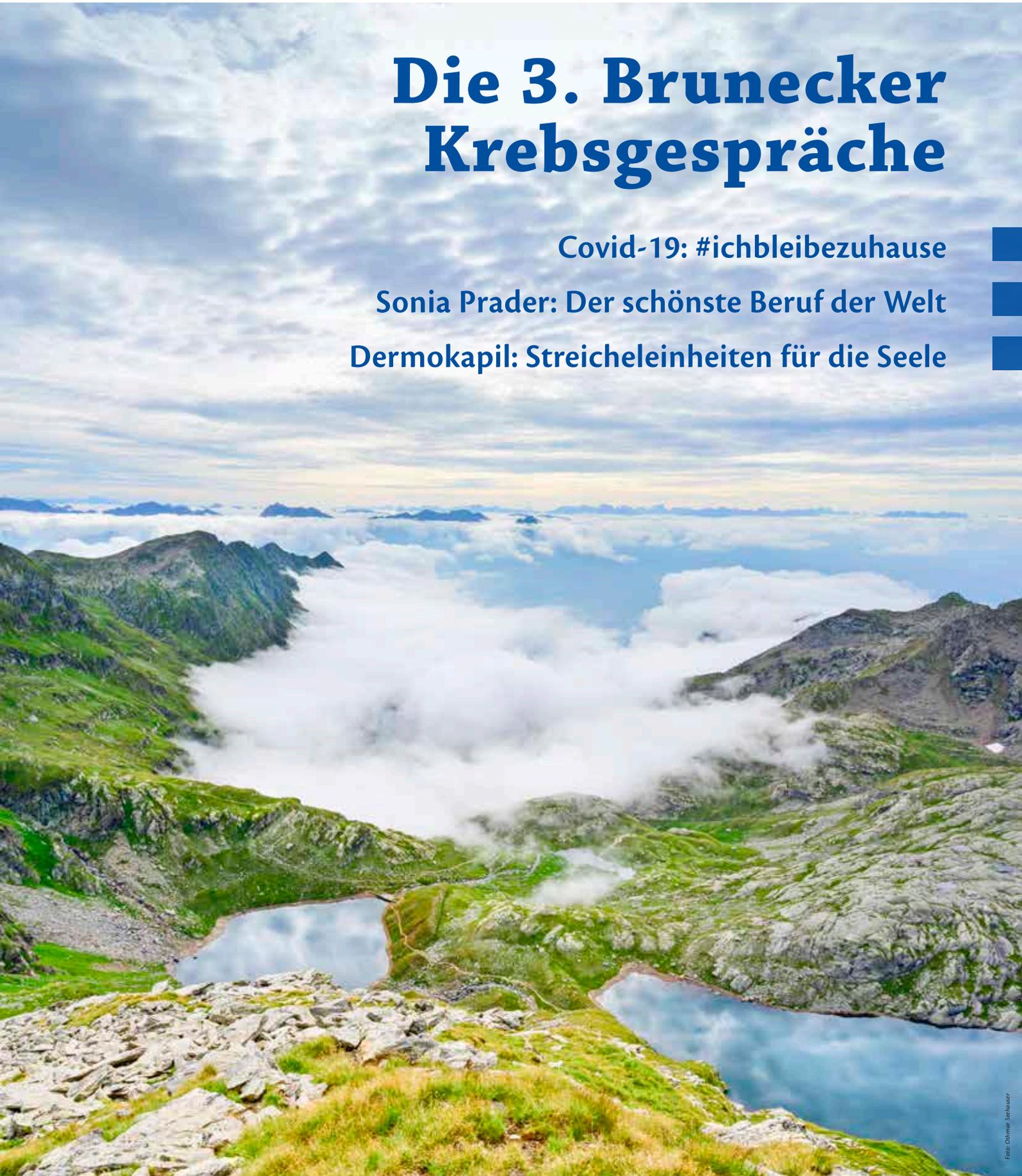


## Die 3. Brunecker Krebsgespräche

Covid-19: #ichbleibezuhause

Sonia Prader: Der schönste Beruf der Welt

Dermokapil: Streicheleinheiten für die Seele





S. 10



S. 19



S. 30

- 3 Die 3. Brunecker Krebsgespräche  
Tabu-Thema: Krebs und Sterben
- 15 Die neue Primarin der Gynäkologie  
Brixen: Dr. Sonia Prader
- 19 Coronavirus: Interview mit Primar  
Dr. Carlo Carnaghi, Onkologie Bozen
- 21 Der Kommentar
- 22 20 Jahre Weltkrebstag
- 25 Nationales Register für  
Patientenverfügungen
- 29 Lymphdrainage: Neue Bestimmungen
- 30 Ein Fächer für Brustkrebspatientinnen
- 32 Das neue Ich - Beratung und Beauty  
bei Dermokapil
- 35 Rapunzel: Spende Deinen Zopf
- 36 Biathlon & Buttons für die SKH
- 37 8. Dynafit-Cup: Sport und Spende
- 38 Was ist los in den Bezirken
- 58 Gut und g'sund mit Dr. Michael Kob

## WIR ÜBER UNS

Liebe Leserinnen und Leser

Was hat Biathlon mit Krebs zu tun? Mehr als man meinen könnte. Die Krebshilfe war aktiv an der Biathlon Weltmeisterschaft vom 12. – 23. Februar in Antholz beteiligt. Für uns eine tolle Gelegenheit nicht nur, um Spenden zu sammeln, sondern auch um unser Anliegen einem großen Publikum bekannt zu machen. - Am 22. Februar haben wir einen Scheck von den Organisatoren des Dynafit-Vinschgaucups erhalten. - Im September 2019 hat uns das OK des Dreizinnenlaufs schon zum wiederholten Mal einen Euro pro Läufer gespendet. Und es gibt noch viele weitere Beispiele, wo sich Sport und Krebs begegnen. Sport ist Ausdruck von Gesundheit, wer sich regelmäßig bewegt, kann Krebs vorbeugen. Und wenn Sportler an jene denken, die im Wettkampf gegen die Krankheit stehen, ist das, finde ich, ein ebenso schönes wie wichtiges Zeichen. Für die Anteilnahme der Gesellschaft und für die Tatsache, dass Krebs kein Tabu mehr ist. Danke.

Gegen das Tabu der Krankheit Krebs tritt seit 20 Jahren der Weltkrebstag an. An diesem Tag rückt das Thema Krebs, wie man vorbeugen und wie man ihn heilen kann, in den Vordergrund. Auch die Krebshilfe nutzt diesen Anlass jedes Jahr, um in einer Pressekonferenz über den neuesten Stand zu informieren. Danke allen Medienvertretern, die uns an diesem Tag große Aufmerksamkeit schenken.

Um Tabu ging es auch bei den Brunecker Krebsgesprächen. Nicht nur das Tabu der Krankheit, sondern das Tabu des Sterbens, denn dieses Thema wurde in der dritten Runde dieser Veranstaltung ganz offen angesprochen. Mein Dank geht an die Veranstalter für ihr Engagement und für ihren Mut, Krebs in so lockerer Weise auf die Bühne zu bringen.

Und zu allerletzt noch ein Anhang. Das Editorial habe ich im Februar geschrieben, als das Coronavirus noch als rein innerchinesische Angelegenheit galt. Nun hat uns die Realität eingeholt. Meine Gedanken gehen an all jene, die nun Momente der Angst erleben. Ihnen wünsche ich Kraft und Geduld. An all jene, Ärzte und Pflegepersonal, die in vorderster Front in unseren Krankenhäusern gegen das Virus kämpfen. Heute (15. März) ist nicht abzusehen, wie lange all das noch dauern wird. Wir können nicht mehr tun als hoffen und/oder beten und die Anweisungen befolgen. #ichbleibezuhaus.



Ida Schacher  
Präsidentin

Eure  
Ida Schacher, Präsidentin

Mit freundlicher Unterstützung der Abteilung Gesundheit

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL  
Gesundheit



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE  
Salute



**IMPRESSUM:** DIE CHANCE: Kostenlose Zeitschrift für die Mitglieder der Südtiroler Krebshilfe.  
Herausgeber: Südtiroler Krebshilfe, Marconistrasse 1b, 39100 Bozen, Tel. 0471 28 33 48, info@pec.krebshilfe.it, 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:** Pfitscher-Joch-Seen  
**Grafik und Layout:** Studio Mediamacs, Bozen **Druck:** Athesia Druck GmbH, Bozen **Nächste Ausgabe:** August 2020

# Krebs und Sterben

Die 3. Brunecker Krebsgespräche stellen sich mutig einem Tabuthema



Fotos: Othmar Seehauser

Einen Termin, den man nicht mehr missen möchte. Die Brunecker Krebsgespräche. Am vergangenen 1. Februar zum dritten Mal: Krebs und Sterben. Ein offenes Umgehen mit diesem Thema, Stimmen von Experten, von Trauernden, von Onkologen, Menschen aus der Palliativpflege, Psychologen und von einem Theologen, Bischof Ivo Muser. Der gefüllte Saal war dem Organisatoren-Team Dr. Christoph Leitner, Andreas Leiter und Verena Duregger mehr als Bestätigung für den Erfolg ihrer Idee.

**D**ie Brunecker Krebsgespräche, sind gewachsen. Das Programm schlanker, mehr Zeit für direkte Gespräche, weniger Vorträge und ein Thema, für das es Mut, Gespür und Erfahrung braucht. Sterben. Uns alle wird es irgendwann treffen, aber nur wenige trauen sich, sich damit auseinanderzusetzen.

„Was kommt jetzt auf mich zu?“ „Muss ich sterben?“ „Was habe ich falsch gemacht?“ Fragen wie diese beschäftigen die Patienten, und mit ihnen ihr gesamtes Umfeld. Und doch bleiben sie mit ihrer Angst oft alleine. Denn krank zu sein, hat in unserer Leistungsgesellschaft allzu oft keinen Platz. Gerade deshalb ist ein offener Dialog

über die Krankheit so wichtig: Denn Krebs geht uns alle an! So die Ankündigung der Krebsgespräche.

Schon bei der Eröffnung durch Andreas Leiter war das Thema Sterben präsent. Eine Kerze in Memoriam für zwei Patienten, die im Rahmen der Krebsgespräche ihr

>



Dr. Matthias Gockel



Dr. Herbert Heidegger

Schicksal (mit)geteilt haben. Zerina Pilav, Interviewpartnerin der ersten Veranstaltung 2018 und Rudi Ladurner, Direktor des Theaters in der Altstadt sowie für den Primar der Abteilung für Innere Medizin am Krankenhaus Bruneck, Dr. Stefan Brugger, Internist, Onkologe und überzeugter Palliativmediziner. Im vergangenen Jahr mit einem sehr tiefgründigen, zum Nachdenken anregenden Beitrag auf der Bühne des Ufos und am 20. Januar 2020 im Alter von nur 53 Jahren einem Herzinfarkt erlegen. Seine Arbeit und seine Person wurden von Dr. Christoph Leitner in bewegenden Worten gewürdigt.

### Warum es sich lohnt, über den Tod nachzudenken

Leben und Sterben. Wie sehr das zusammengehört und warum das Sterben und der Tod nicht ausgeklammert werden dürfen, hat **Matthias Gockel** versucht in seinem Beitrag zu vermitteln, Autor des Buches, „Sterben – Warum wir einen neuen Umgang mit dem Tod brauchen“ und seit 20 Jahren Palliativmediziner, der mehr als 9.000 Menschen betreut hat. Nicht begleitet, wie er betont, Denn: „Ich kehre an

einem bestimmten Punkt um“. Sterben, so Gockel, „übersteigt unsere Vorstellungsmöglichkeiten. Und gerade deshalb müssen wir uns beizeiten damit auseinandersetzen.“ Diesen Aufruf richtete er sowohl an Patienten als auch an Mediziner. „Wir Ärzte haben noch mehr Angst als andere über den Tod zu sprechen. Wir sehen den Tod zu Unrecht als Feind. Sterben und Tod, Themen, die in uns sind, Dämonen, die in uns wohnen. Je mehr Licht wir darauf werfen, desto kürzer ihr Schatten.“ Eine Krebsdiagnose könne beides bedeuten: Lebenszeit wie jeder andere, nicht Erkrankte zu haben oder aber limitierte Zeit. „Wir Mediziner, betont Gockel, könn(t)en in vielen Fällen noch Zeit schaffen; die Frage ist: Wollen Sie noch? Können Sie noch? Wie gerne leben sie? Und wenn ihr Arzt nicht redet“, forderte Matthias Gockel, „dann tun sie es!“

Ähnliches gelte auch für die Angehörigen. „Wissen Sie, was die ihnen nahestehenden Menschen möchten? Haben sie je mit ihnen darüber gesprochen?“ In diesem Zusammenhang komme auch der Vorsorgeplanung und der Patientenverfügung ei-

ne große Bedeutung zu. „Damit nicht der Arzt oder ihre Angehörigen entscheiden müssen, was sie gewollt hätten.“

### Weil ich selbst entscheiden will

Tatsächlich ging es in einem Beitrag der Krebsgespräche auch um das Thema Patientenverfügung. **Dr. Herbert Heidegger**, Primar der Gynäkologie am Krankenhaus Meran und Präsident des Landesethik-Komitees, betonte die Wichtigkeit, eine solche Verfügung aufzusetzen und diese auch registrieren zu lassen. Seit dem 1. Februar 2018 hat die Patientenverfügung Rechtskraft, seit 1. Februar 2020 gibt es nicht mehr nur ein gemeindliches, sondern ein staatliches Register dafür. „Die Patientenverfügung muss dann zur Hand sein, wenn es sie braucht. Nicht in irgendeiner Schublade. Viele sind unauffindbar, schlecht gemacht oder treffen nicht die Situation.“ Deshalb solle man sich vom Hausarzt oder anderer kompetenter Seite bei der Ausstellung helfen lassen und die Verfügung entweder beim Meldeamt der Wohnsitzgemeinde oder bei einem Notar registrieren lassen. In Zukunft soll auch in der elektronischen



Sigrid Mayr und Anja Oberstaller



Astrid Fleischmann

Krankendatei vermerkt sein, ob es eine Verfügung gäbe oder nicht. In Italien haben bisher nur 0,7 Prozent der Bevölkerung, die Mehrzahl davon Frauen zwischen 26 und 40 Jahren, eine solche Erklärung abgegeben.

### Palliativversorgung

Palliativbehandlung ist ein Menschenrecht und seit 2010 auch per Gesetzesdekret verankert. Mit Sterbehilfe hat das nichts zu tun und auch nicht unbedingt mit dem Sterben. Palliativbehandlung sollte bei der Diagnose einsetzen. **Sigrid Mayr** und **Anja Oberstaller** gaben einen Überblick über die Palliativversorgung im Sprengel Bruneck. Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität von Patienten und Angehörigen. In Südtirol gibt es derzeit 21 stationäre Betten, zehn in Meran und elf in Bozen; fünf weitere sind in Bruneck geplant; das Projekt wurde durch den Tod von Dr. Brugger vorläufig gebremst. Hinzu kommen ambulante und mobile Palliativteams für die Versorgung zuhause. In Bozen hat Dr. Massimo Bernardo die Palliativabteilung und das Hospiz aufgebaut; in Brixen gibt es seit 2019 einen Palliativmediziner, Dr. Thomas Völkl.

Seit 1. Januar 2020 werden die drei ambulanten Krankenpfleger in Bruneck von **Dr. Giovanni Brescia** unterstützt, der auf viele Jahre Intensivmedizin zurückblicken kann. „Wir sind die Brücke zwischen Krankenhaus, Sprengel und Hausarzt.“ Die Palliativbehandlung ist die Fortsetzung der bestmöglichen Therapie unter anderen Voraussetzungen. „Unabhängig vom Zeitfaktor geht es vor allem um die Lebensqualität und um Vermeidung unnötiger, invasiver Behandlungen,“ unterstrich Dr. Brescia. „Palliativmedizin ist vor allem ein Netzwerk und kann dann am besten funktionieren, wenn jeder Arzt einen palliativmedizinischen Ansatz hat“, betonte der Onkologe Dr. Christoph Leitner. „Je früher die palliativmedizinische Behandlung parallel zur Therapie einsetzt, desto besser für den Patienten.“

### Trauer

Ein wichtiger Aspekt des Themenbereichs Sterben sind die Hinterbliebenen. In unserer Gesellschaft ist nicht nur das Sterben ein Tabuthema, auch die Trauer ist es. In unserer durchorganisierten Gesellschaft

wird erwartet, dass nach der Beerdigung zum Alltag übergegangen wird. Dabei ist Trauer ein Moment im Leben, dem gebührend Raum gegeben werden muss, um den Verlust zu überwinden. Die Krebsgespräche haben zwei Menschen auf die Bühne geholt, die jeder auf seine Weise mit ihrer Trauer umgehen. **Noah Ennemoser** hat mit nur 18 Jahren seine Mutter durch eine Krebserkrankung verloren. Im Juli 2018, genau 197 Tage vor dem 1. Februar 2020. Er versorgt die frische Wunde mit Schreiben und hat gefasst und intensiv einen Text im Stil des Poetry Slam vorgetragen, der die Zuschauer im Saal zu Tränen gerührt hat (siehe Interview, S. 10). **Astrid Fleischmann** hingegen hat ihren Mann Georg im Jahr 2009 durch einen Gehirntumor verloren. Die Radiomoderatorin hat nach dem Tod ihres Mannes eine Ausbildung zur psychosozialen Lebensberaterin gemacht. „Die Ausbildung war meine Therapie, heute kann ich mich wieder lebendig fühlen und Lebensfreude empfinden.“ Was sie aus ihrer Geschichte gelernt hat: „Wir haben den Tod nie angesprochen, nur über das Leben gesprochen. Und das fehlt mir heute.“





Onko-Psychologen im Dialog: Anton Huber und Erwin Steiner

### Die Freiheit über alles zu sprechen – auch über den Tod

Eine ebenso ungewöhnliche wie effektive Form ihr Thema anzugehen, haben die beiden Onkopsychologen **Anton Huber** und **Erwin Steiner** gefunden: Einen Dialog auf der Bühne, in dem sie sich ausgetauscht haben über ihre Arbeit. "Was ist ihre größte Sorge?" Mit dieser Frage beginnt Anton Huber sein Patientengespräch. „Früher“, berichtet er, „wollte ich immer alles wissen, Diagnose, Vorgeschichte. Heute frage ich, was bewegt den Patienten. Eine falsche Frage ist wie eine falschgesetzte Karte im Kartenhaus.“ Erwin Steiner hingegen fragt seine Patienten: „Über was reden wir nicht?“, um an das heranzukommen, was sie bewegt. Es darf grundsätzlich alles angesprochen werden. „Die Leute werden ehrlich, sie haben genug vom Theaterspielen. Ein Ziel ist, ihre Hilfslosigkeit in Hilfsbedürftigkeit umzuwandeln, die Teil einer Beziehung ist.“ Anton Huber: „Die Angst wird kleiner, wenn ich darüber spreche. Das ist Lebenskunst:

Alle Töne akzeptieren, die hellen wie die dunklen.“ Was beide von ihren Patienten gelernt haben, auch von jenen, die sich auf den Abschied vorbereiten, ist Humor.

### Haben wir den Tod aus unserem Leben verdrängt?

Zum Abschluss lud Verena Duregger Bischof Ivo Muser, Matthias Gockel, den Primar der Strahlentherapie, Dr. Martin Maffei und Astrid Fleischmann zu einem Podiumsgespräch auf die Bühne. Am Gespräch beteiligte sich auch Dr. Christoph Leitner, Leiter der onkologischen Tagesklinik Bruneck. Ein gemeinsamer Nenner aller Gesprächspartner war das Wort "Beziehung".

Vierzig Prozent aller Palliativpatienten unterziehen sich der Strahlentherapie. Eine große Herausforderung für jene, die dort arbeiten. Dr. Maffei: „Das menschliche Gestalten der Strahlentherapie ist eine große Herausforderung, weil wir es hier mit Maschinen zu tun haben. Wir versuchen

mit unseren Patienten dennoch Zeit zu verbringen, mit ihnen zu reden. Jenseits der reinen technischen Behandlung Beziehungen aufzubauen.“

Laut Bischof Muser müssen wir uns den Tod zumuten. „Wenn wir das Sterben und den Tod tabuisieren, betrügen wir uns um das Leben und weil es um das Leben geht, dürfen wir den Tod nicht ausklammern, müssen darüber reden. Auch mit Kindern.“ Beziehung, so der Bischof, sei ein anderes Wort für Glauben. „Und nichts wünsche ich mir mehr als gelungene Beziehungen!“ Eine Frage, die am Schluss nicht fehlen konnte: Haben sie selbst Angst vor dem Tod? Matthias Gockel: „Vor dem Tod? Nein, aber Angst im Leben nicht immer präsent zu sein.“ Bischof Ivo Muser: „Die Frage nach dem Tod ist letztlich eine Frage nach Gott. Gott gibt es nur dann, wenn der Tod nicht das letzte Wort hat.“ ●

# Die unüberwindbare Grenze der Endlichkeit

Gespräch mit dem Moraltheologen Martin Lintner über Sterben und Tod



Die Endlichkeit unseres Lebens, ist für viele Menschen eine Grenze, an der sie sich stoßen, an der sie sich der Grenzen der Selbstbestimmung bewusst werden. An dieser Grenze stellt sich dem Menschen zwangsläufig die Frage, nach dem Sinn des Lebens und ob etwas, bzw. was bleibt. Die Patientenverfügung ist ein Weg, um das Tabu mit dem Sterben und Tod behaftet sind, zu überwinden. Ein Gespräch mit dem Südtiroler Moraltheologen Martin Lintner.

**Chance:** *Wir sind endlich. Vom Tag unserer Geburt an begleitet uns die Gewissheit des Lebensendes. Dennoch ist dieses Thema für viele Menschen ein Tabu ...*

**Martin Lintner:** Ja, interessanterweise sind Sterben und Tod noch immer Tabuthemen in unserer Gesellschaft. Dabei

ist nichts so sicher und unausweichlich wie das Sterben. Auch mitten im Leben sind wir damit konfrontiert, wenn jemand, der bzw. die uns nahe steht, stirbt, oder wenn wir uns von etwas definitiv verabschieden müssen: einem Traum, einem Lebensprojekt, von etwas, was uns lieb und teuer geworden ist. Der Tod scheint irgendwie

nicht zum Menschenbild der heutigen Zeit zu passen: einen gesunden, vitalen Körper zu haben, jugendlich frisch und agil zu bleiben, selbstbestimmt zu leben ... Vielleicht ist die Auseinandersetzung mit Sterben und Tod für viele deshalb so schwierig, weil mir hier ganz deutlich gemacht wird: Im Letzten habe ich mein Leben nicht in

&gt;



## Martin Lintner

Seit 2011 ordentlicher Professor für Moralthologie und Spirituelle Theologie an der PTH Brixen. Er ist Mitglied der Internationalen Vereinigung für Moralthologie und Sozialethik (seit September 2017 1. Vorsitzender), der Europäischen Gesellschaft für Katholische Theologie (2011–2013 Vizepräsident, 2013–2015 Präsident), von ATISM – Associazione Teologica per lo Studio della Morale, im Europa-Regional-Komitee der CTEWC – Catholic Ethicists in the World Church, sowie des Landesethikkomitees der Autonomen Provinz Bozen. Er war zwar nicht an den Krebsgesprächen beteiligt, hat sich aber intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt.

der Hand. Dass ich lebe und dass mein Leben endlich ist, kann ich nur annehmen, aber nicht ändern. Hier stoße ich an eine unüberwindliche Grenze, an die Unverfügbarkeit meines Lebens. Dass es mich gibt, habe ich nicht selbst beschlossen. Und dass mein Leben endlich ist, kann ich nicht ändern – selbst wenn ich mir das Leben nehmen sollte, wäre dies nur eine Art und Weise, mich dazu zu verhalten, dass mir die Endlichkeit meines Lebens vorgegeben ist. Das passt irgendwie nicht ins heute oft vorherrschende Menschenbild des selbstbestimmten Individuums.

**Chance:** *Wie gehen Sie als Theologe mit diesem Thema um?*

**Martin Lintner:** Die Auseinandersetzung mit dem Tod bedeutet für mich in erster Linie, die Frage nach dem Sinn des Lebens zu stellen: Wenn mit dem Tod das irdische Leben endet, was bleibt vom Leben? Bedeutet der Tod einen radikalen Abbruch des Lebens? Oder gibt es etwas, was den Tod überdauert? Hat das Leben einen Sinn, selbst dann, wenn es in seiner Verwundbarkeit und Endlichkeit erfahren, manchmal auch erlitten wird, einen Sinn, den selbst das Sterben und der Tod nicht auslöschen können? Sterben und Tod sind sozusagen die Kontrastfolie dafür, wie kostbar und wertvoll das Leben ist!

Ich bezeichne das Sterben gerne als ein Überschreiten der Schwelle hinein in die Fülle des Lebens. Mein Umgang mit Sterben und Tod ist geprägt von meinem Glauben an die Auferstehung. Ich trage diese Hoffnung in mir, dass mit dem Tod nicht alles aus ist, sondern dass unser irdisches Leben in der Gemeinschaft mit Gott, der Ursprung und Vollendung des Lebens ist, aufgehoben sein wird.

**Chance:** *Ein Mensch, der eine Krebsdiagnose erhält, fällt von einem Tag auf den anderen in ein schwarzes Loch. Alles, was vorher selbstverständlich war, ist von einem Moment zum anderen nichtig. Und dennoch kann gerade solch ein Zustand der tiefen Verzweiflung, der Angst sinngebend sein... Die 3. Brunecker Krebsgespräche haben das Tabuthema: Krebs und Sterben aufgegriffen.*

**Martin Lintner:** Ja, eine solche Diagnose stellt das Leben auf den Kopf – im wahrsten Sinn des Wortes. Da muss jemand seine Wertigkeiten völlig neu definieren. Das ist ein schmerzlicher Prozess. Ich denke da

immer an die unterschiedlichen Phasen, die die Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross beschrieben hat. Auch wenn wir heute davon ausgehen, dass jeder Mensch ganz individuell mit einer solchen Situation umgeht und diese Phasen nicht notwendig eine nach der anderen verlaufen, so hat sie doch etwas Wichtiges beobachtet: Hadern, Verzweiflung, Nicht-wahrhaben-wollen, Zorn und Auflehnung, schließlich Resignation und Verzweiflung ... all das sind ganz normale und menschliche Reaktionen auf eine solche Diagnose.

Bedeutsam ist für mich aber, dass Kübler-Ross davon spricht, dass die Annahme die letzte Phase darstellt. Annahme bedeutet, dass sich jemand nicht nur passiv ergibt, weil er oder sie nichts mehr ändern können, sondern die Krankheit und das Sterben als Teile des Lebens und der eigenen Persönlichkeit annimmt, sich mit ihnen aussöhnt. Dann kann eine solche Auseinandersetzung auch sinngebend sein. Sie hilft, aufmerksam zu werden für das, was wirklich zählt und wichtig ist im Leben, Prioritäten neu setzen, die Zeit dafür zu verwenden, was wichtig ist, was einem Freude bereitet, vielleicht noch unbewältigte Lebensaufgaben zu erledigen, etwas zu unternehmen, mit jemandem ein versöhnliches Gespräch suchen usw.

**Chance:** *Werden Menschen, die glauben, besser mit so einer Krisensituation fertig?*

**Martin Lintner:** Das ist eine interessante Frage. Es gibt viele Studien zu dieser Thematik, ob und inwiefern der Glaube einen Einfluss auf den Heilungsprozess hat oder

ob er jemandem hilft, Krisensituationen zu bewältigen. Dabei hat sich gezeigt, dass dies stark davon abhängt, was und wie jemand glaubt. Wenn jemand in seinem Glauben eher angstbesetzt ist, das heißt, an einen strengen und strafenden Gott glaubt und die Krankheit zum Beispiel als Strafe Gottes begreift, dann wirkt sich dieser Glaube eher negativ aus.

Wenn jemand hingegen an einen Gott glaubt, dem er bzw. sie sich ganz anvertrauen darf, von dem er bzw. sie sich geliebt und angenommen, gehalten und getragen weiß, dann wirkt sich dieser Glaube positiv aus. Ein solcher Glaube hilft Menschen, an einem Sinn im Leben festzuhalten, der trotz Krise und Krankheit besteht. Dieser Glaube an einen umfassenden Sinnhorizont im Leben hilft, Erfahrungen von Leid, Krisen, Krankheit in ein größeres Ganzes zu integrieren und so besser zu bewältigen.

**Chance:** *Wie stehen Sie zur Patientenverfügung?*

**Martin Lintner:** Grundsätzlich positiv. Eine Patientenverfügung ist ein gutes Mittel, um sich mit den Fragen rund um Krankheit, Sterben und Tod auseinanderzusetzen und mit den engsten Verwandten darüber ins Gespräch zu kommen. Nach wie vor ist dieses Thema für viele ein Tabu oder es ist angstbesetzt. In vielen Familien wird darüber nicht gesprochen oder erst, wenn die Situation akut wird. Das sind dann oft emotional schwierige Situationen. Deshalb kann es hilfreich sein, bereits zu einem früheren Zeitpunkt beim Verfassen einer Patientenverfügung in einer entspannten

Atmosphäre darüber ins Gespräch zu kommen, sich eventuell auch im Gespräch mit dem Vertrauensarzt bzw. der Vertrauensärztin über Krankheitsverläufe und mögliche Therapien zu informieren. Auch das kann Angst nehmen.

Ebenso bin ich überzeugt, dass es aus einer christlichen ethischen Perspektive erlaubt ist, in einer Patientenverfügung festzulegen, dass in einer bestimmten Situation gewisse Therapien oder medizinische Interventionen nicht mehr durchgeführt werden sollen. Eine Grenze besteht für mich darin, dass ich nichts wünschen kann, was den Tod unmittelbar und aktiv herbeiführt. Dies ist nach italienischem Gesetz derzeit nicht erlaubt – meines Erachtens zu Recht. Wichtig ist meines Erachtens, dass ich auch dann, wenn ich eine Patientenverfügung verfasst habe, mich alle 2-3 Jahre vergewissere, dass sie noch meinem aktuellen Willen entspricht oder sie gegebenenfalls aktualisiere.

**Chance:** *Haben Sie Angst vor dem Tod?*

**Martin Lintner:** Für mich ist ein Wort meines Namenspatrons, des hl. Martin von Tours, wichtig geworden. Er sagte einmal in einer für ihn lebensbedrohlichen Situation: „Ich fürchte mich nicht zu sterben, aber ich weigere mich auch nicht zu leben.“ Nein, vor dem Tod fürchte ich mich nicht, eher vor dem Sterben, dass der Sterbeprozess schmerzvoll sein könnte. In Bezug auf den Tod bin ich eher neugierig: wie es sein wird; was uns erwarten wird; ob sich der christliche Glaube und die Hoffnung erfüllen werden. ●



## Die Chance digital

Hier finden Sie die Chance auch in digitaler Version.

Einfach QR-Code scannen und online lesen.



# Die harte Schule des Lebens

Noah Ennemoser: Die Trauer im Schreiben verarbeiten



Foto: Othmar Seehauer

Es gibt Mamakinder und Vaterkinder, sagt Noah Ennemoser. Er ist ein Mamakind. Seine Mama Monika ist am 22. Juli 2019 heimgegangen, wie Vater Josef seinen beiden Söhnen Noah und Max am Telefon vom Hospiz Marienbrunn mitgeteilt hat. Monika Ennemoser ist 50 Jahre alt geworden, sie hatte Krebs. Bei den 3. Brunecker Krebsgesprächen am 1. Februar stand Noah auf der Bühne und hat mit ruhiger, klarer Stimme einen Text vorgetragen, den er für seine Mama geschrieben hat. Im dunklen Saal herrschte betroffene und Anteilnehmende Stille, viele hatten Tränen in den Augen. Worte geboren aus Schmerz und Liebe.

**N**eunzehn Jahre alt ist Noah, auf den ersten Blick ein Jugendlicher wie viele seines Alters. Kurzer Haarschnitt, Sweatshirt und Jeans, wache Augen. Vielseitige Interessen. Er spielt Klarinette in der Schule und im Kirchenorchester, hört gerne Musik: Rock, Jazz und Klassik. Er liest gerne, Klassiker hauptsächlich; ist gerne draußen mit seinem Hund. Sein Sport

ist Calisthenics, Eigengewichtsübungen. An Weisheit und Reife aber ist er seinen Gleichaltrigen weit voraus, kann er es mit jedem Erwachsenen aufnehmen. Die Trauer hat ihn geprägt, hat ihn vorzeitig reifen lassen, ist sein Begleiter, gebrochen hat sie ihn aber nicht. Sie hat ihm nicht den Elan und die Lebenslust nehmen können, nicht das Träumen und Planen. Im Sommer wird

Noah seine Matura ablegen (wie steht in Covid-19-Zeiten noch nicht fest). Danach möchte er Sozialwissenschaften studieren, auch wenn seine erste Wahl eigentlich Journalismus wäre. - Am Maturaball war ein Stuhl frei an seinem Tisch. Wie stolz Monika Ennemoser an diesem Tag auf ihren „Großen“ gewesen wäre und auch während seines Vortrags bei den Krebsgesprächen.



Noah Ennemoser auf der Bühne des UFO in Bruneck

**Chance:** Noah, seit etwa einem Jahr nimmst Du an Poetry-Slams teil. Diesen Text hast Du aber das erste Mal bei den Krebsgesprächen vorgetragen?

**Noah:** Schreiben war schon immer wichtig für mich. Seit meine Mutter erkrankt ist, war es ein Anker. Ich hab' das gebraucht, um Dinge festzuhalten, für die ich im Sprechen nicht die Worte finden, die ich nicht fassen konnte. Schreiben hilft mir, Emotionen festzuhalten, zu verarbeiten und zu beschreiben. Freude, Trauer, Schmerz. Es ist befreiend. Wenn ein Wort nicht gleich kommt, kann ich den Platz offenlassen und warten, bis es sich findet... Es hilft mir einen Prozess festzuhalten, Dinge besser zu verstehen. Es gibt Perioden. Zorn, Schmerz, Verzweiflung, Angst, Hoffnung, Leben....

**Chance:** Wie lange war Deine Mama krank?

**Noah:** Etwa zwei Jahre. Es fing an, dass sie sich immer öfter schlecht gefühlt hat. Beim

Einkaufen nahm sie das Fahrrad mit, um sich darauf zu stützen. Sie fiel manchmal in Ohnmacht und manchmal sagte sie, ich schmecke den Tod auf der Zunge. Das Weiße Kreuz kam zweimal die Woche zu uns...

**Chance:** Du warst 16, als deine Mutter ihre Diagnose erhielt, Dein Bruder Max 14.

**Noah:** Genau. Sie wurde operiert, musste Radiotherapie und Chemotherapie machen. Wir fuhren oft ans Meer, die Chemo lief so nebenher. Und es schien gut anzuschlagen. Eine Operation an der Lunge hat sie ausgeschlagen, es war klar, dass es keine Heilung zu erwarten gab.

**Chance:** Ihr seid als Familie ganz offen damit umgegangen?

**Noah:** Ja, ich würde fast sagen zu offen. Es gab kein anderes Thema mehr. Wie man sich den Tod vorstellt, wie man sich darauf vorbereitet, wie Schmerz ist... Es gab fast nichts anderes mehr. Ich hatte Zeitweise

das Gefühl meine Jugendzeit zu verlieren, habe „Typisches“ verpasst. Was Jugendliche eben so machen, Feiern, Freunde treffen usw. Aber ich habe sehr viel Liebe erfahren.

**Chance:** Wie sah Dein Alltag in dieser Zeit aus?

**Noah:** Schule und Hobbies waren eine Ablenkung, alles andere war eine Qual. Die Zeit in der Schule schien mir verloren. Ich wollte soviel Zeit wie möglich mit meiner Mutter verbringen. Vor zehn Uhr abends kam ich kaum zu den Hausaufgaben. Ich war müde, habe mir immer ausgerechnet, wie viel kann ich noch fehlen in der Schule.

**Chance:** Was war mit Deinen Freunden?

**Noah:** Viele Freundschaften sind zerbrochen. Wenn andere von ihren Problemen zuhause mit den Eltern erzählten, dachte ich immer nur, was soll ich denn sagen? Ihr habt es doch gut, dass Ihr streiten könnt. Die paar, die ich behalten habe, sind mit

&gt;



In dieser Tätowierung trägt Noah seine Eltern immer bei sich

mir durch die Hölle gegangen. Mein Bruder und ich sind durch die Krankheit zusammengeschweißt worden. Mein Vater pendelte hin und her zwischen Arbeit und meiner Mutter... Und der Tag hat nur 24 Stunden. Aber es gab auch Momente, die lustig waren, viele ganz intensive Momente mit meiner Mama. Und ich war so zornig am Anfang. Auf meine Mutter, weil sie es gewagt hat Krebs zu kriegen, auf die Krankheit, auf mich, ich war tief enttäuscht von der Welt...

**Chance:** Und dann hast Du angefangen zu schreiben?

**Noah:** Na ja, Geschichten habe ich schon immer geschrieben. Aber dann ging es plötzlich um mehr. Stückweise habe ich angefangen. Wort für Wort, Satzketten, ich habe lange gebraucht, um die Worte zu finden, um meine Emotionen zu beschreiben, aber es war befreiend. Ich habe eine Art Prozesstagebuch geführt, wollte für mich

den Krankheitsverlauf festhalten. Der so ganz anders war, als ich es mir vorgestellt hatte.

**Chance:** Inwiefern?

**Noah:** Es schien ihr eigentlich gut zu gehen, so gut, dass es den Anschein hatte, es wird schon wieder, es geht weiter, sie wird sich schon erholen. Als sie nach Martinsbrunn kam, musste ich erst einmal googlen. Was ist das, ein Hospiz?

**Chance:** Hast Du Dir psychologische Hilfe geholt?

**Noah:** Ja. Ich konnte nicht mehr schlafen, habe Dinge wieder und wieder gelebt, die Ambivalenz der Gefühle hat mich erdrückt. Die Trauer, das Tabu, die Leute, die glauben, nach der Beerdigung kommst Du sofort wieder zur Normalität. Und dann sind da die vielen großen und kleinen Sachen: das erste Weihnachten danach, der erste Ge-

burtstag, der Maturaball, ein Brief von der Schule, der von beiden Eltern unterschrieben werden soll. Für die Beerdigung habe ich ganz viel vorbereitet. Die Blumen ausgesucht, Sonnenblumen und violette Blumen, ihre Lieblingsfarben. Ich habe auch die Trauerrede gehalten. Danach kam das Loch.

**Chance:** Und wie geht es Dir heute?

**Noah:** Ich bin gläubig, das hilft ein bisschen, aber der Schmerz ist da.

**Chance:** Hast Du selbst Angst vorm Sterben?

**Noah:** Nein, ich glaube nicht. Vielleicht, weil ich denke, ich habe das Schlimmste hinter mir.

**Chance:** Würdest Du Dich als lebensfroh bezeichnen?

**Noah:** Ich bin noch gefangen in der Nostalgie, aber ich versuche umzusetzen, was sie mich gelehrt hat, was sie mir vorgelebt hat. Ich habe bei meiner Mama gesehen, was Lebensfreude heißt. Sie hat das Leben so genießen können, egal unter welchen Bedingungen. Sie hat Enthusiasmus für alles ausgestrahlt, war offen für alles. Ihr intensives Spüren werde ich vielleicht nie nachleben können und vielleicht auch nie begreifen. Aber ich versuche es! ●



### Kummerkrebs

Hallo ... du einsames Wesen,  
 verzeih mir die Aufstellung folgender Thesen,  
 ich versteh' nur nicht, warum es kam,  
 so ganz ohne Moral, so ganz ohne Scham,  
 dein furchteinflößendes Auftreten,  
 wobei weder half klagen, noch beten,  
 denn du bliebst und mit dir auch meine Angst,  
 wobei du gewiss nicht um ihr Leben bangst.

Sag mir, warum hast du Spaß daran, Menschen das Leben zu vermiesen,  
 eine Kugel in deren Brustkorb zu schießen,  
 sie auf den Boden zu zerren,  
 ihnen das Lebensportal zu versperren?

Sag, erfreut es dich etwa den Schmerz mitanzusehen?  
 Nein, ich kann und will es nicht verstehen.

Schweig, du ek'liges Ding, ich will keine Erklärungen,  
 will keine Belehrungen,  
 will die Wahrheit und zwar die Reine  
 will nicht deren, sondern deine.

Ja, du hast mich getroffen,  
 hab mein Glück versoffen,  
 hab meinen Überlebensinstinkt ausgepackt,  
 hab tagtäglich an dich gedacht.

Bitte geh, bitte weiche,  
 bitte leise, bitte schleiche  
 dich aus unserer Leben  
 soll ich dir noch etwas mitgeben?

Hier, nimm die Gewissheit, nimm sie mit  
 und behalt sie auf Schritt und Tritt,  
 sei dir bewusst, du nimmst uns die Mutter, aber nicht die Zeit,  
 die wir stellten mit und für sie bereit,  
 um auch noch den letzten Sonnenstrahl zu sehen,  
 um auch noch das Wort "Liebe" zu verstehen.

Und ja, ich habe geweint,  
 habe um mein Leben gereimt,  
 um dem Schmerz einen Raum zu geben,  
 um dem Kummer zu entgehen  
 und nein, es half keineswegs,  
 denn ich habe an sie gedacht, stets  
 mir gewünscht sie wäre hier,  
 mir gewünscht sie stünde neben mir.

Gott, wie ich dich hasse und verabscheue,  
 wie ich mich auf den Moment freue,  
 in dem du für immer verschwunden bist,  
 in dem keiner mehr wegen dir jemanden vermisst.

Niemandens Tod sehne ich herbei wie den deinen,  
 was mag sehr unmoralisch erscheinen,  
 doch meine Mama liegt geborgen unter mir,  
 zwar nicht wirklich hier,  
 aber unter einem Blumenmeer  
 und du gibst sie nicht wieder her.

Doch wenn sie mich eines gelehrt hat, dann stets ein  
 "Danke"  
 über meine Lippen zu bringen  
 und so möge mein Dank auch widerwillig an dich erklingen:  
 Danke für nichts und danke für Momente,  
 die uns nicht du, sondern das Leben schenkte.

# Der Primar spielt nicht die erste Geige...

...sondern Fagott – Primar Manfred Mitterer – Musik und Medizin



Foto: Othmar Seehauer

Musik war seine erste Liebe, vor der Medizin. Und heute antwortet er auf die Frage, was Musik ihm ist: „Alles“. Dr. Manfred Mitterer, Primar der zentralen internistischen Tagesklinik am Krankenhaus Meran, ist auch ein begabter Musiker.

Sein Instrument ist das Fagott, er hat zusammen mit Freunden ein Ensemble gegründet, Philomousia, das sich in unterschiedlichster Formation, vom Trio über Quintett und Oktett bis hin zum elfköpfigen Ensemble, präsentiert. Bei den 3. Brunecker Krebsgesprächen hat er als Musiker die Bühne des UFO betreten, nicht als Arzt. Außerdem ist er Mitglied des World Doctors Orchestra. Dass er nach mehr als einem Jahrzehnt Pause wieder begonnen hat zu spielen, verdankt Manfred Mitterer seinen Kindern.

**Chance:** *Wie sind Sie zur Musik gekommen?*

**Dr. Manfred Mitterer:** Wie so viele andere Südtiroler auch besuchte ich Kurse zur musikalischen Früherziehung, lernte die Orff-Instrumente kennen und sang im Chor. Kurze Zeit später folgte Blockflötenunterricht und schließlich wechselte ich zu Querflöte ...

**Chance:** *...die sie dann aber aufgegeben haben.*

**Dr. Manfred Mitterer:** Um als Querflötist in einem Orchester mitwirken zu können, muss man aufgrund der großen Konkurrenz wirklich exzellent sein, um eine Chance zu haben. Daher begab ich mich zu Beginn meines Medizinstudiums, als die Zeit zum Üben zunehmend knapper wurde, auf die Suche nach einem etwas ausgefalleneren Instrument, das mir aber durchaus die Möglichkeit bot, nicht nur daheim für mich allein zu musizieren, sondern auch in Ensembles und im Orchester zu spielen.

**Chance:** Und während des doch sehr zweitaufwändigen Medizinstudiums konnten sie ihre Musikstudien fortsetzen?

**Dr. Manfred Mitterer:** Ich hatte das große Glück von Prof. Heinrich Gies unterrichtet zu werden, und zwar um 6 Uhr früh, sodass es keine Zeitüberschneidungen mit Vorlesungen, Seminaren und Kursen an der Universität gab. Dank dieser Ausbildung konnte ich schon bald im Universitätsorchester in Innsbruck und später in Wien mitspielen.

**Chance:** Und als sie dann angefangen haben zu arbeiten?

**Dr. Manfred Mitterer:** Nun ja, bis zur Habilitation habe ich es noch geschafft, Zeit für die Musik zu finden. Dann war es damit erst einmal vorbei. Neben meiner Vorlesungstätigkeit, meiner Bestellung zum Primar und damit einhergehend dem Aufbau einer Abteilung sowie familiären Verpflichtungen war die Zeit zu knapp. Ich habe das Fagott für insgesamt zwölf Jahre zur Seite gelegt und nicht mehr gespielt.

**Chance:** Und wie kam es, dass sie es dann wieder hervorgeholt haben?

**Dr. Manfred Mitterer:** Der Grund hierfür ist ganz simpel. Meine Kinder besuchten allesamt die Musikschule; wie so häufig war die Lust zum regelmäßigen Üben aber nicht allzu groß. Da bekanntlich das eigene Handeln das beste Beispiel ist, holte ich mein Fagott wieder hervor: Wir motivierten uns quasi gegenseitig. Auch wenn meine Kinder mich bald überholt hatten, ich hatte die Freude an meiner Musik wiedergefunden.

**Chance:** Sie haben vier Kinder. Alle musikalisch?

**Dr. Manfred Mitterer:** Musik war in unserer Familie immer wichtig. Alle vier spielen ein Instrument. Meine Töchter Geige und Bratsche, meine Söhne Cello. Der Älteste hat Musik zu seinem Beruf gemacht, er arbeitet derzeit als Substitut bei den Wiener Symphonikern.

**Chance:** Zurück zu ihnen. Sie haben zusammen mit anderen Hobbymusikern das Ensemble Philomousia gegründet.

**Dr. Manfred Mitterer:** Wir geben im Jahr drei bis vier Konzerte und haben seit 2013 mit Othmar Trenner auch einen professionellen Dirigenten. Wir haben alle eine

solide Musikausbildung genossen, beruflich sind wir in unterschiedlichsten Bereichen tätig. Außer mir noch ein weiterer Arzt, zwei Biologen, eine Personalchefin, ein Experte für mittelalterliche Handschriften, ein Biobauer und Weinhändler...

**Chance:** Und ihr Repertoire?

**Dr. Manfred Mitterer:** Wir spielen viele Originalwerke sowie Bearbeitungen von Werken Beethovens, Haydn oder Mozart, die zwischen 1750 und 1850 für kleinere Ensembles umgeschrieben worden sind, die an den Höfen des niederen Adels auftraten.

**Chance:** Sie spielen aber auch in einem großen Orchester?

**Dr. Manfred Mitterer:** Seit 2011 gehöre ich dem World Doctors Orchestra an. Das Orchester gibt drei Konzerte im Jahr, in Europa, USA, Südafrika oder Asien, die Musiker treffen sich jeweils eine Woche vorher, um gemeinsam zu proben. Sämtliche Spesen werden von den Musikern selbst getragen, der Erlös der Konzerte kommt jeweils einem Projekt zugute. Zum Beispiel haben wir ein Boot für die ärztliche Versorgung der Landbevölkerung in entlegenen Gegenden Afrikas damit finanziert. Ich habe schon sechs oder sieben Mal mitgespielt. Das sind dann immer die ganz großen Werke, Sinfonien von Bruckner oder Mahler... Und immer in ganz großen Häusern...

**Chance:** Zum Beispiel?

**Dr. Manfred Mitterer:** Ich habe schon zweimal mit dem WDO in der Berliner Philharmonie gespielt. Das war auch emotional schon etwas ganz Besonderes! Einmal traten wir im Stephansdom in Wien zusammen mit den Wiener Sängerknaben auf. Die Es-Dur Messe von Schubert. Ich spielte das erste Fagott. Als der Sopran, ein zehnjähriger Knabe, beim Credo anfangen zu singen, war ich so gebannt von dieser kristallklaren, engelsgleichen Stimme, dass ich mich umdrehte, um ihn anzuschauen und habe glatt meinen Einsatz verpasst... Zum Glück war es nur die Generalprobe.

**Chance:** Wie oft kommen sie zum Spielen? Musik ist sicher ein guter Ausgleich für ihre Arbeit. Die Verantwortung als Primar für die Onkologische Tagesklinik, die psychologische Belastung...

**Dr. Manfred Mitterer:** Vor Konzerten übe ich jeden Tag eine Stunde, aber das



Leidenschaftlich Arzt und begabter Musiker

geht natürlich nicht immer. Sagen wir im Schnitt an vier Tagen in der Woche. Und ja, Sie haben recht. Musik ist ein optimaler Ausgleich. Wenn man durch die Musik die Zeit für Muße findet, dann tritt wirklich alles andere für diesen Moment in den Hintergrund. Man kann sich regenerieren. Ich sehe auch viele Parallelen zwischen meiner Arbeit als Primar und meiner Tätigkeit im Orchester.

**Chance:** In welcher Hinsicht?

**Dr. Manfred Mitterer:** Sehen Sie, im Ensemble, spiele ich Kontrafagott, die Basslinie, das ist ein Instrument, das nie solo spielt, aber es gibt die Klangfarbe und den Rhythmus vor. Es trägt aber wesentlich zum guten Gelingen bei, indem es ein gutes Fundament bietet.

**Chance:** Und Sie geben Takt und Rhythmus in der Abteilung vor?

**Dr. Manfred Mitterer:** Genau. Als Primar bin ich ja nicht die erste Geige. Ich bin primus inter pares. An meiner Abteilung arbeiten acht Fachärzt/innen. Alle top ausgebildet und absolut kompetent. Ich mische mich nicht in ihre Entscheidungen ein, aber es liegt an mir, eine Basis für ein gutes Miteinander zu garantieren und bestmögliche Voraussetzungen für ein optimales Arbeiten zu schaffen. ●

# Der schönste Beruf der Welt

Interview mit Dr. Sonia Prader, Primarin der Gynäkologie und Geburtshilfe Brixen



Foto: Othmar Seehauer

„Ich habe den schönsten Beruf der Welt“, sagt sie und man glaubt es ihr auf´s Wort. Sonia Prader ist als neue Primarin der Abteilung Gynäkologie und Geburtshilfe nach sieben Jahren an der onkologischen Klinik Essen wieder in ihre Heimat Brixen zurückgekehrt. Ein Gespräch über Leidenschaft, Kompetenz und Empathie. Über Anfang und Ende, Networking und Teamarbeit.

**S**onia Prader hatte ihre Stelle als Primarin in Brixen gerade erst seit einem Monat angetreten, als sie zu einer Art Mondlandung ansetzte. Eine absolute Pionierarbeit in Südtirol und wie sie hofft, der Beginn einer regelmäßigen ‚krankenhausesübergreifenden‘ Zusammenarbeit. Sie hat im Landeskrankenhaus Bozen als Erste Operateurin, assistiert von ihrem Bozner

Kollegen, Primar Steinkasserer, einen höchst komplexen Eingriff an einer ihrer Patientinnen mit einem fortgeschrittenen Eierstockkrebs durchgeführt, Seite an Seite.

**Chance:** *Dr. Prader, eine Operation im „Revier“ eines anderen. Wie haben sie sich dabei gefühlt?*

**Dr. Sonia Prader:** Es hat schon Mut gebraucht. Ein fremder OP, ein fremdes Team. Aber ich habe mich getraut und er hat es zugelassen und ich glaube, wir haben damit die Basis gelegt für eine Zusammenarbeit im ganzen Land!

**Chance:** *Sie haben ihre Abteilung schon als Oberärztin kennengelernt, sind dann*

sieben Jahre nach Essen und zum 1. Januar 2020 wieder nach Brixen zurückgekehrt. War das ein leichter Schritt?

**Dr. Sonia Prader:** Mein Nest lässt mich nicht los, ich habe hier in Brixen angefangen zu arbeiten und ich bin selbst auf der Abteilung, auf der ich jetzt arbeite, geboren. Und das ist letztlich auch der Aspekt, der mich zur Rückkehr gebracht hat, nach sieben Jahren an einer hochspezialisierten onkologischen Klinik. Ich wollte wieder zur Geburtshilfe zurück.

**Chance:** Vom Lebensanfang über die Reife bis zum Ende...

**Dr. Sonia Prader:** So könnte man es nennen. Das ist die Natur, es geht von einem ins andere. Wir neigen immer dazu, zu trennen. Aber gerade dieser Übergang ist doch das Faszinierende. Ich denke im Allgemeinen, übergreifend. Für mich gibt es nicht das Denkschema, Deine Kompetenz, meine Kompetenz. Deshalb hat auch die Zusammenarbeit mit Dr. Steinkasserer so wunderbar geklappt. Das nächste Mal kommt er vielleicht zu mir operieren und ich werde assistieren.

**Chance:** Ihr erster Arbeitstag war schon ein Glückstag: Brixen hatte das Neujahrsgemüse...

**Dr. Sonia Prader:** Ja und am 20.02.2020 ist das Baby einer Krankenschwester hier geboren, die selbst auch schon hier geboren worden ist!

**Chance:** Mit welchem Ziel haben Sie Ihre Tätigkeit als Primarin hier aufgenommen?

**Dr. Sonia Prader:** Ich bin nach Essen gegangen und sieben Jahre dortgeblieben (obwohl es eigentlich nur zwei hätten sein sollen), weil ich die Hoch-Spezialisierung suchte. Meine Vorgabe ist, hier das weiterzuführen, was ich in Essen getan habe. Bozen ist das Zentralkrankenhaus, aber ich kann hier mein Wissen einbringen und mit dem von Bozen bündeln. Ich habe ein tolles Team hier und im Augenblick bin ich dabei, Aufgabenfelder und Berufsgruppen zu verbinden, übergreifend. Everybody smiles in the same language, das ist mein Motto. Es ist eine schöne Herausforderung, Menschentypen zu vereinen, Stabilisatoren, Konservative, Progressive, der kleinste gemeinsame Nenner ist, gute Arbeit zu leisten.

**Chance:** Das heißt, eine gute Mischung zwischen Regeln einhalten und flexibel bleiben?

**Dr. Sonia Prader:** Ja und die Mischung, aus dem, was ich kann und was der andere kann. Die gemeinsame Operation mit meinem Kollegen Steinkasserer ist das beste Beispiel. Arbeitsgruppen und Tumorboard sind gut, aber versuchen wir uns doch auch einmal auszutauschen. Versuchen wir uns in Rotation. Lass mir mal deinen Stuhl und nimm meinen, legen wir unsere Kapazitäten zusammen. Überwinden wir die Grenzen in unseren Köpfen! Vielleicht habe ich damit auch Leute vor den Kopf gestoßen. Ich habe eine überschwängliche Art, habe viel, sehr viel Energie und manchen Leuten mag das zu anstrengend sein.

**Chance:** Stichwort Geburtshilfe und Krebs

**Dr. Sonia Prader:** Das sind beides sehr sensible und vulnerable Phasen des Lebens und in beiden Phasen sieht man, wie Menschen mit veränderten Lebenssituationen umgehen. Das ist spannend. In der Schwangerschaft ist der Körper ganz von den Hormonen bestimmt. Das Lebensende hat wieder andere Herausforderungen. Das Problem ist nicht zuletzt auch zu erkennen, wann dominiert der Kopf und wann der Bauch und sich darauf einzustellen. Der Idealfall ist, wenn Vernunft und Herz in Einklang stehen. Dann geht vieles leichter...

**Chance:** Auch in der Krebstherapie?

**Dr. Sonia Prader:** Wenn ich eine Patientin zum Erstgespräch vor mir habe, versuche ich sofort zu spüren, in welche Richtung es geht. Wer hat die Oberhand, die Ratio oder der Bauch. Und je nachdem muss ich gegensteuern.

**Chance:** Das geht schon in den Bereich der Psychologie...

**Dr. Sonia Prader:** Das ist mein Anspruch und das kann in philosophische Gespräche ausufern.

**Chance:** Brixen ist Brustgesundheitszentrum. Eine Frau mit Mammakarzinom...

**Dr. Sonia Prader:** ...ist für mich in erster Linie eine Patientin mit einer sehr großen Heilungschance! Und wenn die Frage nach der Toxizität der Chemotherapie kommt, dann sage ich, eigentlich müsste man ein

Loblied auf die Chemotherapie singen, über 90% der Frauen werden dank ihr geheilt! Aber wenn ich vom Kopf bestimmt bin, dann sehe ich nur das Gift, wenn ich mich von Instinkten leiten lasse, sehe ich nur die Angst. Manchmal machen Gedanken mehr krank, als die eigentliche Erkrankung. Ich finde wir sollten uns alle viel früher Gedanken machen, über die Fragen, was ist denn überhaupt Krankheit? Wann bin ich krank und wann gesund? Und: wir sollten uns früh über unser Sterben Gedanken machen. Wie möchte ich sterben? Sich Szenarien im Kopf ausdenken, wie es wäre, wenn man es sich aussuchen könnte. Letztendlich kommt man zum Schluss, lass es kommen, wie es kommt und das ist gut.

**Chance:** Sie sagten, Sie erleben Ihre Patientinnen in zwei Extremsituationen: im Spannungsfeld von neuem Leben, von Krankheit und unter Umständen auch von Lebensende.

**Dr. Sonia Prader:** Und es ist unglaublich wie viel Kraft wir freisetzen, wie viel Kraft die Frauen freisetzen, wenn die Filter wegfallen. Im Kreißsaal und bei einer Krebserkrankung fallen viele Schutzmechanismen weg und wir kommen unserem Kern näher. Und genau hier liegt eine der großen Herausforderungen für uns: Diese Momente nutzen, damit die Frauen das besser überstehen und danach besser leben.

**Chance:** Sie haben vorhin davon gesprochen, dass wir uns früher mit unserem Sterben auseinandersetzen sollten. Tun sie das?

**Dr. Sonia Prader:** Ja sicher. Geburt und Sterben, Leben. Das hängt alles ganz natürlich zusammen. Das hat alles auch damit zu tun, was wir unter einem guten Leben verstehen.

**Chance:** Was ist ein gutes Leben für Sie?

**Dr. Sonia Prader:** Etwas tun, was mich erfüllt. Etwas für andere tun. Und der Gedanke, dass die Welt nach unserem Sterben ein kleines bisschen besser ist als vorher. Jeder in seinem Rahmen. Weil wir Zivilcourage gezeigt haben, uns in der Flüchtlingshilfe eingesetzt haben, wichtig für andere Menschen waren...dann hat das Leben einen Sinn.

**Chance:** Geburtshilfe und Krebs. Es gibt immer mehr junge Frauen, die an Krebs erkranken...



V. l. n. r.: Dr. Verena Thalmann und Dr. Sonia Prader mit den Hebammen Judith Gostner und Christine Fink

**Dr. Sonia Prader:** Ja, und da ist Schwangerschaft ein ganz wichtiges Thema. Ein Tumor während der Schwangerschaft: Je nachdem, in welcher Woche er diagnostiziert wird, kann die Schwangerschaft unter Umständen zu Ende geführt werden. Kinderwunsch danach: Welchen Abstand von der Behandlung muss ich einhalten? Werde ich eine Risikoschwangerschaft haben? Manchen Patientinnen gibt der Gedanke an ihren Kinderwunsch eine unwahrscheinliche Kraft, die fast mehr als alle unsere Behandlungen zur Heilung beiträgt. Ich habe erst kürzlich eine ehemalige Patientin gesehen. Mit zwei kleinen Kindern!

**Chance:** Sind Frauen bessere Gynäkologinnen?

**Dr. Sonia Prader:** Nein. Es geht nur um die Bindung zur Patientin, darum, ob ich in der Lage bin, eine Beziehung aufzubauen.

Das hängt nicht von Mann oder Frau ab. Beziehung, das zählt. Ich habe jetzt eine Chefarztambulanzen eingeführt...

**Chance:** Das heißt?

**Dr. Sonia Prader:** Eine Ambulanz für Frauen, die es sich nicht leisten können, eine Chefarztvisite zu bezahlen, die sich aber gerne von mir untersuchen lassen möchten. Deshalb habe ich in regelmäßigen Abständen, Chefarztambulanzen, wo sich jede Patientin anmelden kann, ohne die Privatvisite zu zahlen.

**Chance:** Bleibt Ihnen Zeit für anderes?

**Dr. Sonia Prader:** Natürlich. Abgesehen, davon, dass ich eigentlich "nicht zur Arbeit gehe", denn ich mache nichts lieber als im Krankenhaus zu arbeiten. Arbeit und Privatleben, das geht bei mir irgendwie in-

einander über. Aber ich nehme mir Zeit für Theater, Skifahren, Lesen, Kaffeetrinken mit meiner alten Volksschullehrerin...

**Chance:** Nach sieben Jahren in einer Großstadt wie Essen, ist da Brixen nicht etwas eng?

**Dr. Sonia Prader:** Ich suche immer nach Ähnlichkeiten. Im Ruhrpott sprechen die Leute von Maloche und ich habe einmal ein T-Shirt als Malocherin des Jahres bekommen, das gilt für hier doch auch. Essen hat rund 500.000 Einwohner, wie ganz Südtirol, aber ich hatte dort mein Viertel, meine Lokale, meine Whatsappgruppe. Die gibt es in Deutschland für alles: Poesie, Wellness, Kultur, Musik, Oper, Museen. In Bozen war ich schon im Theater und im Konzert. Es gibt Leute, die suchen und welche, die finden. Ich bin eine Finderin. Die Sachen finden mich... ●

# #ichbleibezuhause

## Interview mit dem Primar der Onkologie Bozen, Dr. Carlo Carnaghi

*Dienstag, 17. März. Ganz Europa und auch die Vereinigten Staaten stehen weitgehend still. Auch Länder wie Spanien, Frankreich und Deutschland, die die strengen Maßnahmen, die die italienische Regierung Anfang März beschlossen hat, zunächst als übertrieben angesehen haben mögen, haben sich der Covid-19 Pandemie ergeben müssen. #ichbleibezuhause gilt nun fast überall, wenn auch nicht in allen Ländern in derselben strikten Auslegung. Das Interview mit dem Primar der Onkologie Bozen, Dr. Carlo Carnaghi, wurde bereits am 5. März gemacht; nach dem Eskalieren der Coronavirus Pandemie war es nicht mehr möglich, ihn ans Telefon zu bekommen. Die Redaktion der Chance hat beschlossen, das Interview dennoch zu veröffentlichen. nd*



Foto: Ottmar Seehauser



Was zunächst als Problem einer weit entfernten Provinz in China erschien, hat sich nun zur Pandemie entwickelt. Wuhan ist mittlerweile in aller Munde. Wuhan ist mitten unter uns. Der Corona-Virus hat sich in allen Kontinenten verbreitet, mit Ausnahme der Antarktis. Die Krankheit, deren Symptome zunächst einer Grippe ähneln (Fieber, trockener Husten und Atembeschwerden) entwickelt sich in schweren Fällen zu einer Lungenentzündung, die zum Atemstillstand, zum Ausfall der Nierentätigkeit und schließlich auch zum Tod führen kann.



Fieberkontrolle in einem Triage-Zelt

**K**rebspatienten gelten als Risikogruppe, da ihr Immunsystem geschwächt ist. Wir haben den Primar der Onkologie, Dr. Carnaghi gefragt, welche Maßnahmen sie ergreifen sollen.

**Chance:** Dr. Carnaghi, Krebspatienten und hier vor allem, wer sich gerade in Chemotherapie befindet, gehören zu den Risikogruppen. Was tun?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Vor allem nicht in Panik ausbrechen! Aber höchste Vorsicht ist geboten. Man muss sich strikt an alle Vorkehrungen, alle von der Regierung beschlossenen Maßnahmen halten. In Südtirol ist die Situation (noch) weniger schlimm als anderswo, bisher haben nur relativ wenige der positiv getesteten Personen auch die Symptome entwickelt. (am 17. März waren in Südtirol 8 Tote zu beklagen, alle (weit) über 80, Anm. d. Red.).

**Chance:** Wie kann man sich schützen?

**Dr. Carlo Carnaghi:** In dem man sich an die von der Regierung erlassenen Maßnahmen hält. Und zwar streng hält. Keine Hände schütteln, sich nicht umarmen oder küssen, Abstand halten, sich nicht das Gesicht, den Mund oder die Nase mit den Händen

berühren und vor allen Dingen: Sich sehr oft die Hände desinfizieren oder gründlich waschen. Abstand halten. Zuhause bleiben.

**Chance:** Müssen Patienten in Chemotherapie eine Maske tragen?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Nicht unbedingt, nicht überall. Man sollte einen vernünftigen Gebrauch der Masken machen. Wer in Kontakt mit einer infizierten Person gekommen ist oder wer Symptome wie Fieber und Husten aufweist, soll sich umgehend telefonisch mit seinem Hausarzt oder mit der grünen Nummer 800 751 751 in Verbindung setzen, die von 8 bis 20 Uhr besetzt ist. Auf keinen Fall zum Hausarzt oder ins Krankenhaus gehen.

**Chance:** Was ist mit den Therapie- und Kontrollterminen?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Für dringende Untersuchungen und für die Therapien müssen die Patienten in die Onkologie kommen, aber nur dafür. Wir sind dabei, nicht absolut dringende Kontrolluntersuchungen für zwei, drei Monate zu verschieben.

**Chance:** Gelten besondere Vorkehrungen für das medizinische Personal?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Auch wir gehören einer Risikogruppe an und stellen mehr als 12% der Infizierten. Beim geringsten Anzeichen sind wir aufgerufen, uns in Quarantäne zu begeben. Wir sind dabei einen Arbeits- und Turnusplan zusammenzustellen, der vorsieht, dass immer dieselben Personen zusammen ihren Dienst versehen, also fixe Arbeitsgruppen. Auf diese Weise hoffen wir, das Ansteckungsrisiko zu verringern.

**Chance:** Wir sind jetzt Anfang März... Ist es vorzusehen, wie sich diese Pandemie weiter entwickeln wird?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Eine schwierige Frage. Im Augenblick scheint die Situation unter Kontrolle, aber das kann sich von einem Moment zum anderen radikal ändern...

**Chance:** Dr. Carnaghi, Sie stammen aus Mailand, ihre Familie lebt dort. Wie verhalten Sie sich?

**Dr. Carlo Carnaghi:** Zum heutigen Tag (5. März, A.d.R.) sind es zwei Wochen, dass ich nicht mehr zuhause war und ich habe nicht die Absicht, dorthin zu fahren! #ichbleibeZuhause ●



# Liebe Leserinnen und Leser,

wo beginnen? Die Ereignisse haben sich überschlagen in den letzten Tagen. Nachrichten über Nachrichten aus den Medien. Zahlen, die ohne Unterlass wachsen, Freiheiten, die eingeschränkt werden. Es ist Sonntag, 15. März. Ein erster Frühlingstag. Sonne, einige Wolken, Forsythien und Magnolien in voller Blüte. Je nach Schatten oder Sonne milde oder noch empfindlich beißende Temperaturen. Unter normalen Umständen wäre ich jetzt mit meinem Hund irgendwo auf dem Berg wandern. Aber #ichbleibe zuhause. Die Texte der Chance sind fertig geschrieben. Die meisten Interviews und Ereignisse sind noch aus der Zeit Vor-Corona. Mit dem Kommentar habe ich bis zum letzten Tag warten wollen. Die Chance ist keine Tageszeitung und hat keinen Anspruch auf Aktualität, aber Corona kann nicht unerwähnt bleiben. Die Landesversammlung ist auf den 16. Mai verschoben worden. Ob dieser Termin tatsächlich zustande kommt, steht noch in den Sternen. Wir sind erst am Anfang. Der Höhepunkt der Pandemie ist

noch nicht absehbar. Auch in Südtirol hat das Virus bereits Opfer gefordert, die Zahlen steigen. Gefährdet sind vor allem Menschen über 80 und Menschen mit einem geschwächten Immunsystem. Ich kann nur hoffen, dass die betroffenen Mitglieder der Krebshilfe verschont bleiben. Wenn jeder sich an die von der Regierung verordneten Einschränkungen hält, werden wir Covid-19 überwinden. Wie lange es dafür braucht ist (noch) nicht absehbar. Ebenso wenig, was danach kommt. Das Virus hat uns nur allzu deutlich vor Augen geführt, dass wir an einem Punkt angelangt sind, an dem es eigentlich kein Vorwärts mehr gibt. Wir dürfen uns auf (tiefgreifende) Veränderungen gefasst machen. Nach-Corona wird nicht mehr wie Vor-Corona sein...

Das Hauptthema in diesem Heft ist auch nicht von der leichten Sorte. Die Krebsgespräche zum Thema Krebs und Tod. Tod und Sterben, ein Tabu in unserer auf Jung- und Aktivsein getrimmten Gesellschaft. Und doch: wer lebt, stirbt auch. Beides geht

hört eng zusammen, beides ist zu wichtig, um es anderen zu überlassen. Auch Trauer gehört in dieses Spannungsfeld. Ein anderer Aspekt, der von unserer Gesellschaft gern totgeschwiegen wird (wie treffend manche Worte doch sein können!). Wer nicht trauert, kann nicht Abschied nehmen. Bei den Krebsgesprächen haben zwei Personen das Wort ergriffen, die ihrer Trauer Platz eingeräumt haben, Astrid Fleischmann und der erst neunzehnjährige Noah Ennemoser, der durch seine Intensität und seinen Mut einen ganzen Saal zu Tränen gerührt hat.

Ich schaue wieder nach draußen. Die Sonne hat sich wieder Platz geschafft zwischen den Wolken. Ein warmes Licht erfüllt mein Arbeitszimmer, durch das offene Fenster dringt der Duft von Frühjahr. Ich wünsche Ihnen/ uns allen ein neues Frühjahr, Kraft und Hoffnung

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: 9400 4360 213

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 Zweckbe-

stimmung 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!

Bitte hier abtrennen

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

# 20 Jahre Weltkrebstag

Informieren ist vorbeugen – Krebs in Europa zweithäufigste Todesursache



Foto: Othmar Seebauer

Vor zwanzig Jahren wurde der 4. Februar als Weltkrebstag von der Welt-Krebsorganisation, Union for International Cancer Control, UIVV ins Leben gerufen. Ziel ist das Thema Krebs aus der Tabuzone zu holen und ein breites Publikum auf Themen wie Krebsprävention und Früherkennung sowie Forschung aufmerksam zu machen.

**F**ast 300 Organisationen in 86 Ländern beteiligen sich jedes Jahr weltweit an diesem Tag und nutzen ihn, um mit Pressekonferenzen, Aktionen und Veranstaltungen auf das Thema Krebs, die neuesten Forschungsergebnisse und Therapiemöglichkeiten, Zahlen und vor allem auf die Eigenverantwortung aufmerksam zu machen. Krebs ist in Europa nach Herz-Kreislauferkrankungen (50%) die zweithäufigste Todesursache (20%). Der Genuss von Tabak ist in beiden Fällen ein entscheidender Faktor. Jedes Jahr legt der Weltkrebstag den Bürgern die Regeln der Weltgesundheitsbehörde für einen gesunden Lebensstil ans Herz.

- **Nicht rauchen**
- **Kein Übergewicht**
- **Ausreichend Bewegung**
- **Ausgewogene Ernährung**
- **Wenig rotes Fleisch**

- **Geringer Alkoholkonsum**
- **Ausreichend Sonnenschutz**
- **Regelmäßige Krebsfrüherkennungsuntersuchungen**
- **Impfung gegen Hepatitis B und HPV**
- **Schutz vor krebserregenden Stoffen**

Jedes Jahr steht der Weltkrebstag unter einem anderen Motto, in diesem Jahr „ICH BIN UND ICH WERDE“. Mit anderen Worten, Wer bin ich und was kann ich persönlich zur Bekämpfung von Krebs tun? Ein gesunder Lebensstil geht Hand in Hand mit einem umweltbewussten Lebensstil. Neben dem schon erwähnten Tabakgenuss zählt auch die Umweltbelastung zu den Hauptgründen für Krebserkrankungen.

Weltweit erkranken rund 14 Millionen Menschen an Krebs, im Jahr 2018 sind 8,8 Millionen Menschen an Krebs gestorben. Laut Hochrechnungen werden im Jahr 2030

etwa 21 Millionen Menschen die Diagnose Krebs erhalten und 13 Millionen Menschen an Krebs sterben. Die Hälfte der Krebserkrankungen könnte durch einen gesunden und verantwortlichen Lebensstil vermieden werden. Umso wichtiger ist die Information.

Auch die Südtiroler Krebshilfe nutzt jedes Jahr den Weltkrebstag, um umfassend über das Thema zu informieren. Jedes Jahr wird ein neuer Aspekt beleuchtet: Ernährung, Lungenkrebs, Mammakarzinom, Prostatakrebs, Darmkrebs usw. Der Primar des Dienstes für Pathologische Anatomie und Histologie und Direktor des Südtiroler Tumoregisters, Dr. Guido Mazzoleni ist dabei regelmäßiger Gast der Veranstaltung und wartet Jahr für Jahr mit den neuesten Zahlen über die Krebserkrankungen in Südtirol auf. ●

# Onkologie im Wandel

Pressekonferenz der SKH am Weltkrebstag – Fakten und Daten



Foto: Othmar Seehauser

Welche aktuellen Herausforderungen und künftige Anforderungen kommen auf die onkologische Versorgung in Südtirol zu? Und was sagen die statistischen Daten über die Krebserkrankungen in Südtirol aus? Anlässlich des Weltkrebstages am 4. Februar lud die Südtiroler Krebshilfe zu einer Pressekonferenz mit drei Experten Dr.in Emanuela Vattemi, Onkologin am Krankenhaus Bozen, Dr. Christoph Leitner, Direktor des onkologischen Dayhospitals am Krankenhaus Bruneck, sowie Dr. Guido Mazzoleni, Primar der anatomischen Pathologie und Histologie und Direktor des Südtiroler Tumorregisters.

Die Südtiroler Medien griffen wie jedes Jahr dankbar die Gelegenheit auf, um umfassend über dieses wichtige Thema zu informieren. „Als Südtiroler Krebshilfe ist es uns wichtig, kontinuierlich zu sensibilisieren und im Interesse der Patientinnen und Patienten aktuelle Themen anzusprechen“, so Ida Schacher, Präsidentin der Südtiroler Krebshilfe. Das Thema des diesjährigen Weltkrebstages, „Ich bin und ich

werde“ sei Anstoß darüber nachzudenken, was jeder Einzelne zur Verhütung von Krebs bei sich und auch anderen tun könne.

### Onkologie heute und morgen in Südtirol

Über die gegenwärtigen und zukünftigen Entwicklungen in der Onkologie sprachen Emanuela Vattemi und Christoph Leitner. Sie berichteten, dass sich die Krankheit

Krebs im Wandel befinde: „Krebs ist nicht mehr nur eine Erkrankung, sondern eine Vielzahl von unterschiedlichen Krankheitsbildern. Aus diesem Grund verändert sich auch die Onkologie als Fachgebiet. Es entstehen viele neuen Vorsorge-, Diagnose- und Therapiemöglichkeiten, die auf unterschiedlichen molekularbiologischen und genetischen Krankheitsprozesse basieren. Dies eröffnet neue Chancen, ist aber



V.l.: Die Onkologen Dr. Christoph Leitner und Dr. Emanuela Vattemi

auch kostspielig“, erläuterten Vattemi und Leitner. Hinzu komme die demografische Entwicklung der Gesellschaft: „Wir werden älter und damit steigt auch die Anzahl der Neuerkrankungen.“

Dank der neuen Therapien sei Krebs heute zunehmend eine chronische Krankheit, mit der Patienten viele Jahre lang leben könnten. Die neuen Therapien seien immer effizienter und weniger schädlich für den gesamten Organismus, leichter zu vertragen als die herkömmlichen Chemotherapien, die in bestimmten Fällen gänzlich durch neue Therapien ersetzt werden könnten. Dadurch stelle sich ein neues Problem: Die Begleiterkrankungen, die sich erst mit zunehmendem Alter bemerkbar machten. Ein großes Problem sei außerdem die Finanzierbarkeit der neuen Therapie, die äußerst kostspielig seien. Dies stelle auch ethische Fragen. Hier käme die nicht zuletzt auch die Frage der Verantwortung jedes einzelnen ins Spiel. Ein gesunder Lebensstil helfe viele Krebserkrankungen vorzubeugen.

Die bezirksübergreifende Zusammenarbeit vieler Spezialisten sei von immer größerer Bedeutung in der Krebstherapie. Das multidisziplinäre Tumorboard wird zunehmend durch ein molekuläres Tumorboard ergänzt. Alles das münde laut den beiden Onkologen in folgende Fragen: Wie schaffen wir es in Südtirol, die Onkologie leistbar und gleichzeitig auf hohem Niveau zu halten? Kann ein onkologisches Netzwerk Antworten darauf geben? Welche Lösungen ergeben sich aus der Forschung? Und wie kommen wir in Südtirol zu den neuesten Forschungsergebnissen bzw. wie können diese zeitgerecht in die Praxis eingeführt werden? In Zukunft müsse auch in Südtirol klinische Forschung betrieben werden. Nicht zuletzt spiele der Fachärztemangel eine Rolle: Es gelte, die notwendigen Fachärzte entsprechend auszubilden bzw. zu akquirieren. Die Zahl der Patienten steige, jene der Ärzte nicht.

### Fakten zu den Tumorerkrankungen in Südtirol

Die statistischen Daten zur Häufigkeit, Neuerkrankungen und Mortalität in Südtirol werden kontinuierlich im Tumoregister gesammelt und analysiert. Primar Guido Mazzoleni präsentierte diese Zahlen: Demnach erkrankten in den Jahren 2012-2016 in Südtirol jährlich 2.837 Personen an Krebs, davon 1.277 Frauen und 1.560 Männer (Hauttumore ausgeschlossen). Bei den Männern ist der Prostatakrebs mit 21% die häufigste Krebsart, gefolgt von Kolon-Rektum-Tumor (13%), Lungenkrebs (10%) und Blasenkrebs (10%). Frauen erkrankten am häufigsten an Brustkrebs (28%), gefolgt vom Kolon-Rektum-Krebs (12%), Lungenkrebs (7%) und Melanomen (6%). Durchschnittlich verstarben in den Jahren 2014-2018 jährlich 1.139 Südtirolerinnen und Südtiroler aufgrund einer Tumorerkrankung, davon mehr Männer (632) als Frauen (507). „Bei den Männern verringern sich die Neuerkrankungen, bei den Frauen bleiben diese stabil“, so Primar Mazzoleni.

Dies sei auf eine Zunahme der Raucherinnen zurückzuführen, während Männer zunehmend das Rauchen aufgeben. Rauchen ist nach wie vor die Hauptursache für viele Krebsarten, nicht nur Lungenkrebs. Gefolgt von falscher Ernährung, übertriebenem Alkoholgenuß, zu wenig Bewegung, Übergewicht und UV-Strahlen.

**Risikofaktoren und Screening-Programme in Südtirol**

Die Hauptursachen für das Auftreten von Krebserkrankungen können im persönlichen Lebensstil festgemacht werden: Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung, Übergewicht, übermäßiger Alkoholkonsum und Rauchen gelten als Risikofaktoren. Zwei

von drei Krebserkrankungen seien darauf zurückzuführen. In Südtirol gebe es weniger Raucher als im restlichen Italien, dafür sei aber der Alkoholkonsum größer. Die Teilnahme an den Screening-Programmen, so Mazzoleni, ist eine wirksame Methode, um Krebserkrankungen frühzeitig zu erkennen und damit die Heilungschancen zu erhöhen. Dank der Einladung mit beigelegtem Termin sei in Südtirol die Zahl der Teilnehmerinnen am Brustkrebscreening gestiegen. In Südtirol können drei Krebsvorsorgeprogramme in Anspruch genommen werden: Zum einen die Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs mittels Pap-Test oder HPV-Test, an der 30,3% der eingeladenen Frauen im Jahr 2018 teilnahmen. Zum

Mammographie-Screening gingen 63,9%; an der Früherkennungsmaßnahme für Darmkrebs beteiligten sich 37,6% der eingeladenen Frauen und Männer. Allerdings müssten die Ergebnisse richtig interpretiert werden, da die privat vorgenommenen Screeninguntersuchungen nicht berücksichtigt seien. Eine gute Nachricht, die nicht zuletzt auch auf den Erfolg der Informationskampagnen zurückzuführen sei: „Die Zahl der Melanome ist endlich rückläufig; Südtirol hatte die höchsten Zahlen in ganz Europa.“ Insgesamt gab sich Mazzoleni optimistisch: Krebs sei heute eine Krankheit, die bei früher Diagnosestellung in vielen Fällen gute Heilungschancen hätte. ●

## Brustkrebs-Chirurgie nach Eingriffen in Italien und in den Südtiroler Brustkrebszentren

(Quelle PNE 2018)

- |                                                                                                          |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. IEO - Europäisches Krebsinstitut Mailand<br><b>(Nr. Eingriffe: 3003)</b>                              | 8. Onkologisches Institut Venetien Padua<br><b>(Nr. Eingriffe: 703)</b>                                  | 15. Onkologisches Krankenhaus Armando Businco - A.O. Brotzu Cagliari<br><b>(Nr. Eingriffe: 552)</b>                                                                                                                                         |
| 2. Institut Humanitas Rozzano (MI)<br><b>(Nr. Eingriffe: 995)</b>                                        | 9. Krankenhaus San Martino Genua<br><b>(Nr. Eingriffe: 682)</b>                                          | In Südtirol werden Brustchirurgische Eingriffe in den drei Brustgesundheitszentren Bozen, Meran und Brixen sowie in Bruneck durchgeführt. Die Zahlen beziehen sich auf 2018 und wurden vom Südtiroler Tumorregister zur Verfügung gestellt: |
| 3. Nationales Tumorerinstitut Mailand<br><b>(Nr. Eingriffe: 985)</b>                                     | 10. Universitätsklinik Pisa - Standort Cisanello di Pisa<br><b>(Nr. Eingriffe: 662)</b>                  | Gynäkologie Bozen<br><b>(Nr. Eingriffe: 199)</b>                                                                                                                                                                                            |
| 4. Universitätsklinik Careggi di Firenze<br><b>(Nr. Eingriffe: 947)</b>                                  | 11. Krankenhaus- IRCCS Arcispedale Santa Maria Nuova - AUSL Reggio Emilia<br><b>(Nr. Eingriffe: 657)</b> | Gynäkologie Meran<br><b>(Nr. Eingriffe: 133)</b>                                                                                                                                                                                            |
| 5. Universitäts-Poliklinikum A. Gemelli Rom<br><b>(Nr. Eingriffe: 888)</b>                               | 12. Onkologisches Zentrum Humanitas Catanese Catania<br><b>(Nr. Eingriffe: 654)</b>                      | Gynäkologie Brixen<br><b>(Nr. Eingriffe: 88)</b>                                                                                                                                                                                            |
| 6. Krankenhaus Sant'Anna - AOU "Città della Salute e della Scienza" Turin<br><b>(Nr. Eingriffe: 833)</b> | 13. Poliklinikum Modena<br><b>(Nr. Eingriffe: 636)</b>                                                   | Gynäkologie Bruneck<br><b>(Nr. Eingriffe: 47)</b>                                                                                                                                                                                           |
| 7. Krankenhaus Bellaria C.A. Pizzardi - AUSL Bologna<br><b>(Nr. Eingriffe: 736)</b>                      | 14. IFO - Nationales Tumorerinstitut Regina Elena Rom<br><b>(Nr. Eingriffe: 632)</b>                     | <b>Total Nr. Eingriffe: 467</b>                                                                                                                                                                                                             |

# Bio-Testament national erfasst

Patientenverfügung ab sofort italienweit erfasst und zugänglich – auch Organspende



Foto: Othmar Stehauer

Die Patientenverfügung oder auch biologisches Testament. Ein in Italien lange umstrittenes Thema, das am 31. Januar 2018 mit dem Inkrafttreten des Gesetzes 209 zu einem positiven Abschluss gekommen ist. Nun ist noch das I-Tüpfelchen dazugekommen: Seit dem 1. Februar 2020 gibt es ein nationales Register für diese Erklärungen, mit denen Bürger vorsorglich festlegen können, dass bestimmte medizinische Maßnahmen durchzuführen oder zu unterlassen sind, falls sie nicht mehr selbst entscheiden können.

**B**isher gab es eine solche Datei nur auf Lokalebene, vorausgesetzt natürlich, dass wer eine Patientenverfügung aufgesetzt hat, diese auch bei seiner Wohn-gemeinde (kostenlos) registrieren lässt. Eine Patientenverfügung, und dies kann nicht oft genug betont werden, hat nichts mit aktiver oder passiver Sterbehilfe zu tun. Sie gibt dem einzelnen aber die Möglichkeit, über sein Lebensende hinsichtlich lebensverlängernder Maßnahmen zu bestimmen, solange er noch dazu in der Lage ist. In der Patientenerklärung kann außerdem die Zustimmung zur Organspende gegeben werden.

Viele gehen davon aus, dass eine Patientenverfügung nur eine Angelegenheit für ältere Menschen sei. Falsch. Auch ein junger Mensch kann nach einem Unfall in ein irreversibles Koma fallen. Eine Patientenverfügung sollte deshalb so früh wie möglich nach Erreichen der Volljährigkeit geschrieben werden. Im Lauf des Lebens kann sie dann den jeweiligen Umständen, den eigenen Überzeugungen und den neuesten Forschungsergebnissen angepasst werden.

Die Verfügung betrifft grundsätzlich zwei Entscheidungen: Möchte ich, dass alle me-

dizinischen Möglichkeiten bis zum Ende ausgeschöpft werden, auch wenn eine Heilung ausgeschlossen ist oder möchte ich lebensverlängernde Maßnahmen verweigern, die im Grunde nur das Leiden verlängern, aber keine Lebensqualität mehr garantieren. In der Patientenverfügung wird keine Entscheidung über mögliche palliative Behandlungen getroffen. Die Palliativbehandlung ist ein Grundrecht eines jeden Menschen.

Worüber sich viele nicht im Klaren sind: Die Patientenverfügung greift nur in dem Augenblick, in dem der Betroffene durch Krankheit oder Unfall nicht mehr in der

Lage ist, seinen Willen kundzutun und Entscheidungen zu treffen. Im Prinzip ist sie nichts anderes als eine vorweggenommene aufgeklärte Einwilligung wie sie im Krankenhaus vor Beginn einer jeden Therapie oder Operation unterschrieben werden muss. Sie ist in dieser Hinsicht nicht nur eine Entscheidung für einen selbst, sondern auch eine Hilfe für die Angehörigen. Entscheidungen über eine Fortsetzung oder die Beendigung von Therapien bzw. lebensverlängernden Maßnahmen bei Patienten, die selbst nicht mehr in der Lage sind zu entscheiden, ist für die Familie, den Partner in einer ohnehin von Schmerz geprägten Situation, oft eine fast nicht zumutbare Anforderung.

Wer sich für eine vorgedruckte Patientenverfügung entscheidet, ist angehalten für drei Situationen im Voraus zu entscheiden: eine unheilbare schwere Krankheit im Endstadium, ein irreversibles Koma oder eine fortgeschrittene Demenzerkrankung. Jeder Bürger kann mit einer Patientenverfügung bestimmen, ob er auf lebensverlängernden Maßnahmen wie künstliche Versorgung mit Nahrung und Flüssigkeit, Verabreichung von Antibiotika, künstliche Beatmung oder der Fortsetzung von Therapien bzw. chirurgischen Eingriffen beharrt, auch wenn eine Heilung ausgeschlossen und eine menschenwürdige Lebensqualität nicht mehr gegeben ist oder ob er dem Sterben seinen natürlichen Lauf lassen möchte.

Mit Inkrafttreten des Gesetzes 209 am 31. Januar 2018 haben Patientenverfügungen Rechtskraft. Das heißt, die Ärzte sind

angehalten, sich an diese Dispositionen zu halten, es sei denn, seit der Unterzeichnung der Verfügung sind Forschungsergebnisse erzielt worden, die dem Patienten eine relative Lebensqualität gewährleisten. Behandelnde Ärzte, die aus religiösen oder ethischen Überzeugungen die Patientenverfügung nicht anerkennen, müssen sich durch einen anderen Kollegen ablösen lassen.

Patientenverfügungen können beim Hausarzt, bei chronischen Patienten auf der entsprechenden Fachabteilung des Krankenhauses wie z. B. der Onkologie, bei einem Notar (kostenpflichtig) oder beim Meldeamt der Wohngemeinde (kostenfrei) registriert werden. Es wird empfohlen, in der Verfügung einen oder auch zwei Vertrauenspersonen als Garanten für die Durchführung dieses Willens zu benennen. Die Verfügung kann schriftlich oder auch in Form eines Videos verfasst werden (bei zurechnungsfähigen Personen, die nicht mehr in der Lage sind, zu schreiben). Es empfiehlt sich, die Patientenverfügung zusammen mit dem Hausarzt bzw. mit einer fachlich kompetenten Person auszufüllen und dann beim Standesamt oder bei einem Notar registrieren zu lassen. Neben der Vertrauensperson sollte der Betreffende selbst eine Kopie an einem gut zugänglichen Ort aufbewahren, bzw. mit sich führen.

Die Notare haben sich seit Inkrafttreten des Gesetzes 2018 für die Schaffung eines nationalen Registers eingesetzt. Der Vorteil liegt auf der Hand. Wer z. B. nicht in seiner Wohngemeinde, sondern irgendwo auf dem Staatsgebiet einen schweren Unfall erleidet oder durch einen Eingriff plötzlich

seiner Entscheidungsfähigkeit beraubt wird, kann damit sichergehen, dass seine Bestimmungen dennoch zur Kenntnis genommen und respektiert werden. Nicht immer ist Zeit, um den Konsens der Angehörigen einzuholen. Die im nationalen Register aufgenommenen Patientenverfügungen stehen online Ärzten und Krankenhäusern zur Verfügung. Es ist zudem vorgesehen, dass die Betroffenen selbst und auch die Vertrauensperson einen geschützten Zugang erhalten werden, um diese jederzeit einsehen zu können.

Alle nach dem 1. Februar 2020 beim Standesamt oder bei Notaren registrierten Patientenverfügungen müssen bis 31. März automatisch bei dem nationalen Register gemeldet werden. Die beglaubigten Kopien der Patientenverfügungen müssen bis spätestens 31. Juli digital an das Register weitergeleitet werden. Wer eine nationale Erfassung seiner Patientenverfügung nicht wünscht, muss dies bei der Registrierung explizit angeben. In Zukunft soll die Patientenverfügung in die elektronische Patientenakte aufgenommen werden. Damit wäre sie automatisch auch auf der Sanitätskarte gespeichert und abrufbar. In Italien haben bisher nur ca. 0,7 Prozent der Bevölkerung eine Patientenverfügung verfasst und registrieren lassen. In Bozen sind seit dem Stichtag 1. Februar 2018 beim Meldeamt 610 Patientenverfügungen registriert worden, in Meran ungefähr zweihundert, seit Einführung des Nationalen Registers sind weitere zwei dazu gekommen. Die Südtiroler Notare haben vergangenes Jahr 30 Verfügungen beurkundet. ●

## 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 Anrufe 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 Spengelder 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.



# Staatliches Register für Patientenverfügung

Vier Fragen an Dr. Walter Crepaz, Präsident der Notarkammer



Foto: Othmar Seehauer

Die Aufnahme der Patientenverfügungen ins staatliche Register erfolgt automatisch bis spätestens 31. Juli 2020. Die Notare haben sich sofort nach Inkrafttreten des Gesetzes über die Patientenverfügung für die Schaffung eines nationalen Registers eingesetzt, um zu gewährleisten, dass diese Bestimmungen auf dem ganzen Staatsgebiet wahrgenommen werden können. Ein Gespräch mit dem Präsidenten der Südtiroler Notarkammer, Walter Crepaz.

**Chance:** Krankenhaus, Hausarzt, Verfasser der Patientenverfügung und die Vertrauensperson werden einen geschützten Zugang zu dem nationalen Register erhalten? Das heißt, sie erhalten einen persönlichen Account, z. B. über Pincode oder Password?

**Walter Crepaz:** Ja, sicherlich, wie dies aber konkret technisch vor sich geht, kann ich Ihnen zu diesem Zeitpunkt noch nicht sagen (auch die Meldeämter hatten zum 29. Februar 2020 noch keine diesbezügliche Mitteilung erhalten, A.d.R.).

**Chance:** Patientenverfügungen, die nach dem 1. Februar 2020 erfasst werden, werden vom jeweiligen Amtsträger automatisch an das nationale Register weitergeleitet, es sei denn, der Verfasser erklärt ausdrücklich, dass er dies nicht wünscht. Wer seine Erklärung vor diesem Datum abgegeben hat, muss selbst die Initiative ergreifen und einen Antrag auf Registrierung stellen oder erhält er von öffentlicher Seite eine Anfrage?

**Walter Crepaz:** Weder noch. Die Daten aller vor dem 1. Februar 2020 beglaubigten Patientenverfügungen werden von den Notaren (oder von dem Meldeamt der Wohn-gemeinde, A.d.Rd.) grundsätzlich innerhalb 31. März beim staatlichen Register gemel-

det, die beglaubigten Kopien derselben innerhalb von 180 Tagen ab dem 1. Februar, also spätestens bis 31. Juli, in digitaler Form übermittelt. Wer das nicht wünscht, muss dies der Amtsperson, welche die Patientenverfügung aufgenommen hat, mitteilen.

**Chance:** Die Notare haben einen großen Beitrag zur Schaffung dieses nationalen, staatlichen Registers geleistet...

**Walter Crepaz:** In der Tat, die Notare haben sich vom Tag des Inkrafttretens des Gesetzes über die Patientenverfügung für die Schaffung eines nationalen Registers stark gemacht. Die Vorteile liegen auf der Hand. Bislang wurden die von einem Notar beglaubigten Patientenverfügungen lediglich in der Urkundensammlung der Notare vermerkt; diese Urkunden wurden beim lokalen Registeramt (Agentur der Einnahmen) registriert und das Notarsarchiv hat einen Vermerk darüber bekommen, wie dies mit sämtlichen vom Notar beurkundeten Dokumenten geschieht. Ein nationales Register hingegen garantiert den italienweiten Zugang zu diesem wichtigen Dokument. Ab August müssen zudem wie gesagt nicht nur die Mitteilung der erfolgten Beglaubigung, sondern auch die digitalen Kopien italienweit zugänglich sein.

**Chance:** Mit dem nationalen Register ist die Gültigkeit (bzw. Wahrnehmung) der Patientenverfügung auf nationaler Ebene demnach gewährleistet. Wie sieht es auf internationaler Ebene aus?

**Walter Crepaz:** Sicherlich wurden auch in anderen Staaten Europas gesetzliche Bestimmungen bezüglich Patientenverfügungen erlassen; Vorreiter waren das sicherlich Staaten Nordeuropas. Italien ist eines der letzten Länder der EU, in denen die Patientenverfügung gesetzlich geregelt worden ist. Inwiefern jedoch heutzutage die Daten überstaatlich verknüpft sind, d.h. ob z.B. die Südtiroler Sanitätseinheit oder die deutschen Gesundheitsämter heutzutage Zugriff auf die in Italien verfassten und registrierten Patientenverfügungen hat, da kann ich ihnen derzeit keine Antwort geben. Mein Rat könnte sein: wer eine Auslandsreise antritt, sollte entweder seine Patientenverfügung mit sich führen oder sicherstellen, dass die Vertrauensperson, die die Verfügung mit unterzeichnet hat, bzw. Angehörige oder nahestehende Personen über die Reise Bescheid wissen und gegebenenfalls kontaktiert werden können. ●

# Mehr Zeit und mehr Zyklen

Landesregierung hat Bestimmungen für Lymphdrainage aktualisiert



Foto: Othmar Seehauer

Lymphdrainage ist ein wichtiger Bestandteil der Follow-Up Therapie von Krebspatienten/innen, vor allem nach Brust- oder Unterleibsoperationen, auch bei Männern. Die Südtiroler Krebshilfe bietet in Konvention mit dem Südtiroler Sanitätsbetrieb seit vielen Jahren die manuelle Lymphdrainage nach ärztlicher Verschreibung an. In jedem Bezirk befindet sich ein Ambulatorium mit einem oder mehreren Physiotherapeuten/innen, die spezifisch für Lymphdrainage ausgebildet sind.

Ingeborg Nollet, Physiotherapeutin des Bezirks Vinschgau der Krebshilfe ist sozusagen die Dekanin der Physiotherapeuten/innen. Sie und ihre Kollegen sind sehr erfreut über die endlich erfolgte Ergänzung der Bestimmungen des entsprechenden Landesgesetzes von 1989. „Das ursprüngliche Gesetz sah nur die Vergütung von 30 Minuten Behandlung vor. Für unsere Arbeit und für unsere Patienten stellt die Verlängerung auf 90 Minuten einen großen Vorteil dar. Wir können uns nun die erforderliche Zeit den Patienten/innen widmen, haben aber auch die notwendige Zeit für den bürokratischen Aufwand abgegolten.“

Die Lymphdrainage, so Ingeborg Nollet, ist eine wichtige Unterstützung der Krebstherapie. Sie dient nicht nur der Behandlung von sichtbaren Lymphödemen, son-

dern auch den Lymphödemem im Bauchraum, nach Prostata- oder gynäkologischen Eingriffen, die nicht sichtbar sind und auch von internistischen Fachärzten oft verkannt werden. Deren Nichtbehandlung aber gravierende Folgen für die Patienten haben kann.

## Die wichtigsten Bestimmungen auf einen Blick:

Bisher war die Dauer der Behandlung inklusive aller damit verbundenen Tätigkeiten auf sechzig Minuten beschränkt. Mit der Aktualisierung des Landestarifverzeichnisses für ambulante fachärztliche Leistungen, verabschiedet am 30. Dezember 2019 und in Kraft getreten am 1. Januar 2020, beträgt die Dauer nun 90 von 60 anstelle Minuten. Ein Verschreibungszyklus umfasst zehn statt acht Behandlungen.

Die Patienten sind zudem nach unterschiedlichen Kodexen katalogisiert. So haben z. B. frischoperierte Akut-Patienten für die **INTENSIVE BEHANDLUNG DES SEKUNDÄREN LYMPHÖDEMS IN AKUT-PHASE** das Anrecht auf 16 90minütige Lymphdrainagen plus weitere 16 in Folge. Inbegriffen in die 90 Minuten sind: eine erste Bewertung des Physiotherapeuten, Lymphdrainage, Bandagierung, motorische Rehabilitation, Aktualisierung der Patientenakte und Abschlussbericht an den Arzt.

Zwei Behandlungen mehr pro Verschreibungszyklus, dreißig Minuten mehr für die Behandlung inklusive Zeit für Applikationen, Bandagierung und bürokratischen Aufwand und Verschreibungsmöglichkeit für Lymphdrainage auch nach Ablauf der fünf Jahre nach Erkrankung für palliative Behandlung und chronische Lymphödeme. Das sind die neuen von der Landesregierung beschlossenen Bestimmungen für Lymphdrainage.

Verschrieben werden kann diese Behandlung nur von einem Facharzt des Sanitätsbetriebs (Kodex 93.39.B).

Für die **INTENSIVE BEHANDLUNG DES SEKUNDÄREN CHRONISCHEN LYMPHÖDEMS** sind hingegen Behandlungszyklen von zehn Sitzungen à 90 Minuten vorgesehen. Inbegriffen sind auch hier: eine erste Bewertung des Physiotherapeuten, Lymphdrainage, Bandagierung, motorische Rehabilitation, Aktualisierung der Patientenakte und Abschlussbericht an den Arzt. Die Verschreibung erfolgt durch den Hausarzt und kann wiederholt werden. (Kodex 93.39.C).

Was die Erhaltungstherapie betrifft, sind für die **INTENSIVE BEHANDLUNG DES SEKUNDÄREN LYMPHÖDEM DER UNTEREN GLIEDMASSEN** 90minütige Sitzungen (Zyklus bis zu 10 Sitzungen) vorgesehen. Für die **INTENSIVE BEHANDLUNG DES SEKUNDÄREN LYMPHÖDEMS DER OBEREN GLIEDMASSEN** hingegen 60-minütige Sitzungen (Zyklus bis zu 10 Sitzungen). In einem Jahr haben die Patienten Anspruch auf maximal zwei Zyklen, verschrieben von einem Facharzt des Sanitätsbetriebs (Kodex 93.39.D). ●

# Streicheleinheiten für die Seele...

...und Kühlung bei Hitzewallungen – SKH schenkt Brustpatientinnen Fächer



Foto: Othmar Seifhauser

Im 18. und 19. Jahrhundert gehörte er zum unverzichtbaren Utensil einer Frau. Der Fächer. Nicht nur weil die Mode der eng geschnürten Wespentaillen, die Frauen nur allzu leicht an den Rand einer Ohnmacht brachte, sondern auch als wichtiges Mittel der Kommunikation mit dem anderen Geschlecht. Zu Unrecht ist er in der Mottenkiste verschwunden, die Krebshilfe hat ihn wieder entstaubt. Am 3. März hat die Vorsitzende des Bezirks Bozen Salten Schlern, Claudia Bertagnolli, der Brustabteilung am Bozner Krankenhaus 200 Fächer übergeben.

**Z**ugute kommt dieses Geschenk den frischoperierten Brustkrebspatientinnen, die oft unter den Folgen der behandlungsbedingten, vorzeitigen Wechseljahre und den damit verbundenen Hitzewallungen zu leiden haben. Dr. Elisabetta Cretella hatte die Idee und rannte bei der Vorsitzenden des Bezirks Bozen Salten Schlern, Maria Claudia Bertagnolli

offene Türen ein. „Immer wieder sah ich Patientinnen im Warteraum sitzen, die mit Hitzewallungen zu kämpfen haben, und das nicht nur im Sommer“, betont die Onkologin. „Als ich selbst in die Wechseljahre gekommen bin und unter plötzlichen Hitzeattacken zu leiden hatte, haben mir meine Kolleginnen einen Fächer geschenkt. Und damit war die Idee geboren, was mir

guttut, wird noch besser sein für meine Patientinnen.“ Neben dem Kühlungseffekt, ist der Fächer aber noch viel mehr: ein kleines Zeichen der Aufmerksamkeit für Frauen, die sich auf grundlegende Veränderungen einstellen müssen. „Unser Team“, so Elisabetta Cretella, „die Breast-Care-Nurses Kathi Stuefer, Martina Tetter, Ketty Tollardo, der Leiter der Breast-Unit, Dr. Romano



V.l.n.r.: Die Vorsitzende des Bezirks Bozen, Maria Claudia Bertagnolli, die Onkologin Dr. Elisabetta Cretella und die Breast-Nurses Ketty Tollardo, Martina Tetter und Kathi Stuefer

Polato und ich, verstehen dieses kleine Geschenk als kleine Streicheleinheiten für die Seele und als Botschaft: Dein Leben wird sich ändern, aber wir sind hier für Dich. Im Großen wie im Kleinen.“

Die Fächer der Krebshilfe sind aus Bambusholz, sehr leicht, naturfarben und tragen nur in der Mitte ein kleines, unauffälliges

K, vom Griff pendelt ein hellrosafarbenes Band mit einer rosa Schleife. Das Projekt lief Mitte März in Bozen an und ist als Pilotprojekt gedacht. Wenn es gut ankommt, soll es auf alle Brustabteilungen Südtirols ausgeweitet werden. Claudia Bertagnolli zeigte sich begeistert: „Es ist ein kleines Projekt mit großer Wirkung. Und es ist außerdem ein sichtbares Zeichen der ausgezeichneten

Zusammenarbeit zwischen der Südtiroler Krebshilfe und der Onkologie/ Brustabteilung. Zusammen mit den Breast-Nurses Ketty, Kathi und Martina haben wir das Modell ausgedacht und auch die Personalisierung durch das schlichte K gemeinsam gewählt.“ ●

### Kleine Fächergeschichte

Ein Fächer verursacht durch mehr oder weniger schnelles Hin- und Herwedeln einen Luftzug, der bei Hitze das Gesicht durch Verdunstungskälte kühlt. Die ältesten Darstellungen von Fächern stammen aus dem alten Ägypten. Das waren allerdings große von der Dienerschaft bewegte Wedel. In China bzw. ganz Asien haben die Fächer ebenfalls eine lange Tradition und werden bis heute noch sowohl von Frauen als auch von Männern benutzt. In Europa finden sich Handfächer ab dem 16. Jahrhundert. Vor allem der japanische Klappfächer, der zusammengeklappt in (fast) jeder Handtasche Platz findet, setzte sich mehr und mehr durch.

Zum Teil reich dekoriert, aus Holz, Elfenbein oder Stoff, zum Teil sogar vergoldet. Bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts galt der Fächer in Europa als unverzichtbares, modisches Accessoire für die Damen. Ab dem 18. Jahrhundert entwickelte sich eine Fächersprache. 1757 wurde sogar ein Buch über die geheime Fächersprache herausgegeben. Wie geheim diese Zeichensprache dann tatsächlich war,

bleibt dahingestellt. Wichtig dabei: nicht rechts und links bzw. oben und unten verwechseln. Den geschlossenen Fächer auf die rechte Wange lehnen bedeutet „Ja“, auf der linken Seite hingegen „Nein“. Der in der linken Hand gedrehte Fächer signalisiert „Ich möchte sie los sein“, ein über die Wange gezogener Fächer bedeutet: „Ich liebe Sie“. Ein durch die Hand gezogener Fächer hingegen, „Ich hasse Sie“ und ein nach unten hängender oder fallengelassener Fächer heißt „Lassen Sie uns Freunde sein“. Ein sich schließender Fächer hingegen „Ich möchte mit Ihnen sprechen“.

In den vergangenen Jahren ist der Fächer zunehmend wieder in Gebrauch gekommen. Immer öfter kann man im Sommer besonders Frauen sehen, die sich mit diesem schönen Accessoire Kühlung verschaffen. Jeder Luftzug ein sanftes Streicheln.

# Mehr als nur ein Haarkünstler

Das neue Ich: Kosmetiktipp für mehr Wohlbefinden



Fotos: Othmar Seehauer

Er kreiert Zweitfrisuren, ist Friseur und Kunsthandwerker. Vor allem aber ist Heinrich Strimmer verliebt in seine Arbeit, er ist einfühlsam, hat die Gabe des Zuhörens und achtet auf jedes Detail, damit seine Kundinnen, sich wohlfühlen und entspannen können. Sein Core-Business sind Perücken, auch wenn dieses Wort bei Dermokapil tabu ist, aber er hat auch einen Friseur- und einen Beautysalon. Über den Bezirk Bozen der Krebshilfe wird eine kostenlose (Schmink)Beratung für Frauen vor, während oder nach der Chemo- oder Strahlentherapie angeboten, „Das neue Ich“.

**W**enn wir in den Spiegel schauen, begegnen wir unserem Ich. In Momenten der Krise – und welche Krise beeinflusst unser gesamtes Leben mehr als eine Krebserkrankung – wird dieser Blick oft zu einer Gewaltprobe. Wenn in mir selbst alles drunter und drüber geht. Wenn Angst, Panik, Schmerzen und Ungewissheit mein Leben bestimmen, dann braucht

mein Selbstwertgefühl mehr denn je Streicheleinheiten. Auch oder vielleicht gerade, wenn es um Leben oder Tod geht, ist mein Aussehen, das Bild, das ich von mir selbst habe, wie ich mich in meiner Haut fühle, von großer Bedeutung. Für viele ist die Krankheit und als sichtbarer Ausdruck der Haarausfall auch mit einer Selbstwertkrise verbunden.

Heinrich Strimmer, für alle die Schwierigkeiten haben, seinen Namen auszusprechen, Enrico, weiß wie seinen Kundinnen zu Mute ist. Vor sechs Jahren hat er selbst das tiefe Tal der Krankheit durchschritten. Nicht nur seine Empathie, auch seine Erfahrung helfen ihm, zu erkennen, was die jeweilige Kundin braucht, wie er ihr helfen kann, zu ihrem neuen Ich zu finden.



Für jeden Typ findet sich die geeignete Zweitfrisur

Wer sich eine Schminke- oder Frisurenberatung holen möchte, kann beim Bezirk Bozen anrufen, die eigentlich einmal pro Monat angesetzten Treffen werden organisiert, wenn sich mindestens zwei oder drei Interessierte finden.

Sein Hair- und Beautyzentrum ist nicht nur höchst professionell eingerichtet, es ist auch auf Privacy ausgelegt. Wer möchte, kann den versteckten Seiteneingang benutzen und muss nicht die Ladentür von Dermokapil im Maria-Heim-Weg durchschreiten. Dermokapil, das Hauptgeschäft, stellt Perücken oder wie Heinrich sie nennt, Zweitfrisuren aus. Der dazugehörige Friseursalon „New Hair“ befindet sich im Hinterhaus, unsichtbar für Passanten oder Personen, die ohne Termin im Geschäft vorbeischaun.

Das wahre Reich von Heinrich aber ist im Tiefparterre. Wer die Treppe hinuntersteigt oder durch den Seiteneingang eintritt, den empfängt eine Oase der Ruhe, der Beauty-Salon Exit Center. Hier hat Negatives keinen Platz. Good Vibes. Leise Ambiente Musik im Hintergrund, in der Luft ein dezenter Duft von Talk und Creme, ein Springbrunnen mit einer kleinen Kolonie von Wasserschildkröten, gedämpftes Licht. Ja und

Heinrich und sein Team, Friseurin Antonella und das Kosmetikerinnen-Team, das die Kunden in Empfang nimmt.

Hier gibt es alles, was Herz, Seele und Körper begehren. Wohltuende Körperbehandlungen für Entgiftung und Stoffwechsellanregung, professionelle Hautanalyse, Gesichtsbehandlungen mit natürlichen Bio-Produkten, Whirlpool und Farbtherapie, Massagen, Pediküre und Maniküre, Laserenthaarung, eine finnische Sauna und eine Reihe von Séparées. Für die Schminkeberatung und die Anpassung der Zweitfrisuren. Geschützt vor indiskreten Blicken.

Wer das Angebot der kostenlosen Beratung wahrnimmt, erhält Tipps, wie ein Gesicht ohne Augenbrauen und Wimpern attraktiv geschminkt werden kann. Wie man Augenbrauen nachzeichnen kann oder einen Lidstrich macht. Warum es besser wäre, zumindest während der Zeit der Chemotherapie keine übereilte Entscheidung für tätowierte Augenbrauen zu treffen. Welche Möglichkeiten es für die Haare und die Haarpflege gibt. Welche Produkte sich am besten eignen. Und wer noch keine Entscheidung getroffen haben sollte, welche Möglichkeiten der Zweitfrisuren es gibt. Allerdings, und darauf legt Heinrich Strim-

mer großen Wert: „Ich habe keinerlei kommerzielles Interesse und werde auf keinen Fall versuchen, jemandem irgendwelche Produkte aufzudrängen. Frauen, die diesen kostenlosen Beratungstermin in Anspruch nehmen, können sicher sein, dass es nur um sie und ihr Wohlbefinden geht.“

Patientinnen, die eine Krebsdiagnose erhalten, und die zumindest mit dem Gedanken an eine Perücke spielen, empfiehlt Heinrich Strimmer, schon vor Beginn der Chemotherapie einen Termin bei ihm zu machen. Auch in diesem Fall ist die Beratung kostenlos. „Ich nehme mir immer Zeit, sollten wir ausgebucht sein, stehe ich auch am Abend zur Verfügung. Und bei schweren Fällen mache ich Hausbesuche (im Raum Bozen).“ Warum schon vorher? „Damit ich sehe, wie die Frau ist, welchem Typ sie entspricht. Weil wir dann Zeit haben, die Zweitfrisur in Ruhe auszusuchen und weil ich sie dann auch in der Phase des Haarausfalls begleiten kann.“

Mit Beginn der Chemotherapie empfiehlt Heinrich Strimmer, sich einen Kurzhaarschnitt zuzulegen. Bei seinen Kundinnen ist dies im Preis inbegriffen. Ebenso wie die Rasur. Auch hier stehen das Wohlbefinden und die Privacy der Frau im Vordergrund.



Es geht auch ohne Perücke, z. B. mit einem Turban und Haar-Fransen

In den Séparées gibt es Spezialspiegel, die verdunkelt werden können. „Wenn ich den Kopf rasiere, ist der Spiegel blind. Die Haare lasse ich nie nach vorne, sondern immer nach hinten fallen und wenn ich fertig bin, setze ich sofort die Zweitfrisur auf.“ Erst dann wird der Spiegel wieder frei, der erste Schock ist gedämpft und aus dem Spiegel blickt eine attraktive Frau, wie frisch vom Friseur. Auch die Schminkeberatung gehört zum Service dazu. Heinrich Strimmer achtet dabei sehr auf den jeweiligen Typ Frau. „Wer ganz natürlich ist, wird sich nicht plötzlich einen roten Lippenstift zulegen. Die Frauen sollen sich schön fühlen, vor allem aber sie selbst sein.“

Zweitfrisur also und nicht Perücke. Es gibt grundsätzliche zwei Typen von Zweitfrisuren: Echthaar und im Labor hergestelltes Haar (nicht zu verwechseln mit reinen Synthetik Perücken, wie sie im Theater oder für Kostüme verwendet werden). Zweitfrisuren aus Kunsthaar unterscheiden sich durch drei Herstellungsverfahren: voll maschinell hergestellt, halb-maschinell bzw. handgeknüpft. Echthaar Zweitfrisuren sind

immer handgeknüpft. Der Unterschied ist nicht nur eine Preisfrage. Je nach Verfahren kostet eine synthetische Zweitfrisur zwischen 300 und 600 Euro; bei Echthaar kommt es auf die Farbe und die Haarlänge an. Blond ist kostspieliger als braun oder schwarz. Hier liegt der Preis zwischen 1.200 und 1.800 Euro. „Echthaar ist aber nicht immer die beste Lösung, es kommt auf die Bedürfnisse der Kundin an“, betont Heinrich Strimmer. Wenn eine Zweitfrisur ausgesetzt ist, kann sie auch noch angepasst und geschnitten werden.

Gibt es auch Frauen, die sich für etwas ganz anderes als ihre bisherige Frisur und Haarfarbe entscheiden? „Ja“, sagt Heinrich Strimmer. „Manche möchten etwas, was sie sich vorher nie getraut hätten. Einen flotten Kurzhaarschnitt oder wer kurze Haare hat, eine lange Mähne. Auch mit den Farben kann gespielt werden. Grau, braun, blond, rot...“ Sogar für Trachtenträgerinnen gibt es Lösungen in Form von langen Zöpfen, die gesteckt werden können. Echthaar Zweitfrisuren können auch geföhnt werden, synthetische Haare, die sich wirklich echt

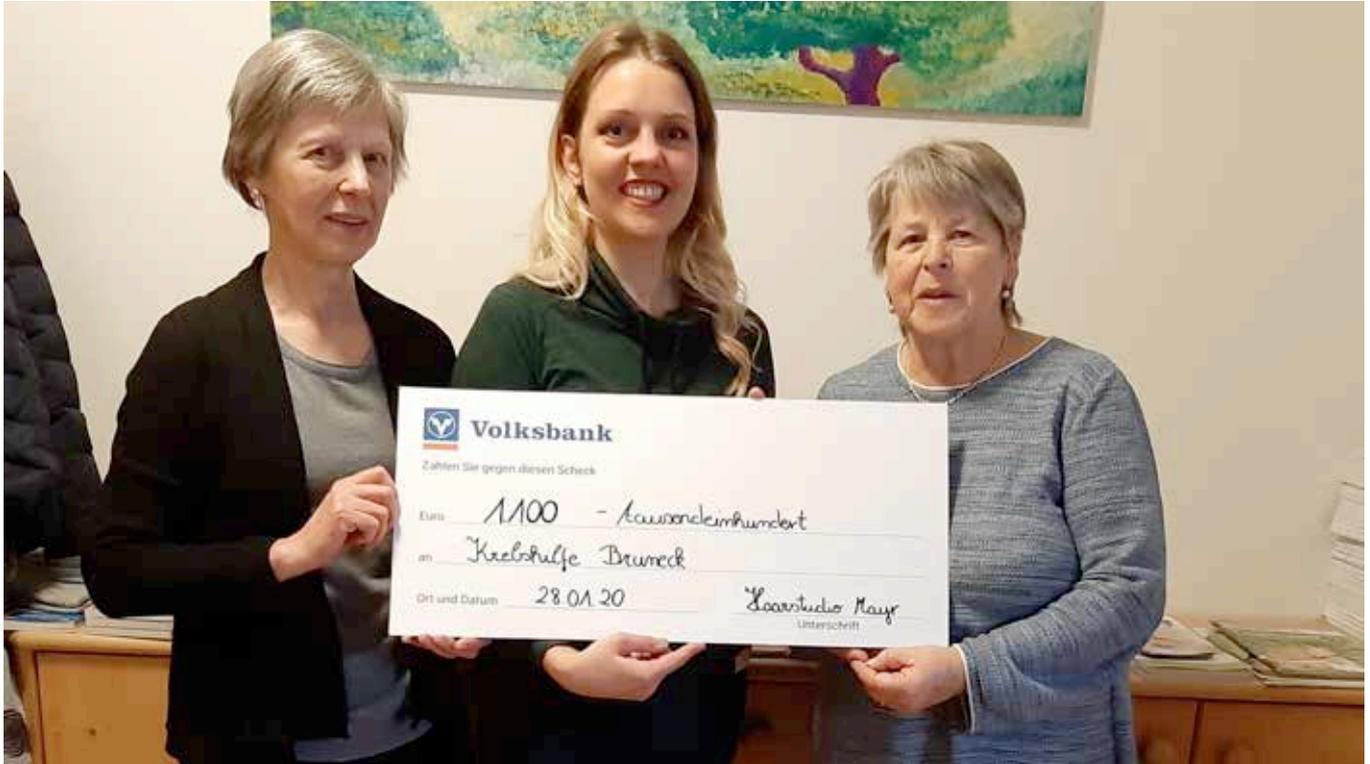
anfühlen, fürchten hingegen Hitze. Nach dem Waschen reicht es, sie auf einen Styroporkopf zu setzen, in Form zu zupfen und an der Luft trocknen zu lassen. Kämmen bitte nur mit Holzbürsten, damit sie sich nicht statisch aufladen.

Wer keine Zweitfrisur möchte, findet bei Dermokapil eine große Auswahl an Turbanen aus Baumwolle oder Bambus. Dieses Material ist besonders geeignet, weil es ebenso wärmend wie kühlend ist. Für die Nacht gib es einfache Baumwollturbane.

Heinrich Strimmer verbindet mit seinen Kundinnen ein ganz besonderes Verhältnis. „Wir sind einen wichtigen Weg miteinander gegangen und ich glaube, das vergisst man nie, das schweißst zusammen.“ Viele Zweitfrisur-Kundinnen werden zu Salonkunden. Heinrich Strimmer strahlt, während er das erzählt und man merkt, dass er einer jener Menschen ist, die ihren Beruf durch und durch lieben. Tag für Tag und Kundin für Kundin. ●

# Rapunzel: Haare spenden

Haare spenden und an Krebs erkrankte Menschen in Südtirol unterstützen



Krebserkrankungen und deren Therapien bringen große psychische und körperliche Veränderungen mit sich, die sich auf die Betroffenen belastend auswirken. So führt beispielsweise eine Chemotherapie zum Haarausfall: Eine für alle sichtbare Folgeerscheinung der Erkrankung, die häufig als stigmatisierend empfunden wird und das Selbstwertgefühl beeinträchtigen kann. Viele Betroffene behelfen sich mit einer Perücke, die ihnen Sicherheit verleiht und die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erleichtert.

Die Anschaffung einer hochwertigen (Echthaar)Perücke ist jedoch mit nicht unerheblichen Kosten verbunden. Nun unterstützt das Projekt „Rapunzel“ von Evi Weger in Kooperation mit der Südtiroler Krebshilfe und Projektpartnern beim Ankauf von Perücken und dient gleichzeitig dazu, für das Thema zu sensibilisieren.

Die Idee dahinter: Jeder kann seine Haare spenden und unterstützt damit an Krebs erkrankte Menschen in Südtirol. Die Haarspenden können in den mitwirkenden Haarsalons abgegeben oder dorthin versendet werden.

Derzeit beteiligen sich das „Haarstudio Mayr“ in Bruneck, der Salon „fantasy – hair und beauty“ in Terlan sowie der Friseursalon Elisabeth in St. Martin in Passeier am Projekt Rapunzel. Weitere Partnerbetriebe sind herzlich willkommen! Die Friseursalons dienen als Sammelstelle für die Haarspenden, die dann an Perückenhersteller weitergeleitet werden. Um die Haare zu einer Echthaar-Perücke verarbeiten zu können, müssen diese jedoch einige Voraussetzungen erfüllen: Die gespendeten Haare müssen eine Mindestlänge von 30 Zentimetern aufweisen und dürfen nicht gefärbt sein. Auch Haare, die vor einiger Zeit abgeschnitten und als Zopf aufbewahrt wurden, kön-

nen abgegeben werden. Jegliche natürliche Haarfarbe, von blond bis braun, ist dabei erwünscht. Der Erlös der gespendeten Haare kommt der Südtiroler Krebshilfe zugute: Die Vereinigung reicht die Spenden als finanzielle Unterstützung für den Ankauf von Perücken an Betroffene weiter. Weitere Infos zum Projekt finden sich auf der Webseite [www.projekt-rapunzel.com](http://www.projekt-rapunzel.com).

Miriam Mayr vom Haarstudio Mayr in Bruneck hat die gespendeten Haare nach Laupheim zum Perückenhersteller Bergmann geschickt und dieser hat den Erlös in Höhe von 1.100,00 Euro an die Südtiroler Krebshilfe überwiesen. ●

# Biathlon und Buttons

Freiwillige übernehmen Stand an der Weltmeisterschaft in Antholz



Bild 1 Unermüdlich im Verkaufen von Buttons:  
Ida Schacher, Judith Mair und Hans Jud  
Bild 2 v.l.: Judith Mair und Priska Berger  
Bild 3 Ida Schacher und Martha Feichter

Hundertsechzigtausend Zuschauer. Spannende Wettkämpfe. Dorothea Wierer mit zwei Gold und einer Silbermedaille. Kaiserwetter. Perfekte Organisation. Das war die Biathlon-Weltmeisterschaft vom 12. bis 23. Februar 2020 in Antholz im Pustertal. Die Südtiroler Krebshilfe war mit dabei. 5.000 Buttons wurden gegen eine Spende abgegeben.

Schon vor einem Jahr wurde die Landesvorsitzende der Südtiroler Krebshilfe, Ida Schacher von den Organisatoren der Biathlon WM 2020 kontaktiert. Ein ebenso interessantes wie großzügiges Angebot: Freiwillige der Krebshilfe übernehmen die Betreuung eines Informationsstands: Akkreditierungen, Zufahrten für Personen mit Handicap, Besuch des Stadions an den rennfreien Tagen sowie Informationen über Zugänge zur Huberalm.

Als Gegenleistung eine Spende von 5.000 Euro sowie 5.000 Buttons mit dem Logo der WM und jenem der Krebshilfe zum Verkauf.

Ida Schacher musste nicht lange nachdenken und sagte zu.

Die Freiwilligen des Bezirks Oberpustertal waren täglich präsent. Zwei Wochen lang jeden Tag zwei Dienste, von 9 bis 13 Uhr bzw. von 12.30 bis 18 Uhr. Auch das Unterpustertal hatte vier halbe Tage übernommen. „Eine tolle Erfahrung, tolle Stimmung und ein tolles Ergebnis für uns“, sagt die Landesvorsitzende Ida Schacher. Aus dem Verkauf der Buttons kamen weitere 9.706 Euros an Spenden zusammen. Die Organisatoren versäumten es außerdem nicht, auch per Mikrofon immer wieder auf den

Stand der Südtiroler Krebshilfe aufmerksam zu machen.

Das Organisationskomitee der Biathlon WM wollte mit dieser Geste ihres ehemaligen Vizepräsidenten und des früheren Bürgermeisters von Antholz, Herbert Berger gedenken. Berger ist 2012 im Alter von nur 48 Jahren einem schweren Krebsleiden erlegen. Er hatte sich über Jahrzehnte für den Biathlonsport in Antholz eingesetzt. Seine Witwe Priska war mit der Krebshilfe in Antholz dabei. ●

# Sport und Spende

Der achte DYNAFIT Vinschgau Cup spendet der Krebshilfe 6.000 Euro.



Vom 23. November bis zum 22. Februar haben sich im Vinschgau Athleten, Hobbysportler und einfach Menschen, die Spaß an Bewegung, Schnee und Natur haben, in den verschiedenen Disziplinen des DYNAFIT Vinschgau Cups gemessen. Schon zum dritten Mal haben die Organisatoren dabei auch an Südtiroler Krebshilfe gedacht und einen Scheck in Höhe von 6.000 € überreicht.

Die Macher hinter dem Vinschgau Cup sind vier Männer, die neben Freundschaft, die Leidenschaft für den Berg und den Sport verbindet. Anton Steiner, Klaus Wellenzohn alias Welli, Granz Gruber und Alexander Erhard alias Lex.

Der achte Vinschgau Cup für Tourenski, Schnee- und Laufschuhe ist wie gehabt in fünf Wettkämpfen und drei Klassen, Rennklasse, Hobbyklasse und Wanderklasse, ausgetragen worden, davon drei Nachtläufe. Auftakt war am 23. November um 10 Uhr auf der Tarscher Alm mit einem vier km Berglauf, es folgten drei Nachtläufe

am 28. Dezember auf Watles, am 17. Januar auf Schöneben und am 7. Februar auf der Haideralm. Strahlender Abschluss war am Samstag, 22. Februar auf Maseben im Langtaufferer Tal bei frühlinghaften Temperaturen. An allen Veranstaltungen hatten sich auch Mitglieder des Bezirks Vinschgau der Krebshilfe beteiligt.

Neben den Preisen für die Profis gab es auch Preise und Anerkennungen für die Hobby- und die Wanderklasse. Abschluss der jeweiligen Etappen war immer ein geselliges Zusammensein auf der jeweiligen Hütte. Die Abfahrten wurden auch in der

Nacht über die Aufstiegsanlage organisiert. In diesem Winter spielte auch der Schnee mit.

Die Krebshilfe schließt sich dem Dank des Organisationskomitees an alle freiwillige Helfer an; ebenso wie an alle Sponsoren, DYNAFIT, den Firmen Wallnöfer & Wellenzohn, Forst, Getränke Karner und VIP. Ein Dank auch an die zahlreichen begeisterten Skitouren- und Schneeschuhläufer, die durch ihre Teilnahme und Spende bei den verschiedenen Rennen auch dem achten DYNAFIT Vinschgau Cup zu einem vollen Erfolg verhalfen. ●

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## BOZEN SALTEN SCHLERN



**Infostand in der Gärtnerei Reider**  
Zum zweiten Mal waren wir als Krebshilfe bei der Adventausstellung der Gärtner, in der Gärtnerei Reider am 23. und 24. November mit einem Infostand vertreten. Wir danken den Konditoreien und Bäckereien von Bozen für die Kuchen und Mehlspeisen, die sie uns gespendet haben.



**Infostand Krankenhaus Bozen**  
Der Informationsstand im Krankenhaus Bozen im November ist mittlerweile schon Tradition.



### Adventskränze und Weihnachtsfeier >

Wir danken den Frauen von Tiers für das Winden und unseren Frauen für das Schmücken der Adventskränze. Mit einer Hl. Messe gestaltet vom Chor Piani und einem Mittagessen haben wir unser Weihnachtsfest begangen.

Zum zweiten Mal Glühweinstand mit Ivan auf dem Bozner Christkindlmarkt zugunsten der Krebshilfe.



## Kontakt

Für einen Termin mit der Vorsitzenden Maria Claudia Bertagnolli im Sitz des Bezirks, in der Dreieiligen Gasse 1 in Bozen, Festnetz 0471 283719, Handy 335 1211393 oder [bozen-salten-schlern@krebshilfe.it](mailto:bozen-salten-schlern@krebshilfe.it)



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

**Konzert im Advent** >

Der Männergesangsverein Gries hat in Zusammenarbeit mit den Bläsern der Bürgerkapelle und dem Kirchenchor Unterinn am 1. Dezember in der Stiftskirche ein Adventskonzert zu unseren Gunsten gegeben.



**Sarnthein – Gesundheitsprengel:**  
ab Februar, halten wir immer am  
ersten Montag im Monat eine  
Sprechstunde ab.

**Tag der Kranken**

*“Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken” (Mt 11,28)*  
Zum Welttag der Kranken trafen wir uns gemeinsam mit der Pfarre Gries in der Stiftskirche St. Augustin zur Hl. Messe mit Krankensalbung.



**Vortrag**

Der Vortrag von Prof. Bernd Gänsbacher in Sarnthein ist bei der Bevölkerung auf großes Interesse gestoßen.

Dienstag, 11. Februar 2020  
**Welttag der Kranken**



10.00 Uhr  
**Eucharistiefeier mit Krankensalbung**

mit P. Ulrich Kössler  
und Don Filippo Boninsegna

in Zusammenarbeit mit der Südtiroler Krebshilfe



**Ankündigung**  
9. Mai: Wallfahrt nach  
Heilig Geist im Ahrntal.

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## EISACKTAL

Vorbereitungen für  
den Weihnachtsmarkt 2019  
Maria, Martha und Annamaria beim  
Binden der Adventskränze



◀ **Weihnachtlicher  
Benefizmarkt 2019**  
Musikalisch  
umrahmt wurde der  
Weihnachtsmarkt von  
Ive an der Harfe.  
Pater Ulrich segnete  
die Kerzen und die  
Adventskränze.



**Weihnachtlicher Benefizmarkt 2019**  
Immer ein ganz besonderes Ereignis:  
die Eröffnung des Weihnachtlichen  
Benefizmarktes 2019 der wieder ein  
voller finanzieller Erfolg war. Danke an  
alle, die dazu beigetragen haben!





**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

**Weihnachtsfeier in Toblach** >

Unser Gast, die Vorsitzende des Bezirks Brixen, Nives Fabbian, Vorstandsmitglied Marialuise Ploner mit der Landesvorsitzenden Ida Schacher bei der Weihnachtsfeier in Toblach



**Herbstliches**

**Mittagessen in Sterzing**

Am 16. November 2019 haben Freiwillige aus Sterzing ein herbstliches Mittagessen gegen eine freiwillige Spende zubereitet. Der Erlös von € 879,95 wurde der Südtiroler Krebshilfe gespendet! Ein herzliches Vergelt's Gott!



**„Eine Rose für das Leben“**  
am Ostersonntag den  
12. April ab 9.00 Uhr  
vor den Kirchen der  
einzelnen Orte  
unseres Bezirks.



**Kuchen- u. Keksvverkauf in St. Ulrich** >

Am 22. und 23. November 2019 hat die Selbsthilfegruppe "Fidanza" aus St. Ulrich eine Kuchen- und Kekseaktion gestartet. Der gesamte Erlös von 1.542,00 € wurde an die Krebshilfe Eisacktal gespendet! Ein herzliches Vergelt's Gott!



# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## EISACKTAL



### Tag des Kranken am 11. Februar

Nach dem Gottesdienst in der Kapuzinerkirche von Brixen gab es noch ein gemütliches Beisammensein mit einem Teller Bohnensuppe, zubereitet von Elfriede.

**Patschen stricken** >  
Vorstandsmitglied Elfriede  
beim Patschenkurs



**E-Mail Adresse**  
Alle Mitglieder, die eine  
E-Mail-Adresse haben  
sind gebeten, uns diese  
mitzuteilen, damit wir sie  
leichter erreichen können!  
[eisacktal@krebshilfe.it](mailto:eisacktal@krebshilfe.it)



### Kundenaktion "Optik Brugger" Brixen

Das Geschäft "Optik Brugger" hat wie jedes Jahr eine Kundenaktion zu Gunsten der Südtiroler Krebshilfe Bezirk Eisacktal durchgeführt. Wir danken Michael Brugger für die Spende von 1.000,00 €.

**Nicht vergessen!**  
Anmeldung für  
Frühlingsausflug, Kneippen  
und Sommerausflug!  
Nähere Infos stehen in der  
Agenda Frühjahr 2020



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

## OBERPUSTERTAL



### ^ **Einstimmung auf Weihnachten**

Viele unserer Mitglieder haben sich zur gemeinsamen Weihnachtsfeier eingefunden. Die Kinder haben uns mit Theater und Gesang auf Weihnachten eingestimmt.

### ^ **In memoriam Carmen Moser** >

Im Jahr 2015 verstarb nach schwerer Krankheit Carmen Moser. In ihrem Sinne und in ihrem Gedenken wurde der Verein Carmen Moser Onlus gegründet, um KrebspatientInnen und deren Familien zu helfen und zu unterstützen und in die Forschung der Krebsfrüherkennung zu investieren. Auf Beschluss des Ausschusses wurde der Verein Carmen Moser Onlus nun aufgelöst und das verbleibende Vereinsgeld zur Gänze an den Bezirk Oberpustertal der Südtiroler Krebshilfe überwiesen.



### ^ **Dank an die Firma Walterscheid**

Die Firma Walterscheid hat sich an der Weihnachtsaktion „Spende deine Arbeitsstunde“ beteiligt. Hierbei konnten die Mitarbeiter den Wert einer oder mehrerer Arbeitsstunden spenden; zusätzlich hat der Betrieb einen finanziellen Beitrag geleistet. Der Firma Walterscheid ist es wichtig, lokale Vereine und Organisationen im Oberpustertal zu unterstützen.



### ^ **Preiswatten in Aufkirchen**

Ein gelungenes Preiswatten auch heuer wieder beim Kirchenwirt: Tolle Stimmung und viele, viele begeisterte Kartenspieler!

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## OBERPUSTERTAL



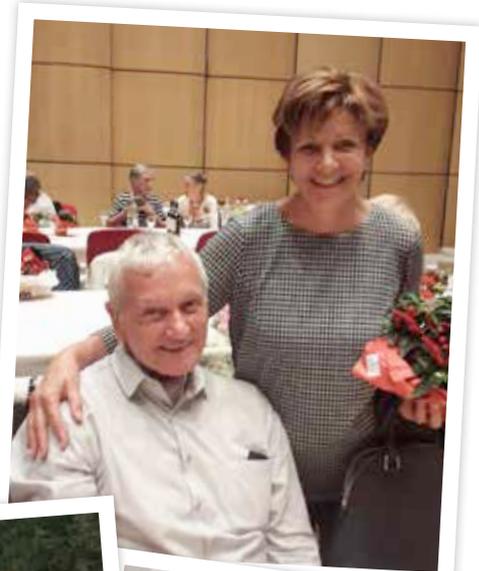
### Benefizrennen in Innichen

Der Club Frece Tricolori mit dem Vorsitzenden Rudy Krautgasser hat auch in diesem Winter am Haunold ein tolles Benefiz-Skirennen organisiert; danke an die Organisatoren und an die Teilnehmer.



### Dank für gute Zusammenarbeit

Dem Bürgermeister Guido Bocher einen aufrichtigen und herzlichen Dank für die wertvolle und sehr gute Zusammenarbeit in den vielen Jahren! Wir wünschen ihm für seine Zukunft alles Gute!



### Besonderer Augenblick

Ein besonderer Augenblick – eingefangen mit der Kamera! Ida Schacher und Oskar Asam



### Von der Aussaat bis zum Korn

Mit dem Mehl aus eigenem Anbau haben wir mit den Kindern Kekse für Weihnachten gebacken: so schmecken die Kekse um ein Vielfaches besser!



### Vorweihnachtliches Benefizkonzert

Die Pfarrkirche von Toblach war bis auf den letzten Platz gefüllt. Danke an Hannes Tschurtschenthaler für die Organisation und die Ausführung des wunderschönen Konzerts.

*Weihnachtliches*  
**Benefizkonzert**  
 22. DEZEMBER 2019  
 PFARRKIRCHE TOBLACH  
 UM 16<sup>00</sup> UHR

Geschwister Hüntner  
 Cordes y Butons  
 Candid Clarinets



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

## UNTERPUSTERTAL



### Weihnachtsfeier

Im Dezember 2019 fand unsere Adventsfeier im Pfarrsaal von Bruneck statt. Während wir Kekse aßen und Tee tranken, hat Mattia Molling uns wunderschöne Naturfotos gezeigt. Anschließend fand in der Pfarrkirche das Rorate statt, sehr feierlich begleitet vom Vocalemsamble 2000.



### Berufsschule Bruneck

Auch heuer waren die Schüler des Berufsbildungszentrums in Bruneck wieder fleißig für unseren Weihnachtsmarkt im Einsatz. Sie haben Kerzen, Tischkalender, Ton-Engel und Anzünder für den Ofen gebastelt. Sie haben uns dann auf den Stand auf dem Weihnachtsmarkt besucht.



### Weihnachtsmarkt

Wie schön, dass die Alphenbläser genau vor unserem Stand spielten.



### WM Biathlon

Unsere Vorsitzende Martha Erlacher bei der Biathlon-WM in Antholz



### Tag des Kranken

Auch heuer konnten wir wieder mit Ida Bordin ihren Geburtstag am Tag des Kranken, den 11. Februar feiern. Sie wurde 97 Jahre alt. Nach der Hl. Messe gab es ein kleines Frühstück.

### Spende Haarstudio

Das Haarstudio Mayr von Bruneck beteiligt sich beim Projekt Rapunzel. Jeder der seine Haare spenden will, kann sie dort abgeben. Familie Mayr hat die Haare nach Deutschland geschickt, wo aus diesen Haaren neue Perücken gemacht werden. Als Erlös aus dem Verkauf der Haare haben wir eine Spende in Höhe von 1.100 € erhalten.

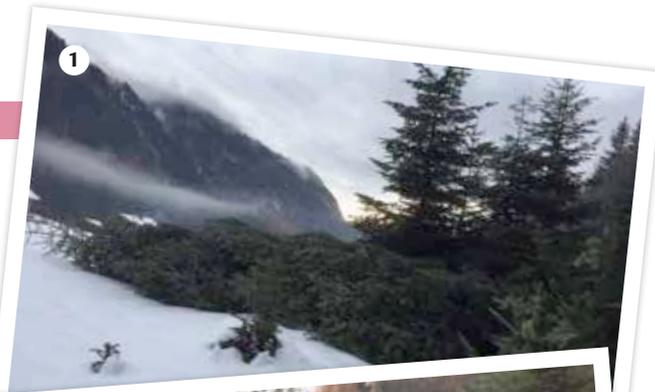


# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## UNTERPUSTERTAL

### Bildgeschichte vom Baum zum Adventskranz >

1. Der Baum ist gefällt
2. Die Äste werden abgeschnitten
3. Und zerkleinert
4. Zum Auto gebracht
5. Von Martha mit den fleißigen Männern
6. Kränze werden gewunden
7. Fleißige Hände beim Dekorieren
8. Fertiger Kranz
9. Und am Ende werden sie verkauft



### Nicht vergessen!

- Wallfahrt nach Heiligenblut am 28. Mai zusammen mit den Oberpustertalern,
- Grillfeier in Haidenberg am 11. Juni
- Kräuterwanderung mit Veronika gegen Ende Juni
- Kneippen in Niederdorf am 16. Juli mit den Eisacktalern und den Oberpustertalern
- Wir hoffen auf eine rege Teilnahme!



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

**MERAN - BURGGRAFENAMT**



**Tag der offenen Tür mit Glückstopf**

Am 21. November fand im Bezirksbüro der Tag der offenen Tür statt. Zahlreiche Interessierte besuchten die Räumlichkeiten und erwarben die selbstgebastelten weihnachtlichen Dekorationsartikel.

**Weihnachtsfeier**

Am 11. Dezember feierten die Mitglieder des Bezirks Meran Burggrafentamt der Südtiroler Krebshilfe ihre traditionelle Weihnachtsfeier. Um 11 Uhr fand in der Maria Trost Kirche ein Gottesdienst statt, der vom Gesangsduo Maria und Helmuth musikalisch umrahmt wurde. Im Anschluss saßen alle in gemütlicher Runde beim köstlichen Mittagessen zusammen.



**Bezirksvorstand Meran Burggrafentamt**

Der neu zusammengesetzte Bezirksvorstand von Meran. V.re.n.li vorne sitzend von re nach li: Annalise Gufler (VM), Anna Kofler Alber (VM), Berta Kasseroler Gamper (VM) hinten stehend von re nach li: Oskar Asam (Vorsitzender), Roberta Melosi Neri (Vize), Antonino Brillante (Kassier), Erika Gufler Pixner (VM), Isabella Halbeisen (VM)



**Herzkissen**

Dies sind die fleißigen Arbeiterinnen, die sich jeden Montagmorgen im Bezirkssitz treffen, um die Herzkissen mit Tasche für Brustoperierte herzustellen.

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## MERAN - BURGGRAFENAMT



### Preiswatten 2020

Am 8. Februar fand im Raiffeisensaal in Naturns das alljährliche Benefiz-Preiswatten der Südtiroler Krebshilfe Meran Burggrafenamt statt. 148 Spieler, so viele wie noch nie, spielten um die gesammelten Preise. Sogar Bürgermeister Andreas Heidegger fand trotz seiner vielen anderen Verpflichtungen die Zeit für einige Grußworte. Auch für das leibliche Wohl war, wie jedes Jahr, bestens gesorgt. Es gab selbst gebackenen Kuchen, zum Essen Hirtennudeln und als Nachspeise eine leckere Schneemilch. Dank der zahlreichen Sachspenden wartete auf jeden Teilnehmer ein Preis. Die schlechtesten Spieler erhielten einen wunderschönen Putzeimer mit wertvollen Reinigungsprodukten. Die ersten drei Sieger erhielten wertvolle Sachpreise: Ein Prüfungessen für die Servicelehrlinge in der Landesberufsschule für das Gastgewerbe „SAVOY“; ein Essen in der Landeshotelfachschule Kaiserhof mit einer Führung durch die Schule sowie ein leckeres Degustationsmenü für 2 Personen, zur Verfügung gestellt vom Restaurant Kirchsteiger in Völlan.

Dank der vielen wohlwollenden Sponsoren, den begeisterten Spielern, dem Fotografen, dem besonderen Glückstopf und nicht weniger den vielen freiwilligen Helfern vor, während und nach dem Preiswatten war es eine rundum gelungene Veranstaltung, die alle glücklich nach Hause gehen ließ. Ein großes Dankeschön an alle!!! Und hoffentlich auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr!



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben



### Konzert der Krebshilfe Passeier

„Miteinander sein mir füreinander do!“ – Am 18.12. fand im Tirolerhof Stodl ein besonderes Konzert statt. 18 Musiker aus dem Passeiertal, darunter Irene Eschgfäller, Lukas Erb, Albert Mair, Philipp Schwarz, Erika Schweigl, Leonhard Kienzl, Jugendchor Moos, Santoni Family musizierten und sangen für den guten Zweck und erfreuten die zahlreich gekommenen Besucher. Wir von der Krebshilfe, bedanken uns bei BM Konrad Pfitscher und Johanna Gufler für die Begrüßung; Thomas Larch und Alex Schweigl für Ton und Licht, Thomas Schweigl und Oswald Righi für die köstlichen Suppen, der Freiwilligen Feuerwehr für den Glühwein, den geöffneten Stand am Raiffeisenplatz und den damit eingenommenen Spenden, welche wir erhalten haben; sowie allen Helfern/innen welche uns bei der Veranstaltung in irgend einer Weise behilflich waren. Danke auch an Familie Holz knecht welche den „Stodl“ für die Veranstaltung zur Verfügung gestellt hat!



### Kinderecke „Liachterzeit“

Die Krebshilfe Passeier übernahm bei der vorweihnachtlichen Veranstaltung „Liachterzeit“ eine Kinderecke bei der fleißig gebastelt, gehämmert, gesägt und gemalt wurde. An die 110 Kinder nahmen an diesem besonderen Nachmittag mit ihren Familien teil und die Freude über ihre gelungenen Werke stand ihnen ins Gesicht geschrieben! An einem anderen Stand wurden noch Kekse gebacken sowie gefilzt!



### Stodlmarkt „Liachterzeit“

Im Dezember fand im Rahmen der Veranstaltung „Liachterzeit“ in St. Leonhard Passeier der Stodlmarkt statt. Wir von der Krebshilfe Passeier hatten auf unserem Stand einiges an selbst Gebasteltem und Genähtem anzubieten, was einen regen Anklang bei der Bevölkerung fand! Schön, dass uns so viele unterstützen!



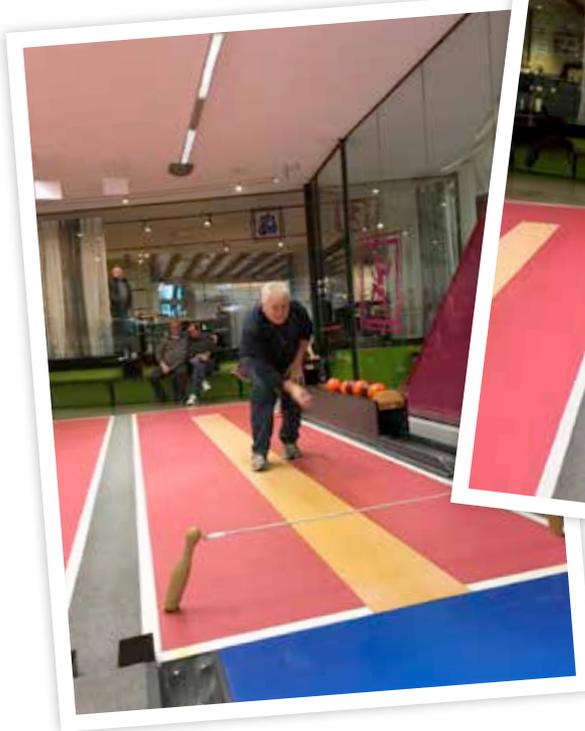
# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

MERAN - BURGGRAFENAMT



## Kegeln Passeier

Auch unsere Männer kommen nicht zu kurz und konnten beim Kegeln in der Sportarena in St. Leonhard ihre Fitness unter Beweis stellen! Mit Eifer kegelten sie in die „Vollen“ und feuerten sich gegenseitig an!



## Presiwatten der Katholischen Frauenbewegung

Am 16.11.2019 fand im Vereinshaus von Schweinsteg das Preiswatten der Katholischen Frauenbewegung Schweinsteg statt. Zahlreiche tolle Preise wurden gespendet, für die sich die Katholische Frauenbewegung unter der Leitung von Bernadette Erlacher auf diesem Wege noch einmal recht herzlich bei allen Spendern bedanken möchte. Auch den zahlreichen freiwilligen HelferInnen und KuchenbäckerInnen und natürlich allen teilnehmenden SpielerInnen ein großes Dankeschön. Wir von der Südtiroler Krebshilfe haben uns sehr darüber gefreut, als uns mitgeteilt wurde, dass der Reinerlös der Krebshilfe Passeier gespendet werden soll, und so konnten wir am 3. Dezember einen Scheck in Höhe von 400.- Euro in Empfang nehmen. Wir möchten uns von Herzen bedanken und sind überwältigt von dem uns immer wieder entgegengebrachten Vertrauen. Die Spenden für die Krebshilfe Passeier werden als Soforthilfe für Bedürftige im Passeiertal zur Verfügung gestellt.

**Vorankündigung:**  
Am 25. April veranstaltet die Krebshilfe Passeier auf der Dorfbrücke von St. Leonhard von 9-14:00 Uhr den KRIMS- KRAMS- KREBSI Flohmarkt.



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

**ÜBERETSCH - UNTERLAND**



◀ **Dien Chan**

Im Herbst wurde ein sehr lehrreicher Vortrag über Dien Chan - Multiple Reflexzonen Massage im Gesicht, anstatt an den Füßen, abgehalten. Jeder kann sich selbst Gutes tun!



**Päckchen einpacken**

Wir bedanken uns bei den vielen freiwilligen Mitarbeiterinnen, die alle Jahre wieder ihre wertvolle Freizeit opfern, um "Päckchen einzupacken". Jedes Jahr in der Adventszeit lassen sie es sich nicht nehmen, ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen und die schönsten Kreationen anzufertigen. Beim Maxi-Mode in Eppan, Tigotà in Leifers und Jungmann in Neumarkt wurde wieder mit viel Geschick, buntem Geschenkpapier und farbigen Maschen kunstvolle Päckchen liebevoll hergestellt und wer etwas eingekauft hatte, konnte sich gegen einen kleinen Beitrag zu Gunsten der Vereinigung das Geschenk verpacken lassen. Das Verpackungsmaterial wurde wie immer von den teilnehmenden Geschäften zur Verfügung gestellt und wir bedanken uns auch herzlichst bei ihnen.



**Weihnachtsfeier in Tramin**

Mariale und Margareth haben mit ihrem perfekt eingeübten Team von freiwilligen Helferinnen aus Tramin ein Festessen zubereitet und allen damit eine große Freude bereitet. Wir haben uns auf das nahende Weihnachtsfest eingestimmt und wieder viele nette Freunde und alte Bekannte getroffen. Danke an alle, die zum Erfolg beigetragen haben!



**Sommerstundenplan - Urlaub!**

**Achtung:** In den Monaten Juni/ Juli/August hat das Bezirksbüro in Neumarkt geänderte Öffnungszeiten: Montags nachmittags von 14-18 Uhr, Dienstag bis Freitag von 08-12 Uhr.

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## ÜBERETSCH - UNTERLAND



### Tag des Kranken

Am 11. Februar ist der Welt-Tag des Kranken. Bei der Hl. Messe, welche von Dekan Gabriele Pedrotti zelebriert wurde, sang sich das Trio Evi, Hanni und Annemarie in die Herzen der Besucher. Nachher gab es im Klosterspeisesaal eine heiße Gulaschsuppe. Die „Grostoli“ waren eine Spende der Mitglieder des „Gruppo Anziani“ aus Auer, die auch in der Küche fleißig mitgeholfen haben.



### Orangen der Solidarität

Auch in diesem Winter haben Giusy und Angelo aus Sizilien wieder einen Lastwagen vollgepackt mit Orangen und anderen mediterranen Leckerbissen zu uns gebracht.

Sie wurden am Hauptplatz in Neumarkt von einigen Freiwilligen des Bezirksausschusses und in Tramin vom „Egetmann-Verein“ verkauft. Ein Vergelt's Gott an alle, die in der Kälte durchgehalten haben.



## Agenda

Alle Termine und Veranstaltungen des Bezirks stehen in der AGENDA. Für Einschreibungen (und Informationen) bitte nicht vergessen, ab einen Monat vorher im Bezirksbüro anrufen. Tel. Nr. 0471 820466

### NÄCHSTE VERANSTALTUNGEN:

**MITTWOCH 06. Mai, Wallfahrt nach Maria Weissenstein**  
**SONNTAG 17. Mai – Ausflug nach Cison di Valmarino (TV)**  
(Agenda S. 125)

## Spenden

Es gibt immer wieder Personen, welche nicht genannt werden möchten, die aber als Geschenk zum Geburtstag, Hochzeitstag oder ähnliches großzügige Spenden zu Gunsten der Krebshilfe machen. Ihnen gilt unser aufrichtiger Dank!



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben



#### Weihnachtsmarkt in St. Jakob und in Leifers

An drei Wochenenden haben die freiwilligen Helferinnen schöne Bastelarbeiten am Weihnachtsmarkt in Leifers und in St. Jakob verkauft. Herzlichen Dank an alle, welche gebastelt, die Sachen gratis zur Verfügung gestellt und in der Winterkälte ausgeharrt haben.

#### Gulasch in der Feuerwehrrhalle Paterbichl >

Berta und ihre Mitarbeiterinnen der Selbsthilfegruppe Überetsch haben im Februar in der Feuerwehrrhalle Kaltern „Paterbichl“ Gulaschsuppe, Würstchen und Kaffee mit Kuchen angeboten. Der Andrang der Mitbürger war trotz Sturm und Wind erstaunlich und es kam eine beachtliche Endsumme zusammen; nicht zuletzt weil viele Lieferanten die Ware gespendet haben. Danke – Danke!



### E-Mail Adresse

Anfrage an alle, welche auf Internet erreichbar sind: geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse bekannt ueberetsch-unterland@krebshilfe.it damit wir Sie leichter erreichen können!

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## VINSCHGAU

### Auto für die Krebshilfe >

Das alte Auto der Südtiroler Krebshilfe im Bezirk Vinschgau war in die Jahre gekommen, und ein Neues musste angeschafft werden.

Dank der finanziellen Unterstützung der Raiffeisenkassen des Vinschgaus konnte nun ein Neuwagen angeschafft werden.



### Basteln

Basteln in der Gemeinschaft hilft uns abzuschalten. Es ist ein schönes Gefühl, etwas mit den eigenen Händen zu schaffen. Wir laden alle recht herzlich ein, mit uns füreinander da zu sein.



### Adventfeier

Mit der gut besuchten Adventfeier stimmten sich die Mitglieder auf Weihnachten ein. Freude bereiten – die man sich in der Gemeinschaft gegenseitig schenken kann. Freude über den Beginn der Adventszeit wollen wir weitertragen und gerne mit allen teilen.





**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben

**Laaser Grundschüler auf der Bühne**

Ziele des Projektes war es, den Kindern besondere Erinnerungen an die Grundschule zu schenken und nebenbei mit einem wohlthätigen Zweck zu verbinden. Ein Teil des Erlöses spendeten sie der Krebshilfe Vinschgau.



**„Mitnond“ in Mals**

Mals zeigt wieder Gemeinschaft mit der heurigen Weihnachtsaktion. Unter dem Motto „Mitnond im Malser Advent“ wurden an zahlreichen Abenden Speisen und Getränke gegen eine freiwillige Spende angeboten. Der Reinerlös dieser Gemeinschaftsaktion ging an die Krebshilfe Vinschgau



**Infostand Weihnachtsmarkt Schlanders**

Während der Adventszeit liegt eine vorweihnachtliche Stimmung in der Fußgängerzone von Schlanders. Interessierte hatten die Möglichkeit ins Gespräch zu kommen und sich über die Angebote der Krebshilfe zu informieren.



**Nicht vergessen:  
Frühlingsfahrt  
mit dem Bezirk  
Meran am Samstag,  
23. Mai 2020**

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## VINSCHGAU

### Dynafit Vinschgau Cup

Der achte Dynafit Vinschgau Cup ist mit dem Finale auf Maseben im Langtaufertal erfolgreich zu Ende gegangen. Am Ende konnten die Organisatoren der Krebshilfe 6.000 € übergeben. Vergelt´s Gott an alle, die dazu beigetragen haben.



### Winterwanderung Sulden

Beim Genuss- und Winterwandern zeigt sich die weiße Jahreszeit im Ortlergebiet von ihrer schönsten Seite. Was gibt es Schöneres, als Schritt für Schritt eine ausgedehnte Wanderung durch die verschneiten Wälder zu genießen.



**Looser Liachtl – Beeindruckendes Gemeinschaftsprojekt**  
Vereine und Musikgruppen aus der Gemeinde Laas spendeten großzügig an die Krebshilfe



**Zur Erinnerung**  
Anbetung für alle Kranken  
Jeden zweiten Montag im Monat in  
der Kapelle des Krankenhauses von  
Schlanders – 19.00 bis 20.00 Uhr



**ACHTUNG!** Alle angekündigten Termine in allen Bezirken werden voraussichtlich wegen Coronavirus aufgehoben bzw. verschoben



**Siegrid und Margarete**

Wir gedenken unseren ehemaligen Vorstandsmitgliedern Siegrid und Margarete (2010 bis 2013). Niemand ist vergessen. Wir sind bei Gott geborgen.



**Tag der Kranken**

Gemeinsam in der Lourdeskirche in Laas beteten wir für die Anliegen der Erkrankten. Die Botschaft „kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid“, zeigt uns den geheimnisvollen Weg der Gnade.



**Neu: Selbsthilfegruppe**

Wer macht mit – sich einander beizustehen und zu helfen.  
Anmeldung: Büro der Südtiroler  
Krebshilfe Meran 0473 621721

**Patientenverfügung**

Dr. Hermann Zingerle bietet Ihnen jederzeit die Hilfe bei der Abfassung der Patientenverfügung an. Für einen Termin melden Sie sich im Bezirksbüro: 0473 621721

**Infostand:**  
Marmor und  
Marille am 01. und  
02. August 2020  
in Laas



Dr. Michael Kob  
Diätologe

# Herzhafte Bärlauchknödel – ohne Ei und ohne Milch



© Asia Kob

## Zutaten für 4 Portionen

- Für 2 „Leinsamen-Eier“: 2 gehäufte EL frisch gemahlene Leinsamen (in einer Kaffemühle oder einem Mixer) + 6 EL heißes Wasser
- 400g frischer Bärlauch\*
- 300g Knödelbrot (in kleine Würfel geschnitten)
- 1-4 EL Mehl
- 200 ml pflanzliche Milch (z.B. Sojamilch oder Reismilch)
- 1 TL Salz
- 1 Prise geriebene Muskatnuss
- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl (am besten kaltgepresstes Olivenöl)

\* Statt Bärlauch kann auch Spinat, Löwenzahnblätter, Mangold oder sonstiges Grüngemüse verwendet werden.

**Wissenswertes:** Leinsamen gehören zu den Superfoods! Sie enthalten Ballaststoffe, Eiweiß, Schleimstoffe und Omega-3-Fettsäuren. Letztere sind entzündungshemmend, durchblutungsfördernd und senken den Cholesterinspiegel. Leinsamen sind aufgrund ihres günstigen Omega-6/Omega-3-Verhältnisses eine gute pflanzliche Alternative zu den Omega-3-Fettsäuren aus dem Fisch. Damit Leinsamen vom Körper aufgenommen werden, müssen sie (am besten frisch) gemahlen werden. Aufgrund der gelierenden Eigenschaft der geschroteten Leinsamen, werden diese in der pflanzlichen Küche gerne als Ei-Ersatz (siehe „Leinsamen-Ei“ oben) zum Binden von Kuchenteig, pflanzlichen Burgern oder anderem verwendet.

## Zubereitung:

1. „Leinsamen-Eier“ vorbereiten: 2 gehäufte EL frisch gemahlene Leinsamen mit 6 EL heißem Wasser gut verrühren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind und stehen lassen. Nach einiger Zeit wird die Konsistenz gel-artig.
2. Den Bärlauch waschen und in kochendem, leicht gesalzenen Wasser blanchieren. Mit kaltem Wasser abspülen und abkühlen lassen. Gut ausdrücken und fein hacken oder mit einem Stabmixer zerkleinern.
3. Knödelbrotwürfel in eine große Schüssel geben, mit Salz, Muskatnuss, 1 EL Öl und einem EL Mehl vermischen und die pflanzliche Milch darüber gleichmäßig verteilen. Für ca. 10 Minuten stehen lassen.
4. Inzwischen in einer Pfanne einen EL Öl erhitzen, die kleingeschnittene Zwiebel dazugeben und glasig dünsten.
5. Den Bärlauch dazugeben und für eine Minute mitdünsten.
6. Die Bärlauch-Zwiebelmischung und das Leinsamen-Gel dazugeben und mit dem aufgeweichten Knödelbrot gut durchkneten. Falls die Knödelmasse zu feucht ist, noch etwas Mehl dazugeben.
7. Für etwa 20 Minuten ruhen lassen.
8. Hände mit kaltem Wasser befeuchten und acht bis zehn gleich große Knödel formen. Wichtig ist dabei, dass die Knödel gut zusammengedrückt werden und die Oberfläche glatt ist, damit beim Kochen kein Wasser ins Knödelinnere kommt, sonst fallen die Knödel auseinander.
9. In einem großen Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Sobald das Wasser zu kochen beginnt, Hitze reduzieren. Die Knödel vorsichtig ins Wasser legen und für ca. 20 Minuten sieden lassen.
10. Nach Wunsch mit zerlassener Margarine oder Öl, fein gehackten Mandelstücken und Hefeflocken servieren. Als Beilage passt ein knackiger Salat hervorragend.

Die Knödel können auch für etwa 20 Minuten in einem Dampfgarer oder einem Topf mit einer Siebeinlage gedämpft werden. Dabei wird das Risiko, dass sie zerfallen, zusätzlich vermindert.

Die fertig geformten Knödel können vor dem Kochen auch tiefgefroren werden. Dann können sie noch tiefgefroren direkt in heißem Wasser gekocht werden, wobei sich die Kochdauer um ca. 5 Minuten verlängert.

Das Rezept ist: rein pflanzlich (vegan), vegetarisch, cholesterinfrei, arm an gesättigten Fettsäuren, reich an pflanzlichen Omega-3-Fettsäuren.

## SÜDTIROLER KREBSHILFE | ZENTRALSITZ

Marconistrasse, 1b | 39100 Bozen  
Tel. +39 0471 28 33 48  
info@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	-			

## BOZEN SALTEN - SCHLERN

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

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup>	-
	14 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup>	-	14 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup>	-	-

### 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 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>				
	-	14 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup>	-	-	-

### 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 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>30</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	-
	14 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup>	-	14 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup>	14 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup>	-

### 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 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	14 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>

### Ambulatorium Schlanders

Hauptstraße, 134 | 39028 Schlanders  
Tel. +39 0473 73 66 41

### Ambulatorium Prad am Stilfser Joch

Silberstrasse, 21 | 39026 Prad am Stilfser Joch

### Ambulatorium Latsch

Hauptstrasse, 65 | 39021 Latsch

## UNTERPUSTERTAL - AHRNTAL - GADERTAL

Kapuzinerplatz, 9 | 39031 Bruneck

Tel. +39 0474 55 13 27

unterpustertal@krebshilfe.it

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Parteienverkehr	15 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	-

### 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

## 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 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	-
	-	14 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	-	16 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	-

### Ambulatorium Toblach

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

### Ambulatorium Welsberg

P.-Johann-Schwingshackl-Str.1 | 39035 Welsberg-Taisten  
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 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>			

### 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

