Mal schon brachen die Mitglieder zur Wallfahrt zur Gottesmutter nach Maria Weissenstein auf. Für die Fahrt wurden öffentliche Verkehrsmittel benutzt. Nach der Hl. Messe und dem gemeinsamen Gebet klang der Nachmittag in einem nahegelegenen Gasthaus bei einem Kaffee aus.



„WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

VINSCHGAU

▼ Eine Rose fürs Leben ▶

Die Rosen wurden mit Hilfe von Mitgliedern und dem Vorstand vorbereitet und am Ostersonntag in den einzelnen Dörfern angeboten.



▼ Bewegung im Alltag ▶

Immer wieder schätzen die Teilnehmer Ihre Erfahrungen mit der Bewegungstherapie für Ihren Behandlungserfolg. Gezielte Trainingsprogramme sind zur Wiederherstellung der körperlichen Leistungsfähigkeit erforderlich.



▼ Wir stellen vor ▶

Die Möglichkeit Perücken auszuleihen ist nur eine von vielen Hilfestellungen der Krebshilfe. In diesem Raum im Sitz der Krebshilfe können Betroffene und Angehörige ungezwungen miteinander reden, ihre Sorgen teilen und sich austauschen.





◀ Wallfahrt nach Lourdes in Laas ▶

Zahlreiche MariaverehrerInnen pilgerten am 28. Mai zur Wallfahrtskirche Lourdes in Laas. Die Kirche, die sich auf der Laaserhöhe befindet erfreut sich äußerster Beliebtheit.



▶ Gebete für Kranke

Eine schwere Krankheit bringt jede und jeden in Verbindung mit dem Gedanken an die eigene Endlichkeit. Wir können im Gebet unsere Ängste und Sorgen vor Gott bringen.



◀ Grillfest ▶

Sobald die Sonne nach draußen lockt, gibt's nichts Besseres, als den Grill anzufachen.

Mit großer Freude und angenehmen Gesprächen trafen sich die Mitglieder vom Bezirk Meran und Vinschgau zum traditionellen Grillfest.



Nicht vergessen!

Gymnastik wirkt wie ein Jungbrunnen. Gute Vorsätze gibt es immer wieder zum Anfang der Saison.

Wir von der Krebshilfe möchten sie dabei unterstützen und bieten ihnen ab Oktober wieder verschiedene Kurse an.





Sommerliche Rohkost

Zucchinispaghetti mit rotem Pesto



Dr. Michael Kob
Diätologe

Das Rezept ist: vegetarisch, vegan, cholesterinfrei, laktosefrei, glutenfrei, kalorienarm. Da alle Zutaten roh sind, bleiben Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe voll erhalten. Walnüsse sind reich an gesunden Omega-3-Fettsäuren und Mineralstoffen. Getrocknete Tomaten enthalten grosse Mengen an Lycopin, ein Antioxidans, welches Sonnenbrand vorbeugt und auch einen gewissen Schutz vor Krebs- und Herz-Kreislaufkrankungen bietet.

ZUTATEN für 4 Personen:

80g	getrocknete Tomaten
40g	Walnüsse
2 EL	Zitronensaft
100ml	kaltgepresstes Olivenöl
1	Knoblauchzehe
3	mittelgroße Zucchini
	Salz, Pfeffer
	frische Küchenkräuter (Basilikum, Petersilie, Origano)



ZUBEREITUNG:

1. Getrocknete Tomaten für 1 bis 2 Stunden in Wasser einweichen. Walnüsse in einem Küchenmixer grob mahlen.
2. Eingeweichte Tomaten leicht ausdrücken, und zusammen mit dem Zitronensaft und der Knoblauchzehe in den Küchenmixer zu den gemahlenden Walnüssen geben.
3. Bei laufendem Mixer nach und nach Olivenöl einlaufen lassen, bis eine cremige Masse entsteht. Mit Salz, Pfeffer und den Küchenkräutern abschmecken.
4. Zucchini waschen, Enden abschneiden und der Länge nach mit einem Julieneschäler in spaghettiähnliche Streifen schneiden. Es gibt spezielle Gemüseschneider (sog. "Spiralizer"),

mit denen ganz einfach Gemüsespaghetti aus Zucchini, Karotten, Spargeln oder roter Beete produziert werden können. Als Alternative können auch Sparschäler oder Gemüsehobel (Mandoline) verwendet werden.

5. Pesto unter die Zucchininudeln mischen und servieren.

Das Pesto kann mit Öl aufgefüllt in einem Schraubglas für ca. 10 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Ideales Gericht für heiße Sommertage, da es erfrischend und leicht verdaulich ist. Auch gut geeignet zum Mitnehmen auf den Strand oder für ein Picknick. Dabei die Gemüsespaghetti erst kurz vor dem Verzehr mit dem Pesto vermischen.

Guten Appetit

SÜDTIROLER KREBSHILFE | ZENTRALSITZ

Dreiheiliggasse, 1 | 39100 Bozen
Tel. +39 0471 28 33 48 | Fax +39 0471 28 82 82
info@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰				

BOZEN SALTEN-SCHLERN

Dreiheiliggasse, 1 | 39100 Bozen
Tel. +39 0471 28 37 19 | Fax +39 0471 28 82 82
bozen-salten-schlern@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰				
	14 ³⁰ - 15 ³⁰	-	14 ³⁰ - 15 ³⁰	-	-

Ambulatorium I & II
Dreiheiliggasse, 1 | 39100 Bozen
Tel. +39 0471 28 37 19

Ambulatorium Völs
Kirchplatz, 4 | 39050 Völs
Tel. +39 0471 28 37 19

ÜBERETSCH - UNTERLAND

Cesare-Battisti-Ring, 6 | 39044 Neumarkt
Tel. +39 0471 82 04 66 | Fax +39 0471 82 04 66
ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰				
	-	14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	-	-	-
01.06. – 31.08.	-	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰			
	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	-	-	-	-

Ambulatorium Leifers
Altenzentrum, Schuldurchgang, 4 | 39055 Leifers
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorium Neumarkt
Cesare-Battisti-Ring, 6 | 39044 Neumarkt
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorium Kaltern
Sprengel Kaltern II Stock, Rottenburgerplatz, 1 | 39052 Kaltern
Tel. +39 0471 82 04 66

MERAN-BURGGRAFENAMT

Rennweg, 27 | 39012 Meran
Tel. +39 0473 44 57 57 | Fax +39 0473 44 57 57
meran-burggrafenamt@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰				
	14 ³⁰ - 17 ⁰⁰	-	14 ³⁰ - 16 ³⁰	-	-

Ambulatorium Meran
Romstraße, 3 | 39012 Meran
Tel. +39 0473 49 67 35

Ambulatorium Lana
Sozial- und Gesundheitssprengel Lana, Andreas-Hofer-Str., 2 | 39011 Lana
Tel. +39 0473 55 83 72

VINSCHGAU

Krankenhausstraße, 13 | 39028 Schlanders
Tel. +39 0473 62 17 21 | Fax +39 0473 42 02 57
vinschgau@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰

Ambulatorium Schlanders
Hauptstraße, 134 | 39028 Schlanders
Tel. +39 0473 73 66 25

Ambulatorium Prad am Stilfser Joch
Silberstrasse, 21 | 39026 Prad am Stilfser Joch

PUSTERTAL

Sektion Unterpustertal
Kapuzinerplatz, 9 | 39031 Bruneck
Tel. +39 0474 55 13 27
unterpustertal@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	-

Ambulatorium Bruneck
Villa Elsa, Andreas-Hofer-Str., 25 | 39031 Bruneck
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorium Sand in Taufers
Hugo-von-Taufers-Str., 19 | 39032 Sand in Taufers
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorium Pedraces
Pedraces, 57 | 39036 Abtei
Tel. +39 0474 55 03 20

Sektion Oberpustertal
Gustav-Mahler-Straße, 3 | 39034 Toblach
Tel. +39 0474 97 28 00 | Fax +39 0474 97 28 00
oberpustertal@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	-
	-	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	-	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	-

Ambulatorium
Gustav-Mahler-Straße, 3 | 39034 Toblach
Tel. +39 0474 97 28 00

EISACKTAL-WIPPTAL-GRÖDEN

Romstraße, 7 | 39042 Brixen
Tel. +39 0472 81 24 30 | Fax +39 0472 81 24 39
eisacktal@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰			

Ambulatorium Brixen
Romstraße, 7 | 39042 Brixen
Tel. +39 0472 81 24 30

Ambulatorium Sterzing
Krankenhaus 1. Untergeschoss, St.-Margarethen-Straße, 24 | 39049 Sterzing
Tel. +39 0472 77 43 46

Ambulatorium Mühlbach
Sprengel Mühlbach, Mathias-Perger-Straße, 1 | 39037 Mühlbach
Tel. 0472 81 32 92



SÜDTIROLER KREBSHILFE

