

# Die Chance

Die Zeitschrift der Südtiroler Krebshilfe

DEZEMBER 2012 | NR. 3

Poste Italiane SpA – Versand im Postabonnement ges. Dekr. 353/2003 (abgeändert in Ges. 27/02/2004 Nr. 46) Art. 1, Komma 2, CNS Bozen Erscheinung: 3 Mal im Jahr, Einschreibung ins Bozner Landesgericht Nr. 3/2003

Foto: Othmar Seelhauser



## Hospiz und Palliative Care

Seite	2	Wir über uns - Editorial
	3 - 7	Über den Sinn des Lebens und über Fußball reden – Dirk Blümke
	8 - 11	Viele Felsen in der Brandung – Das Hospiz Bozen
	12 - 15	Wo die Seele reift – Die Palliativstation Martinsbrunn in Meran
	16 - 17	Den Tod nicht totschweigen – Der Verein Papavero – Mohn
	18 - 21	Die Hospizbewegung der Caritas - Koordinatoren und Freiwillige
	22 - 23	Spirituelle Begleiter
	24	Mitleben und Trauer – Der Schmerz so tief in mir
	26	Die Hausärzte – Dr. Adolf Engl und Dr. Karl Lintner
	27	Neue Tumorchirurgie - Dr. Oswald Mayr: Zukunftsweisend und bürgernah
	28 - 30	Woche der Brustkrebsvorsorge - Organmodell
	32 - 34	Eine halbe Stunde im Monat – Die Selbstuntersuchung der Brust
	35	Marmor und Marillen
	36	Schnell helfen – Zanonracing: Taxifahren mit Rallyefahrern
	37	Gewonnen haben alle – Preiswatten in Lengmoos
	38	Theorie und Realität – Die Klausurtagung der Südtiroler Krebshilfe
	39	Ein Glückskind – Der Vorsitzende des Bezirks Meran, Oskar Asam
	40 - 41	Frohe Weihnachten
	42- 43	Leserbriefe
	44	Der Kommentar - Letzte Meldung
	45 - 54	Was ist los in den Bezirken
	55	Die Ferientaufenthalte 2013



S. 5



S. 12



S. 24



S. 32



S. 41

## WIR ÜBER UNS

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Weihnachten steht vor der Tür. Aber Weihnachten ist mittlerweile überall so präsent, dass es gar nichts ausmacht, wenn es bei uns, in dieser letzten Ausgabe der Chance 2012 nur ein wenig weihnachtet. Meine besten Wünsche für Weihnachten und ein gutes Neues Jahr kommen von Herzen, auf Kitsch und Schmalz können wir verzichten. Nicht verzichten können wir hingegen auf Information. Ein Thema, das mir sehr am Herzen liegt. Wir stellen Ihnen unsere Projektwoche im Brustgesundheitszentrum Brixen-Meran vor. Dort haben wir begehbbare Brustmodelle ausgestellt und dazu Informationsmaterial zum Thema Vorsorge verteilt. Mit der Chefredakteurin, meiner Stellvertreterin und einer Freundin haben wir im Brustgesundheitszentrum Brixen an einem Kurs zur Selbstuntersuchung der Brust teilgenommen. Auch diese Erfahrung möchten wir mit Ihnen teilen. Ja und dann habe ich der Chefredakteurin endlich nach-

gegeben. Mehrmals schon hat sie vorgeschlagen, eine Zeitung zum Thema Palliativ-Care und Hospiz zu machen. Bisher habe ich immer abgelehnt. Aber ich glaube, die Zeit ist nun reif. Wir können, wir müssen auch darüber reden. Wir tun alles in unseren Möglichkeiten Stehende, damit es nicht so weit kommt. Und tatsächlich ist Krebs mittlerweile eine (chronische) Krankheit und kein Todesurteil mehr. Aber wenn es doch keine Heilung mehr gibt, dann kann es tröstlich sein, zu wissen, dass es auch in diesem Moment Menschen und Institutionen gibt, die einem nahe stehen und helfen. Den Betroffenen und den Angehörigen. Sehr froh bin ich über den positiven Ausgang der Probephase der Komplementärmedizin und der Neuregelung der Tumorchirurgie sehe ich mit Zuversicht entgegen. Und dann muss ich noch etwas loswerden. Wir hatten im Oktober wieder eine Klausurtagung der Vorstände. Dort geht es um wichtige Dinge.



Renate Daporta Jöchler  
Präsidentin

Bestandsaufnahme, Planung, Ideen. Ein Termin, der einfach wichtig ist, wenn man die Arbeit in der Krebshilfe weiterhin verbessern will zum Nutzen unserer Mitglieder. Wie ist es dann möglich, dass immer wieder Vorstandsmitglieder diesem Termin fernbleiben, ohne es für nötig zu halten, sich zu entschuldigen. Unmöglich finde ich das! Ich wünsche Ihnen viel Muße zum Ausklang dieses so turbulenten Jahres, nicht nur, um die Chance durchzublättern, sondern auch, um sich den Dingen widmen zu können, die in der Hektik des Alltags immer zu kurz kommen

Eure  
Renate Daporta Jöchler  
Präsidentin



# Über den Sinn des Lebens und über Fußball reden

Dirk Blümke, Leiter der Malteser Fachstelle Hospizarbeit und Palliativmedizin



Organisatoren und Referenten aus Südtirol, Italien, Österreich und Deutschland der Caritas-Tagung zum Thema "Ist Sterben eine Krankheit" im Oktober in Brixen

Foto: Malteserdienst



Er ist seit über zwanzig Jahren ehren- und hauptamtlich in der Hospizarbeit tätig, der Diplomtheologe und systemische Supervisor Dirk Blümke, Leiter der Fachstelle Malteser Hospizarbeit in Köln. Im Oktober war er Referent bei einer Tagung in Brixen zum Thema „Ist Sterben eine Krankheit?“ Ein Gespräch über Hospiz, Palliativmedizin und den Tod als Teil des Lebens.

**Chance:** Wie würden Sie den Begriff Hospiz definieren?

**Dirk Blümke:** Hospiz geht sowohl auf hospitium = Herberge und hospitalitas = Gastfreundschaft zurück und galt im Mittelalter als eine Einrichtung, die am Rande der Pilgerwege, den Pilgern eine sichere Unterkunft und Beherbergung gab. Die moderne Hospizbewegung, allen voran Cicely Saunders, versteht unter Hospiz mehr als einen festen Ort eine Haltung radikaler bedingungsloser Zuwendung gegenüber Sterbenden und ihren Angehörigen.

**Chance:** Radikale Zuwendung im Sinne von Eingehen auf alle Bedürfnisse?

**Dirk Blümke:** Ja. Diese Haltung stellt die Bedürfnisse des sterbenden Menschen und seiner Angehörigen in den Mittelpunkt und steht für eine Kultur des Lebens, in der Sterben, Tod und Trauer als zum Leben dazu gehörig verstanden werden. Es ist eine Haltung, die sich bewusst gegen die Euthanasiebewegungen unserer Zeit, sei es die Legalisierung aktiver Sterbehilfe oder der assistierten Beihilfe zum Suizid, stellt. Danach soll das Leben weder künst-

lich verkürzt noch verlängert werden. In der Folge der Adaption der Hospizidee in Deutschland etabliert sich die Hospizbewegung in ihrem Einsatz für sterbende Menschen und deren Angehörige als eine Bürgerbewegung, die einen anderen Umgang mit sterbenden Menschen fordert und sich für eine ganzheitliche palliative Umsorgung in der Gesellschaft einsetzt.

**Chance:** Und Palliativ Care?

**Dirk Blümke:** Palliative Care und die Hospizidee sind wie die zwei Seiten ein



und derselben Medaille. Von palliare = ummanteln und care = eine umfassende, ganzheitliche Sorge kommend, wird der Begriff in besonderer Weise im pflegerischen und ärztlichen Kontext als eine umfassende fürsorgliche Umsorgung in der letzten Lebensphase verstanden, die eine Schmerz- und Symptomkontrolle über alle Dimensionen menschlicher Existenz hinweg beinhaltet, d.h. die psychischen, sozialen, körperlichen und spirituellen Bedürfnisse berücksichtigt. Zunächst stand insbesondere der Tumorschmerz und dessen Bekämpfung im Mittelpunkt des palliative care – Ansatzes. „Nur wer vor Schmerzen nicht die Wände hoch geht“, so sagte es einmal die Psychiaterin und Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross, „erhält die Möglichkeit über das zu sprechen, was ihn bewegt.“ So steht die palliative Umsorgung und damit „palliative care“ für die Lebensqualität, die den Tagen mehr Leben gibt.

**Chance:** Heute geht der Begriff aber noch weiter?

**Dirk Blümke:** Richtig. Heute hat sich der Begriff „palliative care“ neben dem Begriff der „Hospizarbeit“ im Gesundheitswesen sowohl als eine professionelle Versorgungsform sterbender Menschen und ihrer Angehörigen als auch als eine

Haltung etabliert, die angesichts dessen, was medizintechnisch möglich ist, das Sterben zulässt und den Sterbenden gerade in dieser Phase nicht allein lässt. Der palliative Ansatz stellt nicht die Länge des Lebens um jeden erdenklichen Preis, sondern die subjektiv empfundene Qualität zu leben in den Mittelpunkt. Das erfordert den Mut zur offenen Kommunikation und die Bereitschaft im Dialog mit dem schwerkranken und sterbenden Menschen, die für ihn die unter den Umständen gute Lösung zu finden. Hierbei wirken alle Helfenden des „Care“-Systems idealerweise mit ihren jeweils beruflichen und ehrenamtlichen „Fach“-Kompetenzen synergetisch als Team zusammen. So wie jeder Mensch individuell und einmalig ist, so bildet sich auch um jeden Menschen ein „eigenes“ Team, das sich auf die Bedürfnisse einstellt.

**Chance:** Der Tod wird immer noch todgeschwiegen ....

**Dirk Blümke:** Der Tod ist heute so öffentlich, medial wirksam und uns dennoch entfremdet, dass wir oft von der Wucht des Sterbens überrumpelt sind, wenn es uns persönlich betrifft. Während wir einerseits abgestumpft scheinen ob der vielen Toten in den Nachrichten und

Totschlägen in Fernsehfilmen, reißt es uns mit der Nachricht über den Tod eines geliebten Menschen den Boden unter den Füßen weg.

**Chance:** Weil der Tod auf Distanz gehalten wird? Weil Unmittelbarkeit in einer Zeit der totalen Reizüberflutung immer schwieriger wird?

**Dirk Blümke:** Wir stellen in der Hospiz- und Trauerarbeit fest, dass es immer mehr Menschen daran mangelt, den Verlust in Worte zu kleiden. Dahinter verbirgt sich weniger ein Schweigenwollen, als vielmehr eine Sprach- und Hilflosigkeit. Dies betrifft die Angehörigen, aber auch ihr Umfeld, Freunde und Nachbarn, denen ihrerseits Worte und Gesten fehlen. Ein Teufelskreis, dem die Hospizbewegung mit „Raum- und Zeitangeboten“, d.h. Begegnungsorten, Gesprächspartnern und geschützten Zeiten einen Freiraum bieten will. Es bedarf manchmal des Impulses, der Nachfrage, des Zuhörens und der Bereitschaft beim Fließen der Tränen geduldig auszuhalten, bevor sich dieser Angebotsraum füllen kann.

**Chance:** Gelten ihre Angebote auch Kindern und Jugendlichen, für die Tod und Sterben heute ein Tabuthema sind?



Vertrautes Gespräch

**Dirk Blümke:** Einerseits werden sie davon ferngehalten, andererseits, das zeigen Projektstage der Malteser in Schulen immer wieder, sind Kinder und Jugendliche noch anders in der Lage ihr Verlustleben zu beschreiben, sei es den Tod des Hamsters, den Umzug in eine neue Stadt oder den Tod eines Großelternteils. Sie beklagen die Sprachlosigkeit der Erwachsenen, die Beklemmung des Nichtgenauwissendürfens, wie der geliebte Mensch gestorben ist. Sie berichten von dem (unausgesprochenen) Tabu, den Namen des Verstorbenen zu nennen und ihrem Wunsch, sich vom Toten zu verabschieden und mit am Grab stehen zu dürfen. Sie sprechen davon, dass Sie aus Liebe zu den Eltern versucht haben, zu funktionieren und damit die Last zu tragen, die ohne Worte auf allem lag. Es ist dieser Spiegel aus der Perspektive der Kinder und Jugendlichen, der uns Mut machen sollte, uns der Realität des Lebens zu stellen, zu der Tod und Trauer gehören. Kinder und Jugendliche haben dies oft vor den Erwachsenen begriffen. Gerade sie sind gefährdet, zu Opfern des Schweigens zu werden, weil wir Erwachsene uns vor dem Ausdrücken unserer eigenen Gefühle schützen und meinen, dass dies auch vor den Kindern angemessen sei. Hier wirkt sich ein Denken in der Gesellschaft aus, das Gefühle zu zeigen als Schwäche interpretiert und suggeriert, dass nur wer hart gegen sich selbst ist, in dieser Gesellschaft bestehen kann.

**Chance:** Braucht unsere Gesellschaft eine Sterbekultur?

**Dirk Blümke:** Ja! Aber im Sinne einer Kultur des Lebens, die Krankheit, Leid, Sterben, Tod und Trauer ins Leben zurückholt

und zum Leben gehörig annimmt. Dies schließt eine Sorge um einen sterbenden Menschen, der ja immer ein Lebender ist, mit ein. Natürlich verändern Krankheit und das unmittelbare Sterben eines Menschen, Prioritäten und die Sicht auf das Leben. Es gilt nichts zu beschönigen. Dies ist oft ein schmerzlicher Prozess, für den, der geht und für diejenigen, die mit dem Verlust weiter leben müssen. Wenn es Ausdruck einer Kultur des Lebens ist, ein Sterben in Würde zu ermöglichen, dann gehört dazu, Familien, Nahestehende zu ermutigen, das was wichtig ist, zur Sprache zu bringen. Hierzu gehört es auch, Rituale zu entwickeln und zu leben, die nach dem Tod einen festen Platz im Erinnern finden können. Die Hospizidee vertritt das Ideal, dass jeder seinen eigenen Tod sterben darf und jeder Mensch – ob Mann oder Frau ob Kind oder Jugendlicher - eigene Formen der Trauer entwickelt. Gefühle der eigenen Trauer dürfen benannt werden und Trauer selbst ist ein natürlicher Prozess, der sich in einer Fülle ganz unterschiedlicher, sich durchaus widersprechender Gefühle äußern kann. Um dahin zu kommen, bedarf es einer Gesellschaft die bereit ist, von „Sterbenden zu lernen“, was für diese wichtig ist, und Angehörigen zugesteht, eigene Wege der Trauer zu leben.

**Chance:** Was braucht ein Mensch, der am Ende seines Lebensweges angekommen ist am dringendsten?

**Dirk Blümke:** Was es für den einzelnen wirklich ist, entzieht sich dem Außenstehenden, selbst den nahen Begleitern: Immer wieder geht es um Sicherheit in einem ganzheitlichen Sinne. Das Gefühl,

nicht alleine zu sein, aber auch das Gefühl, anderen nicht zur Last zu fallen – eine liebevolle Zuwendung, die den Blick auf den Menschen hinter den manchmal verzerrenden Erkrankungen nicht verliert und diesem mit Respekt begegnet. Wir sind als Menschen auf Beziehung angelegt. Diese kann durch jeden, der sich darauf einlässt, den Angehörigen sowie den Ehrenamtlichen, gelebt werden und ist für den Sterbenden erfahrbar. Es braucht Zeit, um da zu sein und da zu bleiben. Anwesenheit, Nahsein tritt hier oft an die Stelle von Worten. Das Hilfe-Sorgesystem ist danach ausgerichtet. Hinzu kommt eine angemessene palliativärztliche-, pflegerische Versorgung und wenn es gewünscht ist auch ein spiritueller bzw. religiöser Beistand.

**Chance:** Was haben Sie für sich selbst aus Ihrer Arbeit/ Ihrer Beschäftigung mit Hospiz gelernt?

**Dirk Blümke:** Ehrlich zu sich selbst und anderen zu sein, mich mit den Schwächen und Stärken so zu lieben, wie ich bin und nicht Schlösser in der Zukunft zu planen, sondern lieber Hütten im Jetzt zu bauen. Ich versuche das Leben intensiv wahrzunehmen, dankbar für das zu sein, was gelingt. Ich habe Respekt vor der Aufgabe des Sterbens, aber keine Angst. Ich nehme Kinder und Jugendliche in Ihren Fragen und Ängsten ernst, ihr instinktives, innere Wissen gibt mir ein Gefühl von Hoffnung über das eigene Leben hinaus. Ich habe für mich gelernt, dass was ich nicht verstehe, was ich nur schwer ertragen kann, also das große Leid, abzugeben, im Vertrauen darauf, dass der Gott, an den ich glaube, krumme Wege gerade macht und barmherzig ist. *folgt ►*



Jeden Augenblick zum Austausch nutzen - auch beim Spargelschälen lässt es sich gut reden

► **Chance:** Was bedeuten Tod und Sterben für Sie persönlich?

**Dirk Blümke:** Der Tod ist für mich ein Übergang in eine andere Welt, die ich als Christ hoffnungsfroh erwarte und auf die ich neugierig bin – allerdings kann ich meine Neugierde zum jetzigen Zeitpunkt noch bremsen. Ich hoffe, wie so viele andere, dass ich bestimmte Entwicklungen meiner Kinder noch gesund erleben kann. Ich nehme auf die andere Seite all die ungeklärten Fragen und auch manche Situation der Verzweigung mit, die ich an Gott herantragen werde.

Das Sterben ist die Aufgabe, die ich im Leben zu bewältigen habe, die mir keiner abnehmen kann. Ich hoffe darauf, dass ich dann alles geregelt habe, was für mich und meine Angehörigen wichtig ist und dass ich vor allem keinem vergessen habe, zu sagen, was ich für ihn empfunden habe. Ich wünsche mir natürlich keine großen Schmerzen und vermutlich jemanden, der

mit mir sowohl über den Sinn des Lebens, als auch über Fußball reden kann. Die Menschen, die mir dann begegnen, sollten Humor mitbringen und die Bereitschaft, mit mir zu weinen und zu lachen.

**Chance:** Kann man einem Menschen, der an einer unheilbaren Krankheit leidet, das Thema Sterben und Tod zumuten?

**Dirk Blümke:** Die Frage stellt sich so für mich nicht. Der Maßstab ist der Mensch selbst, egal wie krank oder wie gesund. Will er über das Thema reden, dann ist es gut, will er nicht, dann ist es auch gut. Wenn er weiß, dass er in seinem Gegenüber jemanden hat, der diesen Themen nicht ausweicht, dann wird er eine Entscheidung treffen. Strahle ich diese Bereitschaft aus, dann braucht es auch keine explizite Thematisierung. Mit anderen Worten: eine Kultur des Lebens beinhaltet auch die Möglichkeit, sich diesen Fragen nicht zu stellen, es erfordert

den unbedingten Respekt vor dem anderen. Zurück zur Ausgangsfrage, nicht ich mute dem Menschen diese Themen zu, sondern der unheilbar kranke Mensch hat die Möglichkeit sich anzuvertrauen.

Wichtig ist hier die eigene Rolle zu kennen. Als Hospizbegleiter, Mitarbeiter im Bereich von Palliative Care ist es meine Rolle als Begleitender das Tempo zu gehen, welches der sterbende Mensch und seine Angehörigen mir vorgeben und das zu geben, was ich im Rahmen meiner Möglichkeiten geben kann. Als Angehöriger habe ich eine andere Rolle. Ich persönlich würde meinem geliebten Menschen Fragen stellen. Das hat mir schon in einigen Situationen geholfen, diese letzte Wegstrecke gut mit den Menschen mitzugehen, die mir nahe standen.

**Chance:** Könnten Sie kurz Ihre Tätigkeit umreißen?

**Dirk Blümke:** Ich leite die Fachstelle Malteser Hospizarbeit, Palliativme- Folgt ►

## Leben mit dem Tod

ARD-Themenwoche vom 17. bis 23. November

**L**eben mit dem Tod, das war der Titel einer Themenwoche im deutschen Fernsehsender ARD vom 17. bis 23. November. Spielfilme, Diskussionen, Dokumentarfilme rund um das Thema eine ganze Woche lang. In der Redaktion der ARD

liefen die Computer heiß während dieser Woche, so viele Stellungnahmen trafen ein. Wenige negative, die der ARD vorwarfen mit diesem Thema eine unlautere Werbekampagne gestartet zu haben und November-Depressionen zu nähren. Die meisten

aber eindeutig positiv, auch dankbar für den Mut und die Sensibilität mit der die Redaktion dieses Thema angegangen ist. Grundtenor der Mails: Es ist gut, dieses Thema aus der Tabuzone zu holen und es tut gut, diese Dinge offen anzusprechen. ■



Eine PatientIn des Hospiz in Duisburg

► dizin & Trauerbegleitung bei den Maltesern auf Bundesebene. An über 70 Standorten haben wir über 160 Dienste und Einrichtungen, von ambulanten Kinder- und Jugendhospizdiensten, ambulanten Erwachsenen hospizdiensten, Palliativpflegediensten – und stationen, bis zu Angeboten der

Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. In unseren Diensten arbeiten über 2600 Ehrenamtliche und rund 250 Hauptamtliche. In meiner Verantwortung liegt die Entwicklung der Dienste und Einrichtungen über ein Qualitätsmanagementsystem, bis zur Frage, welchen Nöten wir uns zukünftig hinwenden. Es umfasst die Entwicklung von Angeboten zur Befähigung von ehren- und hauptamtlich Tätigen, zum Umgang mit den Belastungen in der Arbeit, ebenso wie das Coachen von Leitungspersonen und Teams. In meiner Funktion verrete ich die Malteser in verschiedenen Gremien der Kirchen und Fachverbänden auf Bundesebene. Aktuell leite ich ein Projekt mit dem Namen „Gib mir 'nen kleines bisschen Sicherheit- die Unsicherheiten des Lebens und Sterbens teilen“, mit dem wir in Schulen mit Kindern und Jugendlichen, Eltern und Pädagogen über die Themen Sterben, Tod und Trauer sprechen.

**Chance:** Was hat Sie im Rahmen der Tagung in Brixen zum Thema „Ist Sterben eine Krankheit?“ am meisten beeindruckt?

**Dirk Blümke:** Ich habe mich sehr für die Veranstalter über das große Interesse gefreut. Schon im Vorfeld habe ich das

Thema als sehr gelungen empfunden. Es sind immer die einzelnen Begegnungen mit Menschen, die mich beeindruckten, das Engagement des oder der einzelnen und mit welcher inneren Freude dieser Dienst geleistet wird. Eine Frage aus dem Plenum wird mich begleiten, weil diese eine Situation berührt, die uns in Deutschland beschäftigt und der wir uns als Gesellschaft stellen müssen. Wie gehen wir mit den Menschen in der Hospizarbeit um, die am Rande der Gesellschaft leben, die wir nicht mehr über die üblichen Wege der Regelversorgung erreichen?

Die Schere der sozialen Ungleichheit in der Gesellschaft beeinflusst auch das Sterben. Hierauf müssen wir Antworten finden. Ich bin der Teilnehmerin aus dem Plenum sehr dankbar für ihre Anregung. ■

*Malteser Hilfsdienst e.V.  
Generalsekretariat  
Fachstelle Hospizarbeit, Palliativmedizin & Trauerbegleitung*

*Kalker Hauptstraße 22-24, 51103 Köln  
Telefon +49 (0) 221 9822-585  
eMail: Dirk.Bluemke@malteser.org  
Web www.malteser.de*

## Definition

### Hospiz und Palliative Care

Die moderne Hospizbewegung entstand Ende der 1960er Jahre in England, durch die Ärztin Cicely Saunders (1918 - 2005), die 1967 mit dem St. Christopher's Hospice das erste Hospiz gründete und ihre Überzeugung, dass es möglich ist, die letzten Tage eines Menschen angenehm zu gestalten, in die Welt trug. Die Entwicklung von Palliativmedizin und Hospizen sind ganz wesentlich ihr zu danken. Ihre größte Entwicklung machte sie in den 1970er Jahren in den USA, wo eine Vielfalt von verschiedensten Versorgungsmodellen entstand. Initiatorin war Elisabeth Kübler-Ross (1926 - 2004), eine schweizerisch-amerikanische Psychiaterin. Sie befasste sich mit dem Tod und dem Umgang mit Sterbenden, mit Trauer und Trauerarbeit und gilt als Begründerin der Sterbeforschung.

Die Hospizbewegung war u. a. die Antwort auf eine Gesellschaft, die das Sterben und die Sterbenden immer weiter an den

Rand zu drängen drohte. Somit ist es ihr Hauptziel, das Sterben wieder als wichtigen Teil des Lebens ins öffentliche Bewusstsein

zu rufen und damit den Sterbenden und ihren Angehörigen ein würdevolles Leben zu ermöglichen.

#### Die Palliativ-Behandlung

Wichtiger Aspekt der Patientenbetreuung im Krankenhaus, zu Hause, in einem Hospiz oder in einer Kombination ist die Bekämpfung von Schmerzen. Dabei gibt es keine Höchstdosis für starke Schmerzmedikamente, die Dosis richtet sich nach den Schmerzen des Betroffenen. Erhebliche Nebenwirkungen oder eine Abhängigkeit sind nicht zu befürchten.

Neben der Schmerzfreiheit steht eine optimale Pflege des Betroffenen gemäß seiner Wünsche im Mittelpunkt der Bemühungen. Bei einer häuslichen Betreuung ist es in der Regel möglich, dass die Angehörigen Unterstützung durch einen ambulanten Pflegedienst erhalten.

Der Begriff palliativ stammt aus dem Lateinischen und bedeutet Mantel bzw. umhüllen. In diesem Sinne versteht sich die palliative Pflege als eine bedürfnisorientierte Begleitung, die das individuelle Wohlbefinden steigern und Sicherheit und Geborgenheit in allen Stadien des Leidens und Sterbens vermitteln soll. ■

## Viele Felsen in der Brandung

### Palliativ-Care und Hospiz im Bozner Krankenhaus



“Viele fragen sich, warum sind wir nicht schon früher hierhergekommen!” Dr. Massimo Bernardo, der verantwortliche Leiter der Abteilung Palliativ-Kuren und Hospiz am Bozner Krankenhaus und sein Team kommen der Aufforderung, uns die Seele ihrer Abteilung zu erklären, nur zu gerne nach.

**D**ass Teamwork hier nicht nur ein leeres Wort ist, spürt man sofort. Ärzte, Pflegepersonal, Therapeuten und die Psychologin – alles sind hier gleichermaßen wichtig, jeder in seinem Bereich. Es gibt keine Hierarchie, wenn es um die Lebensqualität der Patienten geht. Und genau dies ist die Essenz dieser Abteilung im dritten Stock des Pavillon W: Wer hierher kommt, dem soll es gut gehen. „Bei uns wird niemand zu nichts gezwungen, auch nicht zum Aufstehen oder zum Essen; wir verzichten auf unnütze therapeutische Maßnahmen, die das Wohlbefinden des Patienten beeinträchtigen“, erklärt Massimo Bernardo. Sinn der palliativen Behandlung

ist, vereint alle Kräfte einzusetzen, um die Lebensqualität des Patienten zu verbessern. Ein hoher Anspruch, weil die Bedürfnisse der Patienten sehr vielseitig und komplex sind. „Um das Wohlbefinden der Patienten zu verbessern, braucht es mehr als nur Morphium gegen die Schmerzen oder Mittel gegen die Übelkeit; wir wollen auch die Seele des Patienten erreichen“, betont Bernardo.

Die Abteilung verfügt über elf Betten. Alles Einzelzimmer. „In Wirklichkeit haben wir aber nicht elf, sondern viel mehr Patienten, 45 oder noch mehr“, erklärt die Pflegeleiterin Lia Ossanna. Stimmt. Hier kümmert sich

das Pflegepersonal auch um die Angehörigen der Patienten. „Wir müssen ihnen beistehen, mit der Situation fertig zu werden und sie in die Lage versetzen, dem Kranken bestmöglich beizustehen.“

Das Morgenteam sitzt mit uns an einem Tisch: Dr. Bernardo, die Pflegeleiterin Lia, die zwei Krankenschwestern Donata Percoco und Barbara Obkircher sowie die Psychologin der Abteilung, Daniela Moroder. Jeder von ihnen hört aufmerksam zu, was der jeweils andere zu sagen hat, ergänzt vielleicht den einen oder anderen Aspekt. Jeder von ihnen spricht für sich, aber gleichzeitig auch für die anderen. Was





Foto: Othmar Seehauser

Der Gesprächsraum Oasis



Foto: Othmar Seehauser

Die Abteilung verfügt über ein Auto für Hausbesuche

uns am meisten beeindruckt, ist die Ruhe und die Liebe für ihre Arbeit, die jeder von ihnen ausstrahlt.

Das Hospiz wurde 2011 eröffnet; die Abteilung für Palliativ-Care gibt es offiziell seit 2007, aber bereits seit 2003 steht hier die Verbesserung der Lebensqualität des Patienten im Vordergrund. In den ersten Jahren, erzählen sie, seien sie von den Kollegen der anderen Abteilungen belächelt worden. „So nach dem Motto, naja, Morphium geben und Händchen halten kann doch jeder ...“ Aber Palliativ-Care ist weit aus mehr als nur Schmerzmittel verabreichen. Bernardo: „Den Schmerz bekämpfen, das macht 20 Prozent unserer Arbeit aus.

Das Schwierige kommt danach. Wir haben den Mut, uns diesem zu stellen.“ Inzwischen hat sich eine gute Zusammenarbeit mit den anderen Abteilungen ergeben. Die Ergebnisse sprechen für sich.

„Wir müssen vor allem verstehen, welche Bedürfnisse der Patient tatsächlich hat. Jeder ist anders und reagiert anders. Wir erwecken keine Illusionen mit Therapien, die nichts mehr nützen. Wir helfen dem Patienten sich seiner Situation bewusst zu werden, wir wollen ihn in dieser Lebensphase begleiten und diesem Moment einen Sinn geben,“ erklärt Doktor Bernardo. Und dies gilt nicht nur für den Patienten, sondern auch für alle, die ihm nahe stehen.

„Wer hierher kommt, setzt sich natürlich auch mit dem Thema Tod und Sterben auseinander. Auch das ist Teil unserer Arbeit: die Menschen auf dieses Ereignis vorbereiten, ihnen die Angst zu nehmen.“

Wer auf dieser Station arbeitet, muss ein hohes Maß an Intuition besitzen. Jeder. Arzt, Pfleger, Therapeut, Psychologe, auch das Reinigungspersonal. „Wer hier arbeitet, muss sich auf einen Reifeprozess einlassen, er muss wachsen, um zu verstehen, die Signale richtig zu deuten. Wann braucht der Patient Nähe, wann Distanz, wann braucht er meinen menschlichen Beistand und wann meine technische Hilfe.“ [Folgt ▶](#)



Foto: Othmar Seehauser

Dr. Massimo Bernardo,  
Leiter der Abteilung Palliativ-Kuren  
und Hospiz am Bozner Krankenhaus



Foto: Othmar Seehauser

Pflegeleiterin Lia Ossanna



Foto: Othmar Seehauser

Psychologin Daniela Moroder



Foto: Othmar Seehauser

Das Morgenteam der Abteilung Hospiz und Palliativ-Care im Gespräch: Wir helfen den Patienten zu leben!

► „Unsere Tätigkeit lässt keine Hektik zu, es braucht Ruhe, um jemanden angemessen zu begleiten“, betont die Psychologin Daniela Moroder. „Oft ist es doch so, dass die Chemotherapie die Kommunikation ersetzt. Eine Verschreibung dauert fünf Minuten und gibt dem Patienten eine – leere – Hoffnung. Um dem Patienten genau zu erklären, wie seine Situation ist, braucht es hingegen zwei Stunden und mehr.“ Und genau das unterscheidet diese Abteilung und ihr Personal von anderen: hier ist Zeit für alles, hier herrschen Ruhe und Gelassenheit.

Die Abteilung selbst ist nicht gerade schön, etwas veraltet. Auch wenn in den vergangenen Jahren viel getan worden ist. Vor allem dank der finanziellen Unterstützung von Seiten der Vereinigung Pa-

pavero –Mohn. Möbel, der Gesprächsraum Oasis, warme Getränke rund um die Uhr für die Angehörigen. Das Auto, um einmal in der Woche oder nach Bedarf die nach Hause entlassenen Patienten gemeinsam mit dem Arzt und dem Pflegepersonal des Sprengels aufzusuchen. Zeitschriftenabonnements. Bis Jahresende werden die zweiten Betten in den Zimmern durch einen Schlafsessel ersetzt und im nächsten Jahr steht endlich auch die komplette Renovierung der Abteilung an. Projekte gibt es viele: Wie zum Beispiel die Musiktherapie für Patienten oder die Zusammenarbeit mit einem Shiatsu-Masseur. Alles Dinge, die ein Mehr an Lebensqualität versprechen.

„Uns war es zunächst wichtig, unsere Station mit Inhalten zu füllen“, erklärt Mas-

simo Bernardo. „Jetzt können wir auch an Äußerlichkeiten denken.“ Seine Equipe und er arbeiten nicht zuletzt daran, eine Kultur der Palliative Care und des Hospizgedankens zu schaffen. „Die wenigsten Menschen – und dazu zähle ich auch die Ärzte – sind sich dessen bewusst, dass das Leiden der Patienten schon ganz früh einsetzt, mit der Diagnose. Palliative Care müsste schon viel eher beginnen.“ Wie in den Vereinigten Staaten und in England, wo schon bei der Diagnose, beim allerersten Arzt-Patienten-Gespräch der Onkologe und der Palliativist anwesend seien, um die Behandlung des Patienten gemeinsam zu planen.

„Man muss auch die Angst vor unserer Abteilung verlieren. Es ist nicht wahr, dass die Menschen nur zum Sterben hierher



Foto: Othmar Seehauser

Barbara Obkircher



Foto: Othmar Seehauser

Donata Percocco



Foto: Othmar Seehauser

Krankenhaus aber nicht anonym

kommen“, unterstreicht Donata Percoco. „Wir sind nicht die letzte Station. Im Gegenteil. Bei uns beginnen viele Patienten, wieder zu leben, weil wir ihnen nach langem Leiden, nachdem sie durch Chemotherapien, Strahlentherapie usw. völlig am Ende sind, zu neuem Wohlbefinden verhelfen. Palliative Care ist nicht gleichbedeutend mit Sterbebegleitung.“ Die meisten Patienten, die in die Palliativ-Abteilung kommen, bedauern es, nicht schon eher diesen Schritt getan zu haben. „Viele können auch wieder nachhause entlassen werden, wenn ihr Zustand stabilisiert ist“, erklärt die Pflegeleiterin Lia. „Gerade deshalb ist es für uns auch so wichtig, mit den Angehörigen zusammen zu arbeiten. Schließlich sind sie es, die sich dann um die Patienten kümmern.“

Massimo Bernardo: „Was uns ganz wichtig ist und was wir auch unseren Patienten mitgeben wollen: Eine Krankheit zu haben, die nicht heilbar ist, heißt nicht, sofort sterben. Wir wollen den Menschen zeigen, dass sie noch Zeit haben, dass wir ihnen nicht helfen zu sterben, sondern dass wir ihnen helfen zu leben.“



Das Hospiz also als Ort, wo man auch Hoffnung schöpfen kann. Nicht auf Heilung, aber darauf, die Zeit, die man hat, positiv zu (er)leben. „In diesem Sinne sind wir eine Chance – für den Kranken und für die Menschen, die ihm nahe stehen.“ Lia Ossanna kleidet dieses Konzept in ein schönes Bild: „Wir sind wie viele Felsen in der Brandung, wo man Schutz und Ruhe findet.“

Barbara Obkircher ist die Jüngste im Team. Sie ist die einzige, die direkt von der Ausbildung auf die Abteilung gekommen ist. Alle anderen haben bereits viele Jahre Erfahrungen in anderen Bereichen des

Krankenhauses gesammelt. Sie hat das Hospiz durch Praktika während ihres Studiums an der Claudiana kennengelernt und diese Arbeit hat sie so fasziniert, dass sie sich dort beworben hat. „Was mich vor allem beeindruckt hat, war die enorme menschliche Nähe, die man hier erfahren kann.“

Die Arbeit mit Menschen, die einen Weg beschreiten, der ein Ende hat, die wissen, dass ihre Lebenszeit begrenzt ist, lässt wachsen. Lässt neue Werte setzen auch im eigenen Leben. „Das ist das wertvolle Geschenk, das uns alle unsere Patienten immer wieder auf's Neue machen. Wir geben viel, aber wir bekommen auch ein Vielfaches zurück. Jeden Tag.“ Massimo Bernardo spricht damit allen seinen Team-Kollegen aus dem Herzen. Keiner von ihnen würde seine Arbeit gegen eine andere tauschen. Eine Arbeit, die den ganzen Menschen vereinnahmt. Die einen zu den wesentlichen Dinge des Lebens führt. Auch zum Nachdenken über den Tod und das Sterben. Daniela Moroder: „Wer nicht an sich selbst arbeiten kann, der ist hier am falschen Platz!“ ■

Infos: 0471 908501 | [curepalliative@asbz.it](mailto:curepalliative@asbz.it)

## Eine Auszeit

### Nach zehn Tagen wieder zuhause

Seit 2008 kämpft Inge Tutzer gegen den Tumor. Ende Oktober war sie auf der Palliativstation im Bozner Krankenhaus, weil sie Zeit brauchte, um sich umzuorganisieren.

Die Psychologin, die mit Beginn ihrer Krankheit begonnen hat, zu fotografieren und die mittlerweile schon mehrfach ausgestellt hat, lebt allein. Von einem Tag zum anderen gestaltet sich das immer schwieriger. Sie hat Gleichgewichtsstörungen und braucht eine Person, die im Notfall da ist. Dafür musste aber ihre Wohnung umorganisiert werden. Auch ein Grund, um auf der Palliativstation aufgenommen zu werden.

Inge Tutzer sitzt im Schneidersitz auf ihrem Bett. Ihre Tochter Julia, die an der Claudiana studiert, ist während der Pause auf einen Sprung vorbeigekommen, zwei Freunde sind da, mit denen sie ihre Umorganisation diskutiert. „Es ging auf ein-

mal ganz schnell, ich habe das gar nicht so mitbekommen“, erzählt Inge. „Aber es ist in Ordnung, ich kann damit umgehen.“

Die Palliativstation empfindet sie als einen Ort der Ruhe. „Ich sehe, das sind alles Fachleute, auf die ich mich stützen kann. Sie schaffen sofort eine Vertrauensbasis.“ Die Tatsache, dass sie von nun an nicht mehr alleine leben kann, lässt sie nicht rebellieren. „Ich akzeptiere das, sehe es als einen Schritt nach vorn.“

Im Gegensatz zur Onkologie, die Abteilung, die sie bisher kennengelernt hat im Bozner Krankenhaus, sei hier eine andere Welt. „Die Onkologie war super. Toll organisiert. Alles bestens koordiniert. Schnell und



sehr technisch. Hier geht es nicht Zack-Zack, der Rhythmus ist ein anderer. „Der Umgang sei insgesamt sehr warm, auf die Psyche bezogen und an den ganz individuellen Bedürfnissen orientiert. Eine Auszeit, um nach zehn Tagen zurückzukehren in ihr eigenes Leben. Der Titel ihrer nächsten Ausstellung vom 22. November bis 20. Dezember in der Raiffeisen-Galerie Bruneck ist bezeichnend: Zwischen Welten. ■

## Wo die Seele reift

### Die Palliativstation Martinsbrunn in Meran



Der Park vor dem Fenster legt schon sein Herbstkleid an. Vögel fliegen vorbei. Im Hintergrund erkennt man schemenhaft die Stadt und die umliegenden Berge. Ein friedlicher Ort. Ein Ort zum Innehalten und zum Abschied nehmen. Das Hospiz Martinsbrunn in Meran.

**M**artinsbrunn hat eine lange Geschichte hinter sich, im Treppenhaus hängen noch Fotos aus alten Zeiten, als das Haus dem Zauberberg von Thomas Mann gleich, ein Lungensanatorium mit elegant eingerichteten Aufenthaltsräumen war. Später wurde es ein Lazarett, nach dem Krieg eine Kur- und Geburtenklinik. Mittlerweile ist es eine Klinik für Reha, für postakute und Langzeit Fälle, für Dermatologie, es gibt eine Ambulanz, ein Labor für Blutproben und eben das Hospiz, bzw. die Palliativstation. Die private subventionierte Belegklinik wird von den Barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul geführt.

Eröffnet wurde diese Abteilung vor neun Jahren, anfänglich nur für Krebskranke,

mittlerweile finden auch Patienten mit neurologischer oder internistischer Diagnose Aufnahme. Die Hälfte der Patienten kommt für ein paar Tage, um dann wieder gestärkt und schmerzfrei nachhause zu gehen. Die Station verfügt über zwölf Betten in Einzelzimmern, alle mit Blick auf den Park, die meisten mit Balkon. Die durchschnittliche Verweildauer der Patienten liegt bei knapp zwanzig Tagen. Manche bleiben nur wenige Tage, manche wochenlang. „Wenn die Indikation gegeben ist, schicken wir niemanden nachhause, wir halten aber auch niemanden zurück, der wieder nachhause möchte und versuchen in Zusammenarbeit mit Familie und Sprengel dieses Zuhausebleiben zu ermöglichen“, erklärt Dr. Andrea Gabis, die

ärztliche Leiterin der Palliativstation. Ihr zur Seite steht Dr. Reya Dadyar.

Der Pflegeschlüssel auf dieser Station ist eins zu eins. Zwei Ärzte, neun Pflegerinnen und drei Pfleger, zwei Klosterfrauen und drei Hausfrauen arbeiten auf der Station. Dazu kommen Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Seelsorger, der Psychologe und die Freiwilligen des Hospizdienstes der Caritas.

„Bei uns herrscht ein anderer Ablauf als im normalen Krankenhaus. Wir haben vor allem eines: Zeit“, betont Dr. Gabis. Besonders wichtig sei für die Arbeit des Teams das Sich-Ziele-Setzen. Erfolge haben. Step bei Step. „Wir sind offen für alle Wünsche des Patienten, er bestimmt, was mit ihm



Arbeiten im Team. Eine der regelmäßigen interdisziplinären Sitzungen

geschieht. Wir setzen einen Kontrapunkt zur aktiven Sterbehilfe. Zu uns kommt man nicht zum Sterben, sondern, um die Zeit, die einem bleibt, besser zu leben.“

Natürlich bedeutet die Arbeit auf einer Palliativstation auch, sich mit dem Tod, mit dem Sterben auseinanderzusetzen. Der Tod als Teil des Lebens. So sehen es die Mitarbeiter der Station und versuchen dies auch ihren Patienten und deren Angehörigen, die frei aus- und eingehen und auch auf der Station übernachten können, zu vermitteln.

Gearbeitet wird hier im Team. Darauf legt Dr. Andrea Gabis größten Wert. An den re-

gelmäßigen interdisziplinären Sitzungen nehmen alle Mitarbeiter der Abteilung teil, von den Hausfrauen, wie das Reinigungspersonal hier genannt wird, über die Pfleger bis zu den Ärzten. Besprochen werden die Patienten, aber auch das Befinden der Mitarbeiter, die zudem regelmäßige Supervisionen haben, ist ein Thema.

Evelyn Messner und Monika Kölleman sind die beiden Pflege-Koordinatorinnen auf der Abteilung. Evelyn ist seit zwei Jahren in Martinsbrunn, vorher war sie Leiterin der Tagesbetreuung im Altersheim St. Pauls. Evelyn kümmert sich auch um die sozialen Belange der Patienten. Hilft bei Beantragung von Pflegegeld und bei an-

deren bürokratischen Angelegenheiten. „Für mich ist es, als ob die Seele hier reifen würde“, fasst sie ihre Eindrücke von der Station zusammen. Arbeiten auf der Palliativstation empfindet sie als eine Bereicherung für ihr persönliches Leben. „Wer hier arbeitet, verliert die Angst vor dem Tod. Im Gegenteil, wir beschäftigen uns positiv damit, lernen von unseren Patienten, wachsen an ihnen.“

Evelyn führt uns stolz durch die Abteilung. Zeigt uns die Chill-Ecke mit bequemen Longchaisen vor einem Panoramafenster. Die bunte Kinderecke. Die Sitzecke, wo auch mit den Verwandten gegessen werden kann. Das Erinnerungsbuch. [Folgt ▶](#)



Dr. Andrea Gabis



Evelyn Anderle



Pflegekoordinatorin Evelyn Messner



Foto: Othmar Seehauser



Foto: Othmar Seehauser

Die Spielecke für die kleinen Besucher

► Auch die zweite Evelyn auf der Station, Evelyn Anderle, arbeitet seit zwei Jahren hier. Sie kam vom Hauspflegedienst im Sprengel. „Was ich hier ganz positiv erlebe, ist die Teamarbeit. Ich habe einerseits die Möglichkeit, mich intensiv mit dem Patienten zu beschäftigen, bin aber nicht allein, kann mich auf den Rückhalt und die Hilfe im Team verlassen.“ Besonders wichtig ist ihr der Aspekt der Freiheit bei ihrer Arbeit. „Kein Patient wird gezwungen etwas zu tun. Wenn er nicht essen will, muss er nicht, wenn er nicht aufstehen will, kann er liegenbleiben. Seine Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt, nicht der Ablauf der Arbeit auf der Station.“

„Unsere Patienten sind froh, wenn sie hier sind, erleben das Hospiz positiv. Wir gehen auf sie ein, jeder Patient bestimmt selbst, was mit ihm passiert. Wir sind ganz offen“, betont Dr. Gabis. Jeder Patient be-

stimmt auch die Nähe, die er zulässt. Manche möchten mit dem Pflgeteam über ihre Situation sprechen, andere ziehen es vor zu schweigen. Das wird respektiert. Viele haben auch konkrete Fragen, die sie ganz offen in den Raum stellen und auf die sie sich offene Antworten erwarten. Wie wird es sein, was erwartet mich? Wie lange kann ich so noch weiterleben? Dr. Andrea Gabis: „Unsere Aufgabe ist auch, dem Tod als Teil des Lebens einen Sinn zu geben, den Menschen dabei zu helfen, sich bewusst zu verabschieden. Wenn es dem Patienten gut geht, kann er seine Dinge regeln, kann Gespräche führen, kann loslassen ...“ Der Patient und seine Angehörigen stehen im Vordergrund. „Die Lebensqualität des Patienten hat für uns absolute Priorität.“

Ohne die Unterstützung der Familienangehörigen und der Freiwilligen des Hospizdienstes der Caritas wäre diese Arbeit so

nicht möglich. „Es ist wie ein Puzzle, jeder ist wichtig für das Ganze.“ Auch den Hausfrauen kommt in diesem Sinne eine ganz wichtige Rolle zu. Evelyn Messner: „Die Patienten warten schon immer darauf, dass sie ins Zimmer kommen. Mit ihnen können sie frei reden, ratschen, scherzen oder weinen, ohne dass es um ihren Zustand geht.“

Die Palliativstation ist eine offene Station in jedem Sinn. Hochzeiten wurden hier schon gefeiert, Taufen und wenn es einem Patienten wichtig ist, dann wird über die Hintertür auch der vierbeinige Liebling hereingeschmuggelt. Eben wie es auf der Webseite steht: „Angeboten wird eine umfassende medizinisch, pflegerisch, psychologische sowie seelsorgerische Betreuung. Unser absolutes Ziel ist die bestmögliche Lebensqualität für den Patienten und dessen Angehörige.“ Und auch dieses Zitat von Friedrich Nietzsche steht auf der Webseite: „Gesundheit ist dasjenige Maß an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen.“

Die Palliativstation steht jedem Patienten mit entsprechender Indikation im Rahmen des öffentlichen Sanitätsdienstes offen. Für die Aufnahme müssen selten mehr als ein oder zwei Tage gewartet werden; Patienten von zuhause haben Vorrang vor Patienten, die bereits im Krankenhaus stationär behandelt werden.

Anfragen u. Info:  
[www.palliativecare.bz](http://www.palliativecare.bz)  
[projektbuero@martinsbrunn.it](mailto:projektbuero@martinsbrunn.it)  
[info@palliativecare.bz](mailto:info@palliativecare.bz)  
 Telefon: 0473/205614.



Foto: Othmar Seehauser

## Blick auf den Park

So einen schönen Blick hat Frieda Hecker zuhause nicht von ihrem Fenster. Die 87jährige liegt im Bett und schaut in den Park mit seinen alten, goldrotfarbenen Laub tragenden Bäumen. „Da sehen Sie wie schön, die Vögel.“

**F**rieda Hecker ist in Antholz geboren, war in Kaltern verheiratet und lebt jetzt in Meran bei ihrer Tochter. In Martinsbrunn ist sie seit vier Tagen. Ihre Beine haben nicht mehr gewollt, erklärt sie. Deshalb ist sie jetzt in Martinsbrunn.

Zur Erholung. Sie fühlt sich wohl. Teilt ihren Tag zwischen Rollstuhl und Bett und freut sich über jeden, der ihr Zimmer betritt und etwas Abwechslung in ihren Tag bringt. „Es ist so schön hier und alle sind so nett.“



Frieda Hecker



Beruhigend - der Ausblick auf den Park

## Hier bin ich ruhig

Rolando Colletti sitzt auf dem Balkon vor seinem Zimmer und raucht eine Zigarette. Seit fünf Tagen ist er in Martinsbrunn. „Ich bin ruhiger seit ich hier bin.“

**S**eit Juni ist er krank. Er hat jede Therapie abgestellt. Nichts hilft mehr. Eine letzte Chemotherapie hat er abgelehnt. „Warum soll es mir schlecht gehen, nur um einen Monat länger zu leben.“ Auf der Palliativstation geht es ihm gut. Er hat keine Schmerzen. Bei schönem Wetter geht er im Park spazieren. Er trifft sich mit dem Psychologen in der Bar. In der Mittagszeit, wenn die Herbstsonne noch wärmt, sitzt er gerne auf seinem Balkon.

Rolando Colletti ist 67 Jahre alt und er weiß, dass es nicht mehr werden. Er trägt

es mit Philosophie. „Es hat halt mich getroffen. Pech gehabt. Ich habe 52 Jahre geraucht und bis Juni ging es mir immer gut.“ Rolando Colletti hat in einem Hotel gearbeitet. Er hat spät geheiratet und hat zwei Söhne. Seine Frau ist pflegebedürftig. Er kann ihr nicht mehr beistehen.

„Ich weiß, dass ich von hier nicht mehr weggehe“, sagt Rolando Colletti. „Aber mir geht es gut. Es ist etwas ganz anderes hier, als im Krankenhaus. Sie verwöhnen mich. Sie gehen auf meine Wünsche ein. Und nach dem Essen bringen sie mir so-



Rolando Colletti

gar den Kaffee auf's Zimmer.“ Er schaut mir gerade in die Augen: „So ist das. Aber ich habe keine Angst.“ Dann steht er auf, um für einen Spaziergang in den Park zu gehen.

## Den Tod nicht totsichweigen

Der Verein Papavero – Mohn fördert Palliativ -Care



Sieben waren sie, fünf Frauen und zwei Männer, die 2008 ein ebenso mutiges wie weittragendes Projekt verwirklicht haben: die Gründung des Vereins Papavero – Mohn zur Förderung von Palliative Care. Mittlerweile hat der Verein mehr als 400 effektive Mitglieder und ist im Raum Bozen und Umgebung aktiv.

**E**in gemütliches, freundlich eingerichtetes Zimmer mit dem bezeichnenden Namen Oasis, ein Fiat Panda für Hausbesuche, Stereoanlagen, Zeitschriftenabonnements, Einrichtungsgegenstände der Gemeinschaftsräume, Pflanzen, eine neue Kinderecke und vieles andere mehr hat der Verein in den vergangenen Jahren für das Hospice im Bozner Krankenhaus angeschafft. Dazu der Service für kostenlose warme Getränke für Patienten und Besucher.

Die Mitglieder des Vereins und auch dessen Direktion sind bunt gemischt, Leute jeden Alters, zumeist Frauen, die eines gemeinsam haben: eine besondere Erfahrung, bzw. eine besondere Sensibilität, die

sie dazu bringt, sich aktiv in der Palliative Care einzusetzen. Mit konkreten Dingen, wie die oben beschriebenen Einrichtungen aber vor allem auch durch die Zeit, die sie verwenden, um sich Patienten und Familienangehörigen, die Palliative Care in Anspruch nehmen, zu widmen.

„Viele von uns sind durch ganz persönliche Erlebnisse in der Familie bei Papavero – Mohn gelandet“, erklärt Mara Zussa, Vorsitzende des Vereins, der sich ausschließlich aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen finanziert und nur bei bestimmten Projekten um einmalige Zuwendungen von öffentlicher Seite ansucht. Eine bewusste Entscheidung, um unabhängig zu sein.

In vier Jahren hat es der Verein weit gebracht. Die Arbeit des Vereins zielt vor allem auf drei Dinge: auf die Information der breiten Bevölkerung, was Palliative Care überhaupt ist, die Aus- und Weiterbildung des mit palliative Care beauftragten Personals und die Ausstattung des Hospices in Bozen mit allem, was dazu dient, den Aufenthalt dort sowohl für die Patienten als auch für deren Angehörige so angenehm wie möglich zu gestalten.

Vor allem zwei Aktionen haben in den vergangenen Jahren dazu beigetragen, die Idee der Palliativ-Pflege zu verbreiten und Palliativ-Pflege und alles, was damit zusammenhängt aus dem Bereich des Ta-





Die Vorsitzende Mara Zussa



Mehr als 25.000 Unterschriften für die Eröffnung des Hospiz

bus herauszuholen. Eine landesweite Unterschriftensammlung für die Eröffnung eines Hospiz, bei der Papavero-Mohn über 25.000 Unterschriften sammeln konnte und die Ausstellung „Nochmal leben“ in Zusammenarbeit mit der Fakultät für Design & Künste im Foyer der Freien Universität Bozen. Großformatige Fotos von Menschen während ihres Aufenthaltes in verschiedenen Hospizen in Deutschland vor und direkt nach ihrem Ableben, begleitet von ihrer Lebensgeschichte. Eine zu Herzen gehende Ausstellung, die, so Mara Zussa, zum Nachdenken anregen und nicht etwa Furcht oder Angst auslösen sollte. „Wir wollen, dass das Thema Tod nicht mehr totgeschwiegen wird. Für uns ist der Tod etwas Natürliches, er gehört zum Leben wie die Geburt.“

Teil dieser Einstellung ist auch, dass Papavero – Mohn sich mit dem Thema Tod auch an junge Menschen richtet. „Wir haben mit Schülern des Lyzeums Carducci ein Videoclip für You-tube produziert, Schüler des ITC haben unsere Webseite erstellt.“ Für dieses Schuljahr hat der Verein ein Projekt für Grundschulen erarbeitet und dem Schulamts unterbreitet.

Mit Mitteln des Vereins werden Masterkurse für das Personal des Hospice in Bozen finanziert sowie Kurse für die freiwilligen Mitarbeiter. „Es braucht mehr als ein gutes Herz, um den Patienten und Angehörigen beizustehen“, betont Mara Zussa.

Worauf der Verein großen Wert legt: „Wir suchen Mitglieder, die mitten im Leben stehen, nicht Menschen, die nichts (mehr) zu tun haben, und bei uns die Leere in ihrem Leben füllen wollen. Zeit, die von der wenigen Zeit, die jeder hat,

abgezwickelt wird für diese Art von Volontariat ist mehr wert als das Volontariat zu nutzen, um sein Leben mit Sinn zu füllen.“

Papavero - Mohn erneuert alle zwei Jahre seinen Vorstand. Derzeit sind es die Gründungsmitglieder Mara Zussa (Vorsitzende) und ihre Stellvertreterin Maria Grazia Rigobello sowie Tatiana Wieser, Cristina Bragaja, Beatrice Adriano, Michela Dasser, Sara Grudina, Mario Trimarchi sowie Massimo Bernardo und Katrin Gapp von der Palliativabteilung des Krankenhauses Bozen, als wissenschaftliche Berater. ■



Die Vorstandsmitglieder von Papavero - Mohn



Eine Ecke im Oasis-Raum

# Die Fachleute des Alltäglichen

## 220 Freiwillige der Hospizbewegung der Caritas in Südtirol

In Südtirol gibt es mittlerweile 220 von ihnen: die Freiwilligen der Hospizbewegung der Caritas. Begonnen hat alles 1997 mit dem ersten Ausbildungskurs der Pilotprojektgruppe. Jedes Jahr bietet die Caritas einen solchen Kurs an, 160 Stunden, davon 30 als Praktikant. Dem Kurs geht ein umfassendes Auswahlverfahren mit abschließendem Bewerbungsgespräch voran.

Nach Abschluss der Ausbildung wird dann endgültig entschieden, ob die betreffende Person geeignet ist für diesen Dienst oder nicht, erklärt Günther Rederlechner, Koordinator des Caritas Hospizdienstes. Die Freiwilligen sind aufgeteilt in Bezirksgruppen, jeder Bezirk hat einen hauptamtlichen Koordinator. Die Gruppen treffen sich einmal im Monat mit dem Bezirkskoordinator und dem Supervisor. Bei Bedarf auch öfter und für Einzelgespräche.

Im Kurs geht es in erster Linie um Selbstreflexion. Was bringt der Betreffende mit, welche Motivation hat. Die Kursteilnehmer bekommen zudem das notwendige „Handwerkszeug“ vermittelt. Notionen in Kommunikationstechniken, Kenntnisse über Krankheitssymptome, eine Einführung in Psychologie und Spiritualität. Nach der Ausbildung nehmen alle Ehrenamtlichen regelmäßig an Fortbildungen und Supervisionen teil.

„Zudem begleiten wir jeden einzelnen Mitarbeiter in seiner individuellen Tätigkeit, einmal im Jahr führen wir mit jedem Einzelnen ein Mitarbeitergespräch.“ Diese Kontrolle ist wichtig, um zu gewährleisten, dass die Arbeit des Ehrenamtlichen voll und ganz auf die Bedürfnisse der Betroffenen ausgerichtet ist. Rederlechner: „Wir wollen keine Missionare, ebenso wenig wie Menschen, die dieses Art Dienst versehen, um ihre eigenen Probleme zu lösen. Nur der Betroffene und seine ganz individuellen Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt.“

Worauf Günther Rederlechner größten Wert legt, ist die Feststellung: „Wir sind in allen Bereichen unserer Tätigkeit radikal Betroffen-

nenorientiert. Mit anderen Worten der Betroffene gibt den Weg vor.“ Die Ehrenamtlichen des Hospizdienstes bezeichnet Rederlechner gerne als Fachleute des Alltäglichen. „Sie bringen etwas Normalität in den medizinisch-technisch orientierten Alltag des kranken Menschen, spiegeln die Gesellschaft wider, vermitteln das Gefühl, du bist nicht allein.“

Die Ehrenamtlichen der Caritas können sich aussuchen, in welchem Bereich sie lieber tätig sind. Zuhause, in den Alten- und Pflegeheimen oder in den beiden Hospizen in Südtirol, in Bozen und Meran. Die Arbeit der Ehrenamtlichen wird vom Verantwortlichen des jeweiligen Bezirks nach Rücksprache mit ihnen koordiniert.

Im Schnitt kommt jeder drei bis viermal pro Monat zum Einsatz. Zu Beginn waren die Ehrenamtlichen eher älter, oftmals Menschen, die bereits aus der aktiven Arbeitswelt ausgeschieden sind. Mittlerweile verjüngt sich aber das Durchschnittsalter zusehends und es gibt auch Menschen Mitte dreißig, die sich Zeit für diese Aufgabe aus ihrem nicht selten vollgepackten Alltag herauschneiden.

Ein Grundgedanke des Hospizdienstes ist, die Tabuthemen Sterben, Tod und Trauer zurück ins Leben zu holen. Die Ehrenamtlichen kümmern sich in diesem Sinne um die Betroffenen aber auch um deren Angehörige. Auch beim Trauern brauchen Menschen Unterstützung und Nähe. Günther Rederlechner: „Wir haben verlernt, über diese Dinge zu reden. Wir möchten dieses Thema wieder im Bewusstsein der Gesellschaft verankern.“ Zu diesem Zweck ist die Hospizbewegung auch in der Kinder- und Jugendarbeit tätig, wendet sich mit diesem Thema ganz bewusst auch an junge und sehr junge Menschen.

„Mit unserem Dienst möchten wir gemeinsam mit den anderen Institutionen, den Palliativisten, dem Pflegepersonal, den Angehörigen, dazu beitragen, dass die Menschen, die diesen Weg gehen, ein gutes Leben bis zuletzt haben“, betont Günther Rederlechner. „Je besser das Netzwerk funktioniert, desto höher die Lebensqualität des Betroffenen. Sterben ist Teil des Lebens, gehört zu jedem Leben dazu.“, betont Günther Rederlechner. „Sterbebegleitung beginnt dort, wo man Karten miteinander spielen oder spazieren gehen kann. Eigentlich ist es ein jahrelanger Prozess...“



Günther Rederlechner, Koordinator des Caritas Hospizdienstes

## Sich einföhlen können

### Bereits im Vorfeld die Eignung abklären

“Um die Personen auszuwählen, die Dienst im Hospiz versehen, muss man die unterschiedlichsten Faktoren um 360 Grad bewerten.” Renato Decarli ist verantwortlich für den Hospizdienst der Caritas im Raum Bozen. Er koordiniert die Ehrenamtlichen, die Kranke zuhause, auf der Palliativ-Station oder im Pflegeheim Firmian besuchen.

**D**as Alter der ehrenamtlichen Mitarbeiter ist in den letzten Jahren deutlich zurückgegangen. Am Anfang, als die Hospizbewegung ihre Arbeit aufnahm, waren es hauptsächlich Menschen, die schon aus dem aktiven Arbeitsleben ausgeschieden waren, Durchschnittsalter über 60. Mittlerweile gibt es immer mehr Freiwillige zwischen 35 und 40, erklärt Renato Decarli. „Eine ältere Person hat den Vorteil, dass sie flexibler über ihre Zeit verfügen kann, wer noch mitten im Leben steht, hat weniger Zeit, aber andererseits mehr Kraft und Energie für diesen delikaten Dienst.“



Renato Decarli, verantwortlich für den Hospizdienst der Caritas im Raum Bozen

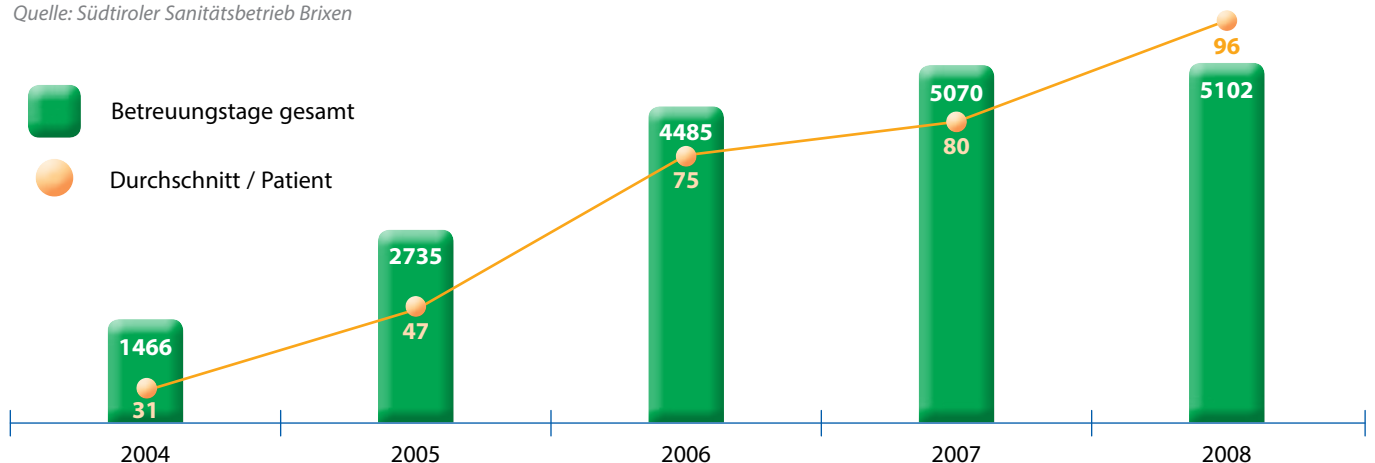
ehrenamtlichen Mitarbeiter. Alter, Interessen, Beruf, Abstammung. Es gibt viele Faktoren, die dazu beitragen können, in Einklang miteinander zu treten. „Je mehr man im Vorfeld abklären kann, desto besser. Schließlich ist die Beziehung, die sich zwischen dem Betreuten und dem Ehrenamtlichen aufbaut meist sehr intensiv und kann unter Umständen auch Jahre dauern.“

Der Koordinator ist der erste Ansprechpartner für die ehrenamtlichen Caritas Mitarbeiter. Seine Aufgabe ist sehr delik

Decarli sucht immer nach Stimmigkeiten zwischen dem kranken Menschen und dem und erfordert ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und Sensibilität. ■

## Betreuungszeit von Palliativpatienten

Quelle: Südtiroler Sanitätsbetrieb Brixen



## Ich gehe heiter und zufrieden nachhause

Die ehrenamtliche Mitarbeiterin Wilma Morgan



Die 40 Absolventen des letzten Vorbereitungskurses für den Hospizdienst der Caritas bei der Abschlussfeier in der Lichtenburg

Wilma Morgan ist eine der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen des Caritas Hospizdienstes in Bozen. Die 73jährige Witwe besucht im Schnitt einmal pro Woche die Palliativ-Station des Bozner Krankenhauses bzw. das Pflegeheim Firmian.

Ich muss zugeben, dass ich mit einem nicht sehr uneigennütigen Ziel an die Sache herangegangen bin, im Gegenteil“, gesteht Wilma Morgan. Witwe, die Tochter aus dem Haus und in Pension, langweilte sie sich und suchte nach Beschäftigung. „Ich habe von dem Kurs im Fernsehen gehört und mich eingeschrieben, in der Hoffnung, die Leere meines Alltags zu füllen, ohne mir darüber im Klaren zu sein, was das eigentlich bedeutet.“ Das war vor mittlerweile vier Jahren.

Der Kurs war eine Offenbarung für sie. „Ich habe viele Dinge aus meinem Inneren lösen können, die vergraben waren in all den Jahren, in denen ich funktioniert ha-

be. Ich habe meinen Mann gepflegt, habe meine Tochter großgezogen und habe gearbeitet. An mich und meine Bedürfnisse habe ich dabei recht wenig gedacht. Nach Kursende war ich stärker als zuvor und war mir meiner selbst viel sicherer.“

Der erste Besuch im Hospiz war eine Kraftprobe für sie. Seit dem Tod ihres Mannes hat sie Krankenhäuser gemieden. „Im ersten Moment bin ich erschrocken, zweifelte, ob ich dieser Aufgabe gewachsen war. Heute hingegen bin ich heiter und zufrieden, wenn ich aus dem Krankenhaus nachhause gehe. Ich fühle mich gut, weil ich einem anderen Menschen etwas Positives weitergeben konnte.“

Ihr Dienst besteht aus Gesprächen, Körperkontakt herstellen, Handhalten, auch nur gemeinsam schweigen. „Und glauben Sie mir, das ist nie unangenehm.“ Etwas bringt sie immer mit: ein Lächeln. Wilma Morgan ist eine heitere Frau, die gerne lacht und zum Lachen bringt. „Seit ich meinen Dienst aufgenommen habe, 2009, sehe ich mein eigenes Leben mit anderen Augen. Kann das schätzen, was ich habe. Die Gesundheit, meine Selbstständigkeit.“ Schwierigkeiten hat sie noch keine gehabt mit ihrer Aufgabe. Nur manchmal, wenn sie sich eines jungen Menschen angenommen hat, wenn sich ein ganz besonderes Nahverhältnis ergeben hat, dann bittet sie um eine kleine Pause. ■

# „Ich habe keine Angst, ich habe die Ruhe“

## Ulrike und Gertraud – Zwei Freiwillige der Hospizbewegung

Sie sind beide Lehrerinnen, beide in Pension, leben im Pustertal, sind Mitglieder der Krebshilfe und haben noch etwas gemeinsam: Vor zehn Jahren haben sie den Vorbereitungskurs der Hospizbewegung zusammen besucht und sind seither als Freiwillige tätig. Ulrike Bauer Leiter und Gertraud Hopfgartner.

**U**lrike Bauer Leiter hat schon während ihres Studiums immer wieder im Krankenhaus gearbeitet und hat ihre Großmutter in der letzten Phase ihres Lebens intensiv begleitet. Nachdem sie in Pension gegangen ist, hatte sie das starke Bedürfnis, ihre Zeit sinnvoll einzusetzen. „Ich habe viel Zeit und ich glaube, ich kann dadurch dem Patienten viel geben.“ Die Freiwilligen der Caritas sind nicht wie das Krankenhauspersonal in die Pflege eingebunden und können es sich leisten, einfach nur neben jemanden zu sitzen, seine Hand zu halten, auch ohne reden. Einfach nur da sein.

Ulrike Bauer ist jede Woche etwa drei Stunden im Einsatz, besucht Menschen im Altersheim und zuhause. Menschen mit Demenz, aber auch Menschen, die an einer unheilbaren Krankheit leiden. In den zehn Jahren ihrer Tätigkeit hat sie nur positive Erfahrungen gemacht. „Meist stellt sich der Kontakt sofort her; schwierig ist es nur, wenn die betroffene Person, ihr Schicksal noch nicht akzeptiert hat.“

Dank der modernen palliativen Versorgung ist das allerdings immer seltener. „Die meisten Menschen, die ich begleite, haben ihr Schicksal angenommen und leben bewusst die Zeit, die ihnen noch zur Verfügung steht.“ Anders ist es bei den Angehörigen. „Die hadern oft und sind nicht vorbereitet auf den Abschied.“ Die Angehörigen sind dankbar, wenn auch sie jemanden haben, der ihnen zuhört oder der ihnen die Möglichkeit gibt, für kurze Zeit auf Distanz zu gehen, um neue Kraft zu schöpfen.

Wenn sie zurückschaut, so hat es einige Momente gegeben, die schwer waren, aber sie wollte ihre Tätigkeit nicht missen. „Es ist ein gegenseitiges Geben und ebenso bereichernd für mich, wenn ich jemanden in dieser Phase seines Lebens

begleiten darf.“ Durch ihre Tätigkeit in der Hospizbewegung ist Ulrike Bauer auch zur Krebshilfe gekommen.

Ebenso wie Gertraud Hopfgartner nimmt auch sie an regelmäßigen Supervisionen und Fortbildungsveranstaltungen teil. Bei Bedarf, bei besonders komplexen Fällen und vor allem, wenn es gilt, junge Menschen zu begleiten, können die Freiwilligen auch um Einzelsupervisionen ansuchen.

Auch Gertraud Hopfgartner hatte schon vor dem Vorbereitungskurs der Hospizbewegung immer Interesse daran gehabt, Menschen zu begleiten. „Das bevorstehende Lebensende hat mich nie geschreckt.“ Gertraud Hopfgartner ist vornehmlich im Altersheim St. Johann im Ahrntal tätig. Pro Woche verbringt sie dort rund zwei Stunden. „Ich habe nur positive Erfahrungen

gemacht, mit den Menschen, die ich begleiten durfte. Sie sind offen, erzählen und sind froh, jemanden neben sich zu wissen.“

Sie selbst geht jedes Mal reich beschenkt nachhause. „Ein Lächeln, ein glücklicher Blick, ein Händedruck – es ist einfach wunderschön diese Menschen begleiten zu dürfen. Wir alle haben heute viel zu viel und es sind diese scheinbar kleinen Dinge, die wirklich zählen.“

Seit sie in der Hospizbewegung tätig ist, hat sich ihre Einstellung zum Tod und zum Sterben geändert. „Ich habe keine Angst davor. Das ist Teil des Lebens wie die Geburt.“ Sie hat sich auch persönlich mit dem Thema Tod und Sterben auseinandergesetzt, vor 18 Jahren, als sie an Brustkrebs erkrankt ist. Seither ist sie auch Mitglied der Krebshilfe. „Wegbegleiterinnen von mir sind schon gestorben, aber ich habe keine Angst, ich habe die Ruhe.“ ■



Gertraud Hopfgartner



Ulrike Bauer

## Ich bin da. Für Dich da

### Familienseelsorger Toni Fiung

„Menschen begleiten, Schwerkranke begleiten, Sterbende begleiten ist etwas vom Wertvollsten, was man tun kann.“ Toni Fiung ist Familienseelsorger der Pfarrgemeinde Bozen. In dieser Eigenschaft begleitet er Menschen auf allen Stationen ihres Lebens.

**D**as Wichtigste für ihn, wenn er einen schwerkranken Menschen besucht, ist Nähe zu vermitteln. Das Gefühl, Du bist nicht allein. Ich bin da. Für Dich da. „Um das zu können braucht es Distanz, ohne Distanz kann man nicht begleiten, weil man selbst dann in seiner Betroffenheit im Vordergrund steht.“

Außerdem braucht es Einfühlungsvermögen, Kraft und Mut. Eigenschaften, die in der Begegnung mit einem unheilbar kranken Menschen am ehesten Außenstehende

aufbringen können, weil die Angehörigen zu sehr betroffen sind.“ Den religiösen Gedanken bringt Fiung nur dann ins Spiel, wenn er das Gefühl hat, es wird gewünscht. „Man muss den Willen des Menschen respektieren, den man vor sich hat, darf ihn nicht bedrängen.“

Sicher, Toni Fiung ist Seelsorger, für ihn ist der Glaube eine Ressource, die Kraft gibt. Auch uralte rituelle Handlungen, wie die Krankensalbung dienen der seelischen Stärkung. „Aber der Respekt vor dem Wil-



len meines Gegenübers ist größer. Respekt auch vor der Situation, vor dem Schmerz, von der Selbstbestimmtheit eines jeden.“

Toni Fiung hat in seiner Ausbildung als Theologe und Pfarrer gelernt, sich zu schützen, um mit Leid umgehen zu können, ohne selbst daran zu verzweifeln. Als Supervisor kann er dieses Wissen auch an andere weitergeben. „Aber trotzdem verzweifelt man manchmal. Auch das ist Teil des menschlichen Lebens, ebenso wie Geburt und Glück, Leiden und Tod.“

## Zuhören – gut zuhören können

### Rabbi Elia Enrico Richetti

Wir leben in einer multikulturellen und multiethnischen Gesellschaft – auch in Südtirol. Die Erfahrung Krankheit ist für alle Menschen gleich. Und wenn die Krankheit unheilbar ist, braucht jeder in gleichem Maße Beistand, egal aus welcher Kultur er kommt. Elia Enrico Richetti war lange Zeit der Chefrabbiner von Venedig.

**D**ie jüdische Gemeinde in Südtirol ist klein, hat zu wenige Mitglieder, um einen eigenen Rabbi zu haben. Aus diesem Grund haben wir uns an Rabbi Richetti gewandt, der auch jetzt noch Menschen in Extremsituationen und ihren Angehörigen beisteht.

„Menschen, die wissen, dass sie an einer unheilbaren Krankheit leiden, haben zu meist das Bedürfnis sich auszusprechen, alles, was sich in ihnen angestaut hat, herauszulassen.“ Für Elia Richetti ist die Gabe des Zuhörens, des zwischen den Worten

Heraushörens, von größter Bedeutung im Umgang mit kranken Menschen. „Nur wer wirklich zuhören kann, kann versuchen, die Sichtweise der betroffenen Person ins Positive zu wechseln.“ Da sein, aber auch das Versprechen, ein Gebet in der Synagoge für die Heilung und für das Wohlergehen des Patienten zu sprechen, kann sich positiv auf den Zustand des Kranken auswirken und ihm Erleichterung geben.

Das Sich Kümmern bezieht immer auch die Verwandten mit ein. Aber nicht nur. Rabbi Richetti nimmt gewöhnlich auch Kontakt



mit den Ärzten und dem Pflegepersonal auf, die sich um den Kranken kümmern, vor allem dann, wenn es keine nahen Angehörigen gibt. Er vermittelt ihnen einige Informationen, die an die Religion des Patienten gebunden sind und deren Beachtung dem Betroffenen ein besonderes Gefühl des Angenommenseins vermitteln können. „Das hilft nicht nur Missverständnisse schon im Vorfeld auszuräumen, es hilft auch in Empathie mit dem Betroffenen zu treten. Kleine Zeichen, wie z. B. sich daran zu erinnern, dem Kranken Matzen-Brot während des jüdischen Osterfests zu reichen.“

## Der Dienst des Versprachlichen

Marcus Friedrich, Pastor der evangelischen Gemeinde Bozen

„Für mich ist wichtig, zu zeigen, es geht weiter.“ Wenn Marcus Friedrich, evangelischer Pastor in Bozen, zu einem Menschen gerufen wird, der unheilbar krank ist, dann sieht er sich vor allem in der Rolle des Versprachlichen, desjenigen, der die richtigen Worte finden kann und darf für diese ganz besondere Situation im menschlichen Leben.



„Menschen sind bis zu ihrer Abreise kommunikativ, auch wenn es nicht so scheint“, davon ist Marcus Friedrich überzeugt. Und tatsächlich gelingt es ihm oft mit den kranken Menschen in Kontakt zu treten, auch wenn es vielleicht zum Sprechen nicht mehr reicht. Wichtig sei ihm auch die Familie, die Menschen, die dem Kranken nahestehen, kennenzulernen, sie mit einzubeziehen.

Für ihn gilt in jedem Fall das Prinzip der Freiheit des Umgangs. Es geht darum, was der Betreffende, was seine lieben Menschen sich wünschen und erwarten. Er bringe von Berufs wegen das entsprechende (Sprach)

Werkzeug mit. „Wenn alle Worte versagen, sind es oft die alten Texte aus der jüdischen und der christlichen Tradition, die Trost bringen, die mir dabei helfen, für jemanden die Himmelspforte aufzustemmen.“ Ein Kollege von ihm bezeichne sich als Sterbe-Amme. Ein seltsam anmutendes Wort, das aber beides verbindet: den Tod als Ende eines Weges und das Sterben als Beginn, als Übergang.

„Für mich ist es von großer Bedeutung, den Menschen zu motivieren, diesen Augenblick zu nutzen, um Ungesagtes auszudrücken, Belastendes, Ungelöstes abzuwerfen, um sich Liebe zu bezeugen.“ Wenn es

mit eigenen Worten zu viel Mühe mache, auch mit Hilfe von Texten, die ausdrücken können, was in diesen Übergang fällt. „Wenn das gelingt, die mentale Loslösung von dem, was ans Leben fesselt, dann wird die Befreiung ersichtlich.“

Wichtig sei ihm als evangelischer Pastor auch die Handlung des Segnens. Das Handauflegen als haptisches Signal der Nähe, der menschlichen wie der Nähe Gottes. Leider werde er oft erst spät informiert, meist aus Angst der Angehörigen, aus der Unfähigkeit heraus, das Schicksal zu akzeptieren. „Der Pfarrer wird nur zu oft als Todbringer gesehen, dabei sind wir Begleiter.“ ■

## Noch einen Baum pflanzen

Imam und Arzt, Dr. Aboulkheir Breigheche

In unserer Region leben viele Menschen islamischen Glaubens. Im Islam ist Hoffnung die wichtigste Gabe, um auch schweren Schicksalsschlägen zu begegnen. Dies kommt auch in der Beziehung zu kranken Menschen zu tragen.



Im Koran heißt es: Wenn du morgen sterben musst, pflanze noch einen Baum, damit er Früchte trage und die Menschen erfreue. Mit dieser Einstellung der Kontinuität des Lebens begegnet der Imam der islamischen Gemeinschaft Trentino Südtirols, Aboulkheir Breigheche, den Kranken.

Breigheche ist auch Hausarzt in Mezzocorona. „Wenn ich Kranke in meiner Eigenschaft als Imam besuche, spreche ich zu ihnen von schönen Dingen, Dinge, die

Hoffnung wecken und die den Schmerz und das Leid vergessen helfen.“ Der Imam scheut sich allerdings nicht, auch das Thema des Sterbens anzuschneiden. Aber immer im Sinne von Hoffnung, eines Übergangs. „Es ist Teil des Lebens, Teil der Existenz aller Kreaturen und es kann einen zu jedem Zeitpunkt des Lebens treffen.“

Islamische Gläubige bereiten sich eigentlich ein Leben lang auf den Tod vor. Im positiven Sinn, erklärt Dr. Breigheche. „Die

Angst vor dem Tod ist nur allzu menschlich. Für uns besteht das Leben aus drei Phasen: den neun Monaten im Mutterleib, aus dem man weinend austritt, weil man sich der Herausforderung des Lebens stellen muss. Das eigentliche Leben ist die zweite Phase“, erklärt Imam Aboulkheir Breigheche. „Die dritte Phase schließlich ist die Hoffnung, dass uns dank der Gnade Gottes das ewige Leben erwartet, wenn wir es uns in unserem Leben mit guten Taten vorbereitet haben.“ ■

## Der Schmerz so tief in mir

Martina Torggler hat im August 2012 ihren Bruder Markus verloren



Es gibt Menschen, die bringen die Sonne mit ins Leben und lassen Wärme zurück, wenn sie gehen. Markus Torggler war so ein Mensch und dieser Satz stand neben seinem Totenbild. Am 26. August, knapp einen Monat vor seinem 52. Geburtstag ist Markus Torggler nach nur zwei Monaten Krankheit gestorben.

**M**arkus war das dritte Kind und einziger Bruder von drei Schwestern, Theresia, Martina und Philomena, allen drei war er auf's Innigste verbunden. Mit Martina, die nur wenig älter als er selbst war, verband ihn ein ganz besonderes Verhältnis. „Wir waren ein Herz und eine Seele“, sagt Martina und an manchen Tagen weiß sie nicht, wie sie diesen Schmerz so tief in ihr überwinden soll. „Es ist, wie wenn ein Stück von mir weg wäre, ich fühle mich innerlich gelähmt.“ Um schlafen zu können, muss sie

Tabletten nehmen. Ein Psychologe hilft ihr dabei, die Trauer zu leben und den Verlust zu überwinden.

Sie hat jeden Moment der Krankheit ihres Bruders miterlebt und hat bis zum letzten Moment, bis drei Tage vor seinem Tod, die Hoffnung nicht aufgeben wollen. Nach den vernichtenden Diagnosen vom Krankenhaus Brixen und Bozen, kontaktierte sie Klinik über Klinik, München, Mailand... suchte im Internet nach immer neuen Therapien, immer neuer Hoffnung.

„Er hatte fast bis zum Schluss dieses ihm so eigene Strahlen. Ich konnte einfach nicht glauben, dass es keine Hoffnung geben sollte.“ Ein Strahlen, das selbst auf den Fotos von Markus Torggler erkennbar bleibt. Ein ganz besonderer Mensch.

Noch drei Tage vor seinem Tod war sie mit ihm in der Klinik von Aviano bei Pordenone. Aber schon nach einer Stunde wurden sie wieder nachhause geschickt. Hoffnungslos. „Nicht einmal die Nacht über wollten sie ihn dabehalten. Ich glaube, da



habe ich mich ergeben, da habe ich erkannt, dass es wirklich vorbei ist.“

Was für sie am schlimmsten ist: „Mein Bruder hat nicht gelebt. Das heißt, er hat nur für andere gelebt.“ Vor allem für seine drei Töchter Vivien (19), Natalie (21) und Tamara (23), die er nach dem Weggehen seiner Frau vor mehr als zehn Jahren alleine großgezogen hat. „Sie hätten keine bessere Mutter haben können, als meinen Bruder.“ Aber der Preis war hoch. Der selbständige Montage-Tischler arbeitete pausenlos, um seinen Töchtern alles bieten zu können und wenn er nicht arbeitete, dann war er für sie da. Er selbst, seine Hobbys, seine Musik, die Gitarre, die er über alles liebte, ein Privatleben – dafür blieb ihm kaum Zeit. Seine Freundin Rosi akzeptierte diese absolute Hingabe an seine Töchter. Auch sie weiß heute nicht, wie die Leere füllen, die Markus hinterlassen hat.

Als er im Juni nach einer Woche Bauchschmerzen für einen Ultraschall ins Krankenhaus kam und die Diagnose hörte, fiel er aus allen Wolken. „Er hatte nie etwas gehabt, es ging ihm gut und er sah blendend aus. Voller Leben.“ Eine dreifach vergrößerte Leber, voller Metastasen. „Sie fragten ihn, wie viel er trinke, das hat ihm wehgetan.“ Markus Torggler trank keinen Alkohol, er rauchte nicht, er hatte nur ein einziges Laster: zu viel Arbeiten, zu gewissenhaft und zu pflichtbewusst zu sein.

Der Krebs selbst saß im Dickdarm. Auch in der Lunge hatte er bereits gestreut. Eine hoffnungslose Diagnose, der er aber voll Lebensmut entgegentrat. „Während der Chemotherapie im Krankenhaus erzählte er mir immer,



Markus Torggler im Mai 2012 mit seiner Freundin Rosi

wie gut es ihm ginge. Wie er es genießen würde, sich ausruhen zu können. Die Spaziergänge am Nachmittag im Park. Das nicht an die Arbeit denken müssen...“

Martina hat ihrem Bruder alles abgenommen, sie wollte, dass die Alltagslasten

ihn nicht von seiner Heilung ablenkten. Er hat alles mit großer Dankbarkeit angenommen. „Auch wenn ich ihm jeden Tag wiederhabe, dass es doch selbstverständlich sei. Jeden Tag, wenn ich mich verabschiedete, rief er mir Danke nach.“

Was sie sehr beeindruckt hat, war der Beistand der Freunde. „Mein Bruder hatte immer Besuch im Krankenhaus, alle dachten an ihn, zeigten ihm ihre Verbundenheit.“ Auch an der Beerdigung nahmen unzählige Menschen teil. Freunde, Bekannte, Kunden. Menschen, die Markus Torggler geschätzt hatten und ihm die letzte Ehre erweisen wollten. „Auch vom Landhaus 5 in Bozen, wo ich arbeite, kamen viele, Vorgesetzte und Kollegen.“ Martina hätte nie gedacht, wie tröstlich diese Anteilnahme sein kann.

Sechs Wochen nach dem frühen Tod ihres Bruders (zum Zeitpunkt unseres Gesprächs, Anm. d. Red.) fühlt sich Martina immer noch benommen. In manchen Augenblicken, kann sie es noch nicht fassen, will es nicht wahrhaben. Sie sucht Trost in der Natur, im Wald. Und sie hat angefangen über ihr eigenes Leben nachzudenken. „Ich glaube, das bin ich meinem Bruder Markus schuldig. Ich möchte nicht so sterben wie er, ohne gelebt zu haben. Ich möchte auch für ihn leben. Vieles in meinem Leben sehe ich jetzt in einem anderen Licht. Die kleinen Dinge, die das Leben bereichern. Nicht das, was wir haben ist wichtig, sondern das, was wir erleben, was wir fühlen. Auf seine eigenen Bedürfnisse hören.“

Und vor allem eines hat sie verstanden. Das letzte Geschenk ihres Bruders: den unendlichen Wert der Zeit. ■



Erinnerungsfoto zum 50. mit den Schwestern Theresia, Martina und Philomena

## Man kann den Menschen nicht alles abnehmen

Dr. Adolf Engl, Hausarzt und Präsident der Südt. Akademie für Allgemein-Medizin

Er ist einer der Wegbereiter des Palliativgedankens in Südtirol, Dr. Adolf Engl, seit 30 Jahren Hausarzt in Brixen und Präsident der SAKAM, der Südtiroler Akademie für Allgemein-Medizin. Begonnen hat alles 1999 im Rahmen des Ersten Kongresses der Allgemeinmedizin unter dem Thema: Hoffnung oder Resignation – Hausärztliche Begleitung von Schwerkranken. Südtirol ist von einem großen Stadt-Land-Gefälle geprägt. Auf dem Land ist der Hausarzt noch lebenslanger Begleiter und auch Vertrauter des Patienten. Laut einer Umfrage, ziehen es die meisten Südtiroler vor, zuhause gepflegt zu werden und zuhause zu sterben. „In unserer täglichen Arbeit gibt es fast immer Palliativpatienten. Sie müssen nur ab und zu ins Krankenhaus zur Überbrückung. Wir arbeiten eng mit dem Sprengelpersonal und den Familien zusammen“, erklärt Dr. Adolf Engl. Von größter Bedeutung sei für ihn, ein persönliches Vertrauensverhältnis zum Patienten und zu seinen Angehörigen. „Die Bereitschaft vermitteln, immer da und ganz offen zu sein.“ Jeder Patient habe je nach Krankheit und Charakter ganz eigene Bedürfnisse. „Eine anstrengende Tä-

tigkeit. Auch an Wochenenden. Eine Arbeit mit einer großen emotionalen Belastung, mit der man lernen muss umzugehen. Adolf Engl hat für sich persönlich diese Lehre aus seiner langjährigen Tätigkeit gezogen: „Die Zeit zu nutzen, die bleibt. Sich auf die wesentlichen Dinge im Leben konzentrieren ohne sich in Unwichtigkeiten zu verlieren.“ Nicht jeder Palliativpatient geht dem Sterben entgegen. Aber natürlich ist auch das Sterben eine Konstante in der Arbeit eines Hausarztes. „Und Sterben ist für jeden von uns das größte Problem im Leben.“, fasst Adolf Engl zusammen. „Wichtig ist in diesem Augenblick nicht in leeren Aktionismus zu verfallen. Man kann den Menschen nicht alles abnehmen, man muss jedem Menschen sein Sterben zumuten, das gibt ihm Würde.“ In den letzten

30 Jahren habe sich viel geändert. Für die Patienten und für die Allgemeinmediziner. Lebensqualität könne auch Patienten mit chronischen, unheilbaren Krankheiten gewährleistet werden. Andererseits, so Dr. Engl, „steigt die Belastung für die Allgemeinmediziner im Territorium zusehends, auch durch vermehrte bürokratische Belastung.“ Auch gehen die Menschen häufiger zum Arzt als noch vor zwanzig Jahren.

„Mündiger Patient, ja. Weil jeder sich heute über alles informieren kann. Aber gleichzeitig werden die Menschen auch immer hilfloser im Umgang mit Krankheit und mit Beschwerden.“ Die Änderungen in der Gesellschaft bedingen, dass der Hausarzt für viele Menschen eine wichtige Vertrauensperson werde. „Für nicht wenige auch die einzige!“ ■



## Demut und Nähe

Dr. Karl Lintner, Hausarzt in Klausen und Betreuer des Palliativprojekts im Eisacktal

„Für die Betreuung von Palliativpatienten bedarf es einer kulturellen Entwicklung von Seiten der Ärzte: Demut und den Mut, nur die Hand zu halten, offen zu sein und Nähe zu schenken.“ Der Klausener Hausarzt Karl Lintner ist Koordinator der Grundversorgung Eisacktal; seit 2003 betreut er auch das lokale Palliativprojekt. Die technische Entwicklung verleitet dazu, immer noch mehr tun zu wollen, auch wenn die Medizin an ihre Grenze gestoßen ist. „Die Pati-



enten verstehen das meist von selbst und tun sich leichter damit umzugehen, als ihre Angehörigen. Sie wollen nicht unnötig unter medizinischer Maschinerie leiden.“ Hier muss auch der Arzt umdenken lernen. „Die meisten Menschen sterben unkompliziert und nicht dramatisch, sie brauchen den Arzt nicht mehr als technischen Experten, sondern als begleitenden Menschen.“ „In den Krankenhäusern Brixen und Bruneck braucht es keine eigene Palliativstation“, erklärt Dr. Lint-

ner, „notwendig wäre aber eine bestimmte Anzahl von Betten, um Palliativpatienten über einen kurzen Zeitraum im Krankenhaus zu versorgen, als Ergänzung zur Hauspflege, die vom Hausarzt, dem Personal des Sanitätssprengels und den Angehörigen geleistet wird.“ Betten für die aber auch ein entsprechendes Team zur Verfügung stehen sollte, d. h. Palliativisten, Psychologen, Pfleger und Physiotherapeuten. Hausärzte sind Freiberufler, um sie entsprechend in das Palliativprojekt einbinden zu können, so Dr. Karl Lintner, muss Überzeugungsarbeit geleistet werden. „Noch immer ist die Ausbildung nicht ausreichend auf diese relativ neuen Anforderungen der Allgemeinmedizin eingestellt. Die jungen Ärzte sind auf diese Situation meist nicht genug vorbereitet und daher unsicher.“ ■

# Zukunftsweisend und bürgernah

## Sanitätsdirektor Dr. Oswald Mayr zu den Eckpunkten der neuen Tumorchirurgie

Die Zukunft ist eine leitlinienorientierte Therapie in jedem Bereich der Medizin. Begonnen wird mit dem sensibelsten Bereich: der Tumorchirurgie. Im Zentralkrankenhaus Bozen und in allen Schwerpunktkrankenhäusern Südtirols soll der gleiche auf evidence und best practice beruhende Standard geboten werden.

**D**as Konzept ist entwickelt, von den meisten Ärzten gutgeheißen und wartet nun auf die Verabschiedung in der Landesregierung.

In Südtirol erkranken jedes Jahr mehr als 3000 Menschen an Krebs; 1.400 Menschen sterben jedes Jahr daran: Die Diagnose ist sowohl für den Patienten als auch für seine Angehörigen ein einschneidendes Erlebnis, das an die existentielle Substanz geht. „Jeder Patient hat das Recht auf ein Optimum an Diagnostik, Behandlung und Palliativ-Versorgung“, betont Sanitätsdirektor Oswald Mayr. Im Oktober hat er gemeinsam mit einer Gruppe von Experten den Südtiroler Primären die Eckpunkte der neuen Tumorchirurgie vorgestellt. Ziel der Reform ist, überall den gleichen Behandlungs-Standard gewährleisten zu können.

Die Leitlinien wurden in Zusammenarbeit mit Fachgesellschaften aller medizinischen Disziplinen und mit Zertifizierungsgesellschaften erarbeitet. „Für die Richtlinien der neuen Tumorchirurgie haben wir uns an den Leistungsdaten der letzten drei Jahre orientiert“, erklärt Mayr.

Tumorchirurgie ist dann am erfolgreichsten, wenn sie im Netzwerk stattfindet und nicht nur von Einzelpersonen garantiert wird. Jeder Chirurg muss eine bestimmte Anzahl von Eingriffen und Fortbildungsstunden pro Jahr vorweisen. Dies sind zwei der wichtigsten Kriterien für die Zukunft.

In Zukunft wird jeder Fall dem sogenannten Tumorport vorgelegt, d. h. einem Gremium, das sich zusammensetzt aus Onkologen, Vertretern der Abteilung, die die Diagnose erstellt hat, Vertretern der Strahlentherapie, der Pathologie sowie des Pflegepersonals. Gemeinsam entscheiden sie das Therapiekonzept, um jedem Patienten

pre- und postoperativ die beste Behandlung nach den neuesten Erkenntnissen zu garantieren. „Das heißt“, so Dr. Oswald Mayr, „dass jeder Fall, jeder Patient eine ganz individuelle auf ihn zugeschnittene Therapie erstellt bekommt.“

Die Leistungen der Chirurgen und der Abteilungen werden zertifiziert. „Dafür brauchen wir Schwellen- bzw. Leistungswerte“, unterstreicht Oswald Mayr. „Ohne eine bestimmte Anzahl, die Garant ist für eine notwendige Routine kann keine Zertifizierung erfolgen.“ Für jedes Krankheitsbild werden eigenen Kriterien erstellt. Zum Beispiel ein Minimum an zwanzig Eingriffen im Jahr, davon zehn als Hauptoperateur für Dickdarmkrebs-Operationen.

Leidtragende sind bei dieser Regelung die Chirurgen, die an kleinen Peripherie-Krankenhäusern arbeiten, weil sie nicht auf diese Zahlen kommen. Die Patienten müssen weitere Strecken zurücklegen,



Foto: Otthmar Seehauser



um ins nächste Schwerpunktkrankenhaus oder nach Bozen zu kommen. „Aber wir sind auch sehr verwöhnt in Südtirol“, gibt Oswald Mayr zu bedenken. „Anderswo ist es normal, weitere Strecken zum nächsten Zentrum zurücklegen zu müssen.“

„Diese Leistungskriterien haben wir nicht etwa selbst erfunden, sie basieren auf internationalen Standards. Die Mehrheit der Kollegen hat diese Neuordnung positiv aufgenommen und akzeptiert“, so der Sanitätsdirektor. Die Zertifizierung erfolgt zudem nicht durch die Sanitätseinheit selbst, sondern wird von externen, neutralen Partnern durchgeführt.

Bei der Konzeption der neuen Tumorchirurgie sind sowohl die Südtiroler Krebshilfe als auch die Lega Tumori, LILT, eng eingebunden worden. Dr. Mayr: „Es war uns wichtig, bei dieser wichtigen und zukunftsweisenden Entscheidung so bürgernah wie möglich vorzugehen.“

Diese Neuordnung dient vor allem den Patienten, der Schaffung eines einheitlich, hohen Standards. Es gibt aber noch ein weiteres Motiv erklärt der Sanitätsdirektor. „Heute kann sich jeder Patient das Zentrum, wo er behandelt werden will aussuchen. In ganz Europa. Und zwar ohne sehr viel draufzahlen zu müssen. Wenn wir nicht zertifiziert sind, können wir nicht als onkologisches Zentrum auftreten und uns nicht positionieren!“

In der nächsten Chance folgt ein ausführlicher Bericht zu diesem Thema mit Interviews und Stellungnahmen von allen betroffenen Kategorien, Befürwortern, Kritikern, Patienten usw. ■

# Auch das ist Vorsorge: Eine begehbare Riesenbrust

Internationaler Monat für Brustkrebs-Vorsorgeweche - 1. bis 5. Oktober 2012



Foto: Othmar Seehauser

Jedes Mittel ist Recht, wenn es darum geht, die Aufmerksamkeit auf die Krebsvorsorge zu lenken. Auch eine begehbare Brust im Riesenformat. Zur Woche der Brustkrebs-Vorsorge hat sich die Südtiroler Krebshilfe in diesem Jahr etwas ganz Besonderes einfallen lassen: eine Aktionswoche rund um zwei begehbare Organmodelle, aufgestellt in den Brustgesundheitszentren Brixen und Meran.

Die Aktionswoche wurde mit einem Festakt im Krankenhaus Meran eröffnet, an dem neben der Landespräsidentin der Krebshilfe auch die beiden Primare und Leiter der Brustgesundheitszentren Herbert Heidegger und Arthur Scherer sowie der Primar der Pathologie Bozen, Guido Mazzoleni, anwesend waren. Der Südtiroler Sanitätsbetrieb war durch den stellvertretenden Bezirksdirektor Roland Döcker und den Direktor der Abteilung Krankenhäuser, Ulrich Seitz, vertreten. Paolo Coser, Präsident der italienischen Krebsliga, LILT, überbrachte die Grüße seiner Vereinigung und betonte, wie wichtig es sei, zusammen zu

arbeiten, um das Thema Vorsorge in der Bevölkerung immer mehr zu vertiefen.

Aufmerksamkeit erregen, vielleicht sogar im ersten Moment schockieren, sehen, tasten, sich bewusst werden. Darum geht es bei den mannsgrößen, begehbaren Brüsten. Solche Organmodelle sind in Deutschland nichts Neues mehr, es gibt sie vom Gehirn, vom Darm, in allen Varianten von der Brust. In Südtirol waren sie eine absolute Neuheit und die Besucher der Krankenhäuser Brixen und Meran, wo die beiden Modelle jeweils im Foyer aufgestellt waren, nutzten nach der ersten Scheu die



Foto: Othmar Seehauser

Primar Dr. Arthur Scherer

Gelegenheit, sich das Innenleben einer Brust und der dort möglichen Krebsarten von Nahem anzuschauen.

Rund um diese Ausstellung hat die Krebshilfe in Zusammenarbeit mit der Stiftung Vital eine Reihe von zweisprachigen Abendveranstaltungen zu den Themen Ernährung, Bewegung und Selbstkontrolle, organisiert. Die wichtigsten Säulen, wenn es um Vorbeugung und Früherkennung von Krebs geht. Renate Daporta Jöchler, Landespräsidentin der Krebshilfe, zum Ziel der Aktionswoche: „Wir wollen die Frauen aufrütteln, ihnen klarmachen, dass sie selbst

Mit freundlicher Unterstützung der Stiftung Südtiroler Sparkasse



Das begehbare Organmodell einer Brust

die Verantwortung für sich und für ihre Gesundheit übernehmen müssen. Wir wollen, dass anstelle der Angst vor dem eigenen Körper eine gesunde Selbstkenntnis tritt.“

In Italien erkranken jährlich 45.000 Frauen neu an Brustkrebs, in Südtirol sind es um die 250. Auf der einen Seite ist zu beobachten, dass diese Krankheit immer mehr auch junge Frauen, Mütter, die mitten im Leben stehen, betrifft, auf der anderen Seite sind es immerhin schon 30 – 40 Prozent der Frauen, die selbst den Krebs erkennen. Dank der Früherkennung ist die Heilungsquote auf weit über 80 Prozent gestiegen. Wenn er früh erkannt wird, ist der Brustkrebs nicht nur heilbar, es erfordert auch weniger invasive Therapien, um ihn zu besiegen. Dank der plastischen Chirurgie bedeutet eine Operation an der Brust heute längst nicht mehr, dass eine Frau ihrer Weiblichkeit beraubt wird und ihr Leben lang verstümmelt bleibt.

„Gerade deshalb“, so Renate Daporta Jöchler, „ist es so wichtig, dieses Thema immer wieder anzusprechen. Auch die jungen Frauen müssen beginnen, sich regelmäßig selbst zu untersuchen, spätestens ab dem Alter von 30. Brustkrebs ist kein Problem der über 50jährigen. Die monatliche Selbst-

untersuchung sollte so selbstverständlich werden wie das tägliche Zähneputzen.“ Je früher eine Frau damit beginnt, desto besser kann sie auch schon kleinste Veränderungen der Brust erkennen. In den beiden Brustgesundheitszentren Brixen und Meran werden das ganze Jahr über Kurse zur Eigenuntersuchung angeboten.

Neben den Abendkursen veranstaltete die Krebshilfe in der Aktionswoche auch Führungen mit Schulklassen, denen anhand der Organmodelle die Physiologie der Brust und die Maßnahmen der Krebs-

vorsorge erklärt wurden. Nur zwei Stunden nach der Eröffnung der Aktionswoche war auch schon die erste Schulklasse angemeldet. Ein Kochkurs über gesunde Ernährung, der ebenfalls im Rahmen der Aktionswoche organisiert worden ist, hat den Teilnehmern gezeigt, dass gesunde Gerichte nicht nur sehr gut schmecken, sondern auch schnell zuzubereiten sind und nicht viel kosten. Keine Frage, dass auch das anschließende Buffet ganz im Zeichen eines gesunden Lebensstiles stand: Wasser, Fruchtsäfte, frisches Obst und nur zwei Schälchen mit Salzgebäck! ■



Die Landespräsidentin Renate Daporta Jöchler



Bezirksdirektor Roland Döcker

## Erlebbar Medizin

Primar Dr. Herbert Heidegger, Brustgesundheitszentrum Meran

„Das ist eine neue Form der Kommunikation; Medizin, die erlebbar wird. Vorträge, Broschüren usw. sind sicher auch wichtig. Aber das reicht nicht. Heute müssen wir das Thema interessant machen, wie beim Fußball mit vorher, nachher; wir müssen bleibende Eindrücke schaffen. Die Aktion mit dem Organmodell ist ein absoluter Vorreiter in Südtirol und in Italien. Wir müssen uns etwas einfallen lassen, um das Thema Vorsorge zu verbreiten. Immerhin geht bereits ein großer Teil der 45.000 neuen Fälle pro Jahr in Italien und der über 250 Neuerkrankungen in Südtirol auf Früherkennung zurück. Über 80 Prozent der Frauen werden gesund und wenn es uns gelingt, immer mehr Frauen von der Bedeutung der Selbstuntersuchung zu überzeugen, dann wird diese Zahl weiter steigen!“

Die Idee zur Aufstellung des Organmodells stammt übrigens von Dr. Heidegger.



Er hat nach 17jähriger Tätigkeit in Deutschland immer noch sehr enge Kontakte dorthin und ist bei einem seiner Besuche auf diese Art der Aufklärung aufmerksam geworden. ■



## Ein Meilenstein in der Vorsorge

Primar Dr. Arthur Scherer, Brustgesundheitszentrum Brixen

„Die Frauen müssen Experten werden für ihren eigenen Körper und auf diesem Weg ist jedes Mittel Recht. Mit dieser Aktion wollen wir Spannung wecken und ganz bewusst aufrütteln. In der täglichen Praxis erlebe ich immer noch zu oft, dass die Frauen Angst haben, sich selbst abzutasten. Ich kann das nicht, sagen sie. Aber es gibt keine falsche Selbstuntersuchung. Wer das regelmäßig durchführt, der kennt seine Brust. Die Früherkennung ist einfach wichtig, die Frauen müssen Vertrauen in sich selbst gewinnen und begreifen, dass sie nicht alles an jemand anderes, an den Arzt delegieren können. Sicher brauchen sie jemanden, einen Arzt, dem sie sich anvertrauen können, aber die Hauptakteure, das sind



sie selbst! Diese Aktionswoche ist ein Meilenstein in der Vorsorge. ■



Der Vorsitzende des Bezirks Meran, Oskar Asam

# Sich der eigenen Gesundheit bewusst werden

Primar Dr. Guido Mazzoleni, Pathologie Bozen



Interessant das Innenleben der weiblichen Brust!



Der Koordinator der Südtiroler Krebshilfe, Marcus Unterkircher

„Die Begegnung mit einer Riesenbrust, in die man hineingehen kann und in der man genau sehen kann, was in der Brust bei einer Krebserkrankung vor sich geht, ist sicher eine Sache, die Neugierde weckt. Uns ist jedes Mittel recht, das dazu beiträgt, dass die Menschen, bzw. im Rahmen der Woche der Brustkrebsvorsorge die Frauen motiviert, sich mit der eigenen Gesundheit und mit dem eigenen Körper auseinanderzusetzen. Es ist außerdem nicht nur wichtig zu zeigen, wie man sich um seine Gesundheit kümmern kann, sondern dass jeder dazu in der La-



Foto: Othmar Seehauser

ge ist und dass jeder die Pflicht hat, diese Verantwortung zu übernehmen.“ ■

## Je eher, desto besser

Dr. Paolo Coser, Landespräsident der italienischen Krebsliga, LILT

„Wir können die Südtiroler Krebshilfe nur zu ihrer Aktionswoche und zu dieser originellen Idee mit dem Organmodell beglückwünschen. Wir müssen uns gemeinsam dafür einsetzen, dass das Prinzip der Selbstverantwortung und der Krebsprävention in der Bevölkerung immer stärker verankert wird. Wir haben in Südtirol mehr als 250 Neuerkrankungen im Jahr, das Alter der betroffenen Frauen sinkt. Deshalb müssen auch die jungen Frauen dazu aufgefordert werden, sich selbst zu untersuchen. Schon mit 30 oder noch früher. Das muss in Fleisch und Blut übergehen.“

Unsere Organisation hat sich in der Woche der Brustkrebs-Vorsorge an einer italienweiten Aktion beteiligt: wir strahlen das Bozner Rathaus mit rosa Licht an, um auf die Brustkrebsproblematik aufmerksam



Foto: Othmar Seehauser

zu machen. Im kommenden Jahr werden auch wir dem Beispiel der Krebshilfe folgen und wieder Kurse zur Selbstuntersuchung anbieten.“ ■

## Eine halbe Stunde im Monat

Die Selbstuntersuchung der Brust – So einfach kann Vorsorge sein



Eine halbe bis dreiviertel Stunde Zeit, je nach Größe der Brust. Einmal im Monat. Soviel sollte sich jede Frau wert sein. Wofür? Für die Selbstuntersuchung der Brust. Einfacher und vor allem wirksamer kann Krebsvorsorge nicht sein.

**W**ie man's richtig macht, kann man in eineinhalb Stunden lernen. Einmal im Monat, bei Bedarf auch auf Anmeldung, halten die Brustschwestern im Brustgesundheitszentrum Brixen – Meran einen Kurs ab. Kostenlos.

Zu viert haben wir uns in Brixen angemeldet. Treffpunkt 15 Uhr im Krankenhaus Brixen. Renate, Carmen, Nives und ich. Alter zwischen Mitte 40 und Anfang 60. Eigentlich hätten wir noch eine Zwanzigjährige gebraucht. Denn man kann gar nicht früh genug lernen, wie man sich selbst untersucht. Wenige Bewegungen, die durch konstante Übung in Fleisch und Blut übergehen sollten. Eine Prozedur, die so selbstverständlich werden sollte, wie das Zähneputzen oder das tägliche Gesicht eincremen.

Anni Pürgstaller empfängt uns. Sie ist schon seit mehr als 35 Jahren Krankenschwester und seit 2010 Brustschwester. Eine zehntonatige Ausbildung in Innsbruck, um die Kenntnisse über Therapien, Screening, Diagnose und Nachsorge von Brustkrebspatientinnen zu vertiefen. Gemeinsam mit ihrer Kollegin nimmt Anni jeden Dienstag um 16.30 Uhr an einer Videokonferenz teil, dem sogenannten Tumoport, in der alle aktuellen Fälle besprochen werden. Teilnehmer dieser Konferenz sind die Uniklinik Innsbruck, die beiden Brustgesundheitszentren Brixen – Meran, Gynäkologie und Pathologie am Bozner Krankenhaus sowie die Strahlenabteilung der Bonvicini-Klinik in Bozen.

Aber zurück zu unserem Kurs. Anni erklärt zunächst die Anatomie der Brust.



Brustschwester Annie Pürgstaller

Nicht jede Brust ist gleich. Es gibt festere und weniger feste Brüste, große und kleine Brüste, es gibt Frauen, die eine Brust mit eher drüsigem oder mit glattem Gewebe haben; auch altersbedingt und nach Schwangerschaft und Stillzeit verändert sich das Gewebe der Brust. Die Brust liegt zwischen der dritten und sechsten Rippe und schwimmt auf dem Brustkorb. Sie setzt sich zusammen aus 15 bis 20 Drüsenlappen, die rund um die Brustwarze angelegt sind. Jeder Drüsenlappen endet in einem Milchgang. Die Brust besteht aus Binde-, Fett- und Drüsengewebe.





Die Tastmethode, die Anni uns erklären wird, wurde bereits 1980 in den USA von Mammacare entwickelt. Wenn diese Methode konsequent und richtig angewendet wird, können Knoten ab einem Durchmesser von drei Millimetern getastet werden. Anni: „Je kleiner der Knoten, desto größer die Heilungschance und desto weniger invasiv der Eingriff.“ Wichtig ist bei dieser Methode, dass sie regelmäßig durchgeführt wird, je besser eine Frau ihre eigene Brust kennt, desto besser kann sie schon kleinste Veränderungen feststellen.

Nicht jede Veränderung bedeutet dabei gleich Krebs, die meisten sind gutartiger Natur wie hormonabhängige mit Flüssigkeit gefüllte Zysten, Fibroadenome oder Milchgangspapillome, Mikroverkalkungen oder Fettgewebsgeschwulste. Kontrollieren muss man sie alle.

Für die Brustuntersuchung legt man sich am besten auf einen weichen Teppich oder eine Matte auf den Boden. Die Brust sollte gerade auf dem Brustkorb schwimmen, bei größeren, schweren Brüsten, die nach außen fallen, empfiehlt es sich, ein Kissen unter die Schulter zu legen. Die

Brust wird immer über Kreuz untersucht; also die rechte Brust mit der linken Hand und umgekehrt. Für die Palpation verwendet man die empfindlichen Kuppen von Ring-, Mittel- und Zeigefinger. Angefangen wird immer in der Achselhöhle, in einem vertikalen Tastmuster, d. h. von oben nach unten. Unteres Ende ist die BH-Linie. Oberes Ende ist die Beuge hinter dem Schlüsselbein, in der sich auch Drüsen befinden. Wenn man unten angekommen ist, verschiebt man die Hand ein Fingerbreit Richtung Brustbein und tastet sich parallel zur vorherigen imaginären Linie nach oben.

Von der Achselhöhle bis zur Brustwarze sollte der Arm auf der Brustseite angewinkelt über der Stirn gehalten werden, ab der Brustwarze bis zum Brustbein hingegen sollte der Arm waagrecht ausgestreckt sein.

Das Tasten, erklärt Anni, erfolgt in drei Druckstärken. Es sind immer Kreisbewegungen in der Größe eines zehnten Centstückes. Zunächst ganz leicht, dann tiefer und zuletzt ganz fest, um auch Knoten in der Tiefe der Brust zu tasten. Ist eine Stelle

dreimal getastet, werden die drei Finger je ein Fingerbreit weit nach oben bzw. unten verschoben und es geht von vorne los. Anni: „Es ist wichtig, dass wir beim Tasten ungestört sind, um uns zu konzentrieren. Nicht dabei den Letzten in Mathematik abhören, dem Enkelkind eine Geschichte erzählen oder an die Arbeit denken.“

Während Anni uns das alles erklärt, gibt sie uns Silikonbrüste in die Hand. Zwei Brüste sind durchsichtig, so dass man sehen kann, was man tastet. Je die Hälfte der Brust hat ein eher weiches Gewebe, wie die Brust einer älteren Frau, die andere Hälfte ist fester. Wir können uns nun in den drei Druckmustern üben. Die Silikonbrüste haben Knoten in verschiedenen Größen und auch Zysten oder kleine Fettgeschwulste. Die Krebsknoten fühlen sich fester an. Wir lernen auch ganz fest zu drücken, um den Knoten unter Brustwarze zu ertasten.

Die Brust ist übrigens in Quadranten eingeteilt. Die meisten Tumore treten im äußeren Quadranten in der unteren Hälfte der Brust auf. Was nicht heißt, dass wir die anderen Quadranten weniger aufmerksam abtasten können. Wem [Folgt](#) ▶



Foto: Othmar Seehauser



Foto: Othmar Seehauser

► das Tasten beider Brüste auf einmal zu lang wird, kann es auch auf zwei verschiedene Tage aufteilen. „So, seid ihr bereit?“, fragt Anni. Dann rollt sie vier große Matte auf dem Boden aus. Wir machen unsere Oberkörper frei und legen uns hin. Jetzt sind wir dran. Anni geht von einer zur anderen und kontrolliert, ob wir die Bewegungen korrekt durchführen. Wer hätte gedacht, dass es so schwierig sein kann, die Hand einen Fingerbreit weiter zu bewegen, wenn man nichts sehen kann. Nach zwei – dreimal gelingt es mir. Auch die Druckstärke wird nach einiger Zeit automatisch. Ich konzentriere mich auf meine Fingerkuppen und auf die Bewegung, alles um mich herum verschwindet. Den anderen wird es genauso gehen, denke ich.

Erste Kreisbewegung ganz leicht, so als ob man die Haut auf der unteren Seite

des Handgelenks hin- und herschiebt. Dann etwas fester und schließlich ganz fest. Das kann auch ein bisschen wehtun. Aber ich gewöhne mich daran. Als ich zur Brustwarze komme, steht Anni neben mir. „Ja drück nur fest, das tut nichts“, sagt sie. Komisch ist es schon, aber ich drücke tapfer und taste das Gewebe in der Tiefe meiner Brust. Jetzt muss ich die Position des Arms wechseln; nicht mehr über der Stirn, sondern ausgestreckt neben mich legen. Anni selbst fasst unsere Brust nicht an, sie erklärt nur die Bewegung.

Die Stimme von Anni holt mich in die Realität zurück. „Wenn ihr noch Fragen habt, sonst können wir es auch lassen.“ Klar, die komplette Untersuchung können wir hier nicht durchführen, das dauert zu lange. Aber das Prinzip der Selbstuntersuchung haben wir gelernt. Jetzt heißt es, zu-

hause konsequent weitermachen. Einmal im Monat. Wichtig ist immer zum gleichen Zeitpunkt, z. B. fünf Tage nach dem Zyklus oder immer in den ersten fünf Tagen jeden Monats, weil die Brust ja zyklischen Veränderungen unterworfen ist und sich sonst plötzlich wieder ganz anders anfühlen kann.

Den Besuch beim Frauenarzt ersetzt diese Selbstuntersuchung natürlich nicht, ebenso wenig wie die Mammographie, die jede Frau zwischen 50 und 70 alle zwei Jahre durchführen sollte. Aber laut Statistiken werden die meisten Tumore von den Frauen selbst entdeckt. ■

Anmeldungen zu den Kursen in den Brustgesundheitszentren Brixen - Meran.  
Tel. 0472 812580 bzw. 0473 264000



Foto: Othmar Seehauser

# Marmor & Marillen

## Informationsstand beim Laaser Sommerfest

Marillen nature, Marillenschnaps, Marillenmarmelade, Marillenknödel, Marillensenf, Marillenwein und was man sonst noch alles aus diesem leckeren Baumobst machen kann, stehen im Mittelpunkt des Laaser Sommerfests Marmor & Marillen, jedes Jahr am ersten Augustwochenende. Seit drei Jahren ist die Krebshilfe Vinschgau auch mit einem Infostand vertreten.

**A**us ganz Südtirol kommen die Gäste zum Laaser Marmor & Marillen Fest angereist und natürlich viele Urlauber, die im August zum Wandern in den schönen Vinschgau kommen. Das ganze Dorfzentrum ist geschmückt und Stand neben Stand wartet mit Leckereien rund um die Marille, typisches Steinobst des Vinschgaus, und mit Produkten aus dem berühmten Laaser Marmor auf. Eine gute Gelegenheit für die Krebshilfe, um über die Arbeit der Sektion und des Landesverbands zu informieren und in lockerer Umgebung über so wichtige Themen wie Krebsvorsorge und Screening zu sprechen.

Mit jedem Jahr ist der Zulauf zum Stand der Krebshilfe gewachsen. In diesem Jahr gab es am Stand Marmormandln, die gegen eine freiwillige Spende abgegeben wurden. Die Spendeneinnahmen sind wichtig, erklärt Siegrid Burger, Vorsitzende des Bezirks Vinschgau. „Noch wichtiger ist uns aber die Informationsarbeit, die Möglichkeit die Leute in einem unbeschwertem Moment mit Informationen rund um uns unsere Tätigkeit und rund um die Krankheit Krebs und vor allem das wichtige Thema Vorsorge zu informieren.“



Dass dieses Konzept aufgeht, beweisen der zunehmende Erfolg des Info-Standes, die zahlreichen Spenden und vor allem die vielen Gespräche, die sich am Stand der Krebshilfe ergeben haben.



# Schnell helfen

## Zanonracing: Taxifahren mit Rallyefahrern



Taxifahren einmal anders – das stand auf dem Programm des 15. Septembers im Eggental. Eine originelle und zündende Idee für eine Benefizveranstaltung: Platznehmen auf dem Beifahrersitz neben Rallye-Rennfahrern aus Italien, Österreich und Deutschland.

Für 20 Euro konnten die Teilnehmer der Veranstaltung den Kitzel einer Rallyefahrt nacherleben. Veranstalter war das Eggentaler Rallyeteam Zanonracing um Bernd Zanon und Florian Zelger. Der gesamte Reinerlös ging zugunsten der Südtiroler Krebshilfe.

Sieben Rallyefahrer aus Italien, Österreich und Deutschland hatten es sich nicht nehmen lassen für die gute Sache mit ihren schnellen Kisten Taxifahrer zu spielen. Renngeschwindigkeiten wurden auf dem Gelän-

de der Firma Holteg, wo die Veranstaltung stattfand, natürlich keine erreicht, aber die

eine oder andere Kurve und vor allem das Bremsen auf den letzten Drücker ließ die Mitfahrer schon mal ohne Atem. Aber keine Frage, es bestand zu keiner Zeit Gefahr für die Teilnehmer! Wer nach der Taxifahrt ausstieg, war jedenfalls begeistert; manche lösten sogar bis zu fünfmal ein 20 Euro Ticket, um immer wieder auf dem Beifahrersitz Platz nehmen zu können.

Wer sich nicht ins Rallyeauto traute, konnte die spannenden Rennen der ferngesteuerten Mini-Rennautos des Mini-

Car-Club Bozen verfolgen und die getunten Rennmotorräder von Ilona Fäckl bewundern. Das Driftteam "Meerquer" bot aufregende Showeinlagen und auch der ausgestellte Formel Eins Renault von Franz Tschager war ein Publikumsmagnet.

Die Musik von DJ NG begleitete diesen schnellen Samstag, der auch tatsächlich im Formel-Eins-Tempo verging. Zum Gelingen der Veranstaltung haben fast hundert freiwillige Helfer beigetragen, beim Ticketverkauf, hinter dem Tresen, in der Küche, auf der Strecke oder hinter dem Mischpult. Ein besonderer Dank den Rallyefahrern, den Mechanikern und den Chefs der Holteg, Erich Pichler und Michael Gilli, die das Event auf ihrem Gelände erlaubt haben und selbst sichtlich großen Spaß an diesem besonderen Samstag hatten. ■



Landespräsidentin Renate Daporta mit Florian Zelger



# Gewonnen haben alle

## Benefizveranstaltung mit Musikkapelle und Pfarrgemeinderat Lengmoos



Gleich drei Gewinner gab es beim diesjährigen Preiswatten. Wie immer bestens organisiert von Ludwig Robatscher, dieses Jahr in Zusammenarbeit mit der Musikkapelle Lengmoos und ihrem Obmann Günther Thurner sowie mit dem Pfarrgemeinderat Lengmoos.



Die Musikkapelle Lengmoos, die zeigte, wie man eine solche Veranstaltung zum Highlight werden lassen kann. Die 180 Spielerinnen und Spieler aus allen Landesteilen, die dank großzügiger Sponsoren alle einen Preis mit nachhause nehmen durften und natürlich die Südtiroler Krebshilfe. Schließlich erbrachte die bewährte Veranstaltung, die einen festen Platz im Jahreskalender der Krebshilfe hat, einen Reinerlös von 4.700 Euro. Beigetragen zu dieser stattlichen Summe hat auch die abschließende Tortenversteigerung.

Ludwig Robatscher, Mann der Vorsitzenden des Bezirks Bozen, Monika Gur-

schler, ist jedes Mal wieder stolz auf den Beitrag, den er mit dieser Veranstaltung und dank der großzügigen Spenden der Sponsoren, die alle Preise stellen, für die Krebshilfe leisten kann. Wieder mit eingebunden war übrigens auch die Tochter von Ludwig und Monika Robatscher, Birgit. Sie verzeichnete die Punkte der Spielertische.

Die Spieler mussten sich allerdings etwas in Geduld fassen; die Veranstaltung begann aufgrund des unerwartet großen Andrangs mit leichter Verspätung. Jedes Jahr ist das Preiswatten ein absoluter Höhepunkt für die Liebhaber des Wat-

tenspiels. Nicht nur, weil sie sich in ihrem Lieblingsspiel mit Spielern aus ganz Südtirol messen können, sondern vor allem, weil sie nette Menschen kennenlernen, die das gleiche Hobby teilen, weil sie einen ganzen Nachmittag spielen können und dafür auch noch einen Preis erhalten.

Das Ganze in lockerer Atmosphäre und begleitet von der Musik der Musikkapelle Lengmoos. Für das leibliche Wohl war ebenfalls gesorgt, viele freiwillige Helferinnen und Helfer versorgten die Spieler mit Kartoffelsalat und Wienerschnitzel. Fazit: ein angenehmer Nachmittag und das nächste Preiswatten kommt bestimmt! ■

# Theorie und Realität

## Die Klausurtagung der Südtiroler Krebshilfe

Die jährliche Klausurtagung der Vorstandsmitglieder der Südtiroler Krebshilfe. Ein Moment der Rückbesinnung. Der Vorschau. Des Programmierens. Des Abwägens. Auch des gegenseitigen Kennenlernens. Der Weichenstellung.

Leider ist dies meist Theorie, da nach wie vor Vorstandsmitglieder der Tagung fernbleiben – auch ohne Entschuldigung. Auch bei der letzten Klausurtagung im Oktober blieben nicht wenige Stühle leer.

Auf der Tagesordnung standen diverse Themen, die in Arbeitsgruppen diskutiert wurden und die gerade auch für die tägliche Arbeit der einzelnen Bezirke und Sektionen von großer Bedeutung sind. Die neue Homepage, der Jahresmitgliederausflug, das Image der Südtiroler Krebshilfe, das Verhältnis zwischen ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, konkrete Aktionen zur Werbung neuer Mitglieder, die Spenden-Akquise und die tägliche Arbeit mit dem Handbuch.

Die neue Homepage ist online. Auch sie soll zum Image der Südtiroler Krebshilfe beitragen. Sie präsentiert sich modern, einfach und lebendig und soll neben Informationen vor allem auch einen Einblick in das Leben der Krebshilfe vermitteln. Aus jedem Bezirk ist eine Person verantwortlich, die Seite mit Fotos und Informationen zu füttern.



Die Jahresmitgliederausflüge werden in Zukunft immer im eigenen Land stattfinden. Dieses Jahr, Ende September, ging es nach Toblach.

Mit dem Image der Krebshilfe setzten sich Arbeitsgruppen auseinander. Wichtig ist in diesem Bereich ein einheitliches Auftreten nach außen, ohne deshalb die typischen Merkmale jedes einzelnen Bezirks zu verlieren. Bei der Spendenakquise, die sich angesichts der wirtschaftlichen Krise zunehmend schwerer gestaltet, soll vermehrt auf den Nutzen für den Spender geachtet werden. Also z. B. Veranstaltungen, die einerseits Mittel für die Krebshilfe bringen, aber andererseits auch einen Werbeeffect für den Spender haben.

Für die Mitgliederwerbung ist jeder Bezirk aufgerufen, sich geeignete Aktionen auszudenken, die entsprechend kommuniziert werden sollen. ■



Im nächsten Jahr findet die Jahresmitgliederversammlung zum ersten Mal nicht in Bozen statt.

Am Samstag **den 13. April 2013 um 14.30 Uhr** sind alle Mitglieder in den **Raiffeisensaal Terlan** eingeladen. Wie jedes Jahr eine

Gelegenheit, sich ausführlich über die vielseitigen Tätigkeiten der Krebshilfe zu informieren und gleichzeitig die Menschen kennenzulernen, die die Krebshilfe zu dem machen, was sie ist: die zahlreichen Freiwilligen.

Nähere Informationen erhalten Sie mittels schriftlicher Einladung.

# Ein Glückskind

## Der neue Vorsitzende des Bezirks Meran, Oskar Asam

Er hat zwei Handys, behauptet aber, nicht einmal mit einem umgehen zu können. Er sieht aus, wie der nette Herr von nebenan. Und das ist er auch. Der Schalk sitzt ihm im Nacken und Oskar Asam scheint froh über diese Gesellschaft zu sein. Außerdem ist er ein Charmeur der alten Schule und durch und durch positiv eingestellt. Er selbst sieht sich als Glückskind. Der neue Vorsitzende des Bezirks Meran Burggrafenamt.

**D**er ehemalige Fachlehrer für Kochen an der Hotelfachschule Kaiserhof ist seit fünf Jahren Mitglied der Südtiroler Krebshilfe. Für ihn eine Möglichkeit, das zurückzugeben, was er selbst an Positivem erfahren hat. „Ich bin ein schrecklicher Angsthase, habe vor allem Angst vor Schmerzen. Schon das Wort Schmerz löst in mir Panik aus. Ich hoffe, dank meiner positiven Erfahrung anderen Menschen in der gleichen Situation weiterhelfen zu können. Ich möchte ihnen die Angst nehmen!“

Sein neues Amt ist ihm in den Schoß gefallen, Oskar Asam wurde überredet, sich als Kandidat aufzustellen und war von seiner Wahl vermutlich mehr überrascht als andere. „Ich habe ja niemanden gekannt und dachte, dass auch mich niemand kennt.“ Im Augenblick, sagt er, sei er noch dabei zu lernen. Vor allem das Koordinieren. „Es ist nicht leicht in einem Bezirk wie dem unseren alles auf einen Nenner zu bringen: die Stadt, Täler wie Ulten oder Passeier.“

Ein großes Anliegen ist dem neuen Bezirksvorsitzenden die enge Zusam-

menarbeit mit allen anderen Bezirken und mit der Zentrale der Krebshilfe in Bozen im Interesse der Betroffenen. „Wir stehen doch nicht in Konkurrenz zueinander, sondern ziehen alle an einem Strang. Es geht nicht darum, sich zu profilieren und zu beweisen, wer etwas besser kann als der andere, sondern voneinander zu lernen.“



In der Gesellschaft von Frauen, als Hahn im Korb, fühlt er sich sichtlich wohl. Aber als Mann, der bei den meisten Kursen wie Malen oder Turnen einziger Vertreter des männlichen Geschlechts war, möchte er dennoch versuchen, vermehrt Männer anzusprechen, um auch sie in die große Familie der Krebshilfe zu integrieren.

Der 71jährige ist verheiratet und hat drei Söhne und vier Enkelkinder. Der Aufgabe als Großvater kommt er mit Begeisterung nach. Den Speiseröhrenkrebs, an dem er vor fünf Jahren erkrankt ist, hat er ad acta gelegt, er fühlt sich gesund und genießt es, ein Rentner mit gefülltem Terminkalender zu sein. Fit hält er sich durch Lauftraining mit seiner Frau Hilde. Zwischen 30 und 45 Minuten. Jeden Tag!

Seine Hobbys sind Lesen, Kreuzworträtsel lösen und Kochen. Vorlieben hat er dabei keine. Alte Küche, neue Rezepte, Experimente. Oskar Asam ist ein Genießer und offen für alles. In der Küche wie im Leben. „Das ist meine Philosophie.“ Ein Glückskind eben. ■

**Jahresmitgliederausflug  
2013**

Warum in die Ferne schweifen, das Gute liegt so nah... Der letzte Jahresmitgliederausflug liegt noch nicht lange zurück, aber der nächste ist schon geplant.

Nähere Informationen gibt es in der nächsten Ausgabe der "Chance".

**Am 7. September 2013  
treffen sich  
alle Sektionen und Bezirke  
in Laas im Vinschgau.**

## Der Weihnachtsbaum:

### So fing es an...

Kein Weihnachten ohne Weihnachtsbaum. Aber worauf geht diese Sitte eigentlich zurück? Legenden über die Entstehung gibt es viele. Eine davon ist diese:

Der 754 als Märtyrer gestorbene Heilige Bonifatius hat im Zuge seiner Missionierungsarbeit eine von den Kelten als heilig verehrte Buche gefällt und an ihren Platz

einen immergrünen Nadelbaum gesetzt. Dies als Zeichen des durch Christus verheißenen ewigen Lebens. Der Legende nach war dies der erste Weihnachtsbaum.

Im Elsaß gibt es Chroniken aus dem Jahr 1521, worin den Bürgern während der Weihnachtszeit das Fällen von Fichten gestattet wurde. Eine Quelle aus

Straßburg besagt, dass im Jahre 1605 die Bewohner dieser Stadt kleine, mit Papierrosen, goldfarbenen Gegenständen, Äpfeln und Süßigkeiten geschmückte Fichten in ihren Häusern aufstellten.

Im Jahr 1708 beschreibt die Herzogin von Orleans in einem Brief an ihre Tochter einen mit Kerzen geschmückten Waldbaum; im Laufe des 18. Jahrhunderts wird dies eine in den Adels- aber auch Bürgerhäusern weitverbreitete Sitte.

Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), bereits seinen Zeitgenossen als nicht überaus gläubiger Mensch bekannt, hing in besonderem Maße an der Sitte des geschmückten Weihnachtsbaumes und verewigte diese Tradition 1774 in seinen Leiden des jungen Werther, womit der Weihnachtsbaum Einzug in die Weltliteratur hielt.

Der erste öffentliche geschichtlich erwähnte Weihnachtsbaum wurde 1807 in Leipzig aufgestellt. In Berlin hingegen 1810, in Danzig 1840 und in Bozen 1852. In England nahm die Tradition des geschmückten Baumes ihren Anfang, als Prinz Albert von Sachsen seiner Frau, der Königin Viktoria, einen geschmückten Weihnachtsbaum schenkte. Viktoria war darüber so entzückt, dass sie ein Bild davon in der damals weit verbreiteten Zeitschrift „Godey's Lady's Book“ veröffentlichen ließ.

In Italien sollte es noch ein wenig dauern. Um 1900 stellte Königin Margareth, Frau von König Umberto I einen geschmückten Baum in den großen Salon des Quirinals, des damaligen Wohnsitzes der Königsfamilie. Es dauerte nicht lange und der Weihnachtsbaum hielt Einzug in die Wohnzimmer aller italienischen Familien.

Im Laufe des 20. Jahrhunderts wurde der Christbaumschmuck dann immer mehr zu einem Faktor der Mode(n). Die Bienenwachskerzen wichen elektrischen weißen oder bunten Lichterketten. Der Baum wird behangen mit Kugeln, Strohsternen, Lametta und Glasfiguren. Aber viele Familien haben ihn auch heute noch, den ganz traditionelle Baum mit Äpfeln und Kerzen. ■

Brunamaria Dal Lago Veneri



Foto: Othmar Seehauser



# Worüber das Christkind lächeln musste

Eine kleine Weihnachtsgeschichte von Heinrich Waggerl

**A**ls Josef mit Maria von Nazareth her unterwegs war, um in Bethlehem anzugeben, dass er von David abstamme, was die Obrigkeit so gut wie unsereins hätte wissen können, weil es ja längst geschrieben stand - um jene Zeit also kam der Engel Gabriel heimlich noch einmal vom Himmel herab, um im Stalle nach dem Rechten zu sehen. Es war ja sogar für einen Erzengel in seiner Erleuchtung schwer zu begreifen, warum es nun der allererbärmlichste Stall sein musste, in dem der Herr zur Welt kommen sollte, und seine Wiege nichts weiter als eine Futterkrippe. Aber Gabriel wollte wenigstens noch den Winden gebieten, dass sie nicht gar zu grob durch die Ritzen pfliffen, und die Wolken am Himmel sollten nicht gleich wieder in Rührung zerfließen und das Kind mit ihren Tränen überschütten, und was das Licht in der Laterne betraf, so musste man ihm noch einmal einschärfen, nur bescheiden zu leuchten und nicht etwa zu blenden und zu glänzen wie der Weihnachtsstern.

Der Erzengel stöberte auch alles kleine Getier aus dem Stall, die Ameisen und Spinnen und die Mäuse, es war nicht auszudenken, was geschehen konnte, wenn sich die Mutter Maria vielleicht vorzeitig über eine Maus entsetzte!

Nur Esel und Ochs durften bleiben, der Esel, weil man ihn später ohnehin für die Flucht nach Ägypten zur Hand haben musste, und der Ochs, weil er so riesengroß und so faul war, dass ihn alle Heerscharen des Himmels nicht hätten von der Stelle bringen können.



Zuletzt verteilte Gabriel noch eine Schar Engelchen im Stall herum auf den Dachsparren, es waren solche von der feinen Art, die fast nur aus Kopf und Flügeln bestehen. Sie sollten ja auch bloß still sitzen und achthaben und sogleich Bescheid geben, wenn dem Kinde in seiner nackten Armut etwas Böses drohte. Noch ein Blick in die Runde, dann hob der Mächtige seine Schwingen und rauschte davon.

Gut so. Aber nicht ganz gut, denn es saß noch ein Floh auf dem Boden der Krippe in der Streu und schlief. Dieses winzige Scheusal war dem Engel Gabriel entgangen, versteht sich, wann hatte auch ein Erzengel je mit Flöhen zu tun!

Als nun das Wunder geschehen war, und das Kind lag leibhaftig auf dem Stroh, so voller Liebreiz und so rührend arm, da hielten es die Engel unterm Dach nicht mehr aus vor Entzücken, sie umschwirrten die Krippe wie ein Flug Tauben. Etliche fächelten dem Knaben balsamische Düfte zu, und die anderen zupften und zogen das Stroh zurecht, damit ihn ja kein Halmchen drücken oder zwicken möchte.

Bei diesem Geraschel erwachte aber der Floh in der Streu. Es wurde ihm gleich himmelangst, weil er dachte, es sei jemand hinter ihm her, wie gewöhnlich. Er

fuhr in der Krippe herum und versuchte alle seine Künste, und schließlich, in der äußersten Not, schlüpfte er dem göttlichen Kinde ins Ohr.

»Vergib mir!« flüsterte der atemlose Floh. »Aber ich kann nicht anders, sie bringen mich um, wenn sie mich erwischen. Ich verschwinde gleich wieder, göttliche Gnaden, lass mich nur sehen, wie!«

Er äugte also umher und hatte auch gleich seinen Plan. »Höre zu«, sagte er, »wenn ich alle Kraft zusammennehme, und wenn du stille hältst, dann könnte ich vielleicht die Glatze des Heiligen Josef erreichen, und von dort weg kriege ich das Fensterkreuz und die Tür.

»Spring nur!« sagte das Jesuskind unhörbar. »Ich halte still!«

Und da sprang der Floh. Aber es ließ sich nicht vermeiden, dass er das Kind ein wenig kitzelte, als er sich zurechrückte und die Beine unter den Bauch zog.

In diesem Augenblick rüttelte die Mutter Gottes ihren Gemahl aus dem Schlaf.

»Ach, sieh doch!« sagte Maria selig. »Es lächelt schon!«



Karl Heinrich Waggerl  
"Und es begab sich..."; Otto Müller Verlag, 1953



## Liebe Leserinnen und Leser...

...ich kann es kaum fassen. Sechs Leserbriefe sind uns für diese Ausgabe zugekommen. Sechs. Ich nehme es als ein gutes Zeichen für das kommende Jahr. Für uns ist jedes Feedback wichtig. Auch Kritik. Nur so können wir eine lesernahe Zeitung

machen. Ich freue mich, wenn die Chance als informativ und vielseitig angesehen wird und ich werde mir alle Mühe geben, dass dies auch in Zukunft so bleibt.

Leserbriefe bitte an: steiner@nicdo.name oder info@krebshilfe.it oder per Post an



Dr. Nicole Dominique Steiner  
Chefredakteurin

Südtiroler Krebshilfe, Dreieinigengasse 1,  
39100 Bozen

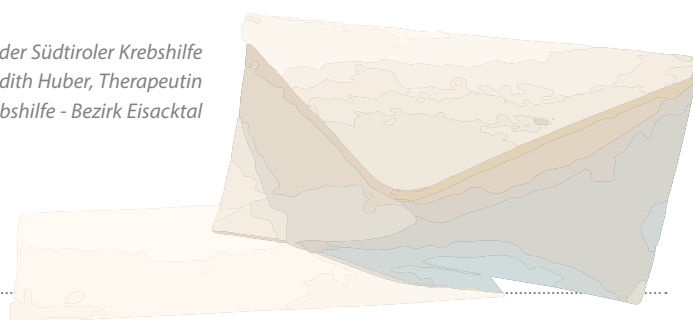
nd

Im Namen aller Therapeutinnen der Südtiroler Krebshilfe möchten wir diesen Leserbrief für die Chance veröffentlichen.

Die neue gemeinsame „Agenda“ gefällt uns sehr gut, ein sympatisches Erschei-

nungsbild und inhaltlich gut gegliedert und übersichtlich!

*Die Therapeuten der Südtiroler Krebshilfe  
Edith Huber, Therapeutin  
Südtiroler Krebshilfe - Bezirk Eisacktal*



Liebe Krebshilfe,

Möchte gerne ein großes Danke sagen für die AGENDA 2012 Herbst! Es ist schon sehr lobenswert, was ihr alles für uns tut und es ist für mich selbstverständlich, all jenen zu danken, die sich immer wieder zur Verfügung stellen.

Das AGENDA-Heft ist meiner persönlichen Meinung nach gut aufgebaut, farbenfroh nach Bezirken ausgerichtet. Sehr übersichtlich, was ja ganz wichtig ist, um gerade den älteren Patienten behilflich zu sein. Vergelt'Gott dafür!

Der Landesausflug war für mich (nach längerer Abwesenheit) besonders wert-

voll, da wir auch einmal unser Land besser sehen konnten. Dazu möchte ich mich ganz besonders bei Ida Schacher bedanken. Der Ausflug war von Anfang bis Ende gut durchdacht und mit viel Liebe und Zeitaufwand organisiert. Die Messe im Dom war sehr beschaulich, mit Dankesworten und Lesungen geschmückt.

Nicht zu vergessen, die Geschichte der Pfarrkirche mit ihrer Kunst. Danach am Rathausplatz gute Schmankerln und Getränke.

Der Höhepunkt war das Mittagessen im GRAND-HOTEL, so viele Patienten sind

dieser Einladung gefolgt. Ida Schacher hat wirklich an alles gedacht und alles mit Herz organisiert.

Alles in allem, es war ein wunderschöner Herbsttag, dieser 27. September 2012, und ich bin überzeugt davon, dass dieser Landesausflug ganz Vielen lange in wacher Erinnerung bleiben wird.

Vergelt's Gott im Namen aller Patienten

*Christine Faller  
Bruneck, am 4. Oktober 2012*

An das Team der Krebshilfe

Als ehemalige Mitarbeiterin der S.K.H. verfolge ich mit großen Interesse die Weiterentwicklung des Vereins. Dabei bin ich überwältigt über das Angebot der vielen sinnvollen und hilfreichen Aktivitäten.

Als sehr lobenswert möchte ich die Herausgabe der Zeitschrift: DIE CHANCE erwähnen, die diesmal mit einem Interview mit dem weltberühmten Onkologen Prof. Umberto Veronesi wirklich aufhorchen

ließ. Aber auch die Erzählungen der Einzelschicksale beeindrucken mich jedes Mal.

Mit großer Neugierde lese ich auch die Bezirksseiten, dabei freue ich mich riesig über die vielen bekannten Gesichter, die ich noch aus meiner aktiven Zeit als Lymphdrainage Therapeutin kenne.

Ich glaube sagen zu können, dass die vielseitigen Angebote und Hilfeleistun-

gen sowie die professionellen Medien „Chance“ und „Agenda“ dazu beitragen, der Krankheit Krebs etwas an Angst und Schrecken zu nehmen.

Ein Kompliment also an das gesamte Team der S.K.H und besonders auch der Landes Präsidentin Renate Daporta Jöchler. Ich wünsche Euch allen weiterhin viel Kraft und Erfolg!

*Maria Pliger*



Liebe Krebshilfe,

Zunächst ein herzliches Dankeschön für all das, was Ihr für uns Kranke macht.

Wir haben etwas auf dem Herzen, was wir hier mitteilen möchten: Die Ferienaufenthalte am Meer helfen uns in ganz besonderem Maß:

- Weil der Luft- und Ortswechsel gut tut
- Weil man etwas anderes isst als zuhause und neue Dinge ausprobieren kann
- Weil man neue Leute kennenlernt
- Weil man neue Dinge (kennen)lernt
- Weil diese Tage uns helfen, den Alltag mit all seinen Problemen zu vergessen und das tut uns psychisch und physisch einfach gut

Aus all diesen Gründen bitten wir darum, die Aufenthalte wieder von 12 auf 14 Tage zu verlängern. Der Anreisetag und

der Tag vor der Abreisetag gehen schon verloren, wenn es dann noch ein paar Tage schlecht Wetter ist – bleibt wenig.

Wir sind uns bewusst, dass wir in der Vergangenheit auch manchmal zu viel ver-

langt haben. Aber bitte kommt uns noch dieses eine Mal entgegen: gebt uns die vollen zwei Wochen zurück!

Bruno Luciani  
 Maurizio Sibani  
 Belforte, Lombard  
 Bettina: Solon de Quiff  
 Maria Elisa Yinastorzi, Kellner, Bauri  
 Felice Maria Rube, Righetti, Dami, Spina, Mancini, Orighi  
 Elangue Maria, Sabat, Anton, Cerkoffler  
 Fritsch, Voburger, Vella, Mij, Zentrund, Giusa  
 Christine, P. ...  
 Roberto Long, Zedim, Lario, Lechi, Zanzetta, Simonca  
 Mora, Vaga, John, ...  
 W. Crocchi, Didie, Veneti, ...  
 Scarpieri, ...

*Nur ein Wort: Niemand hat leichten Herzens die Ferienaufenthalte gekürzt. Leider herrscht eine allgemeine Wirtschaftskrise, die alle Bereiche trifft,*

*auch uns und wir sind glücklich, dass wir überhaupt in der Lage sind, die Ferienaufenthalte auch weiterhin zu einem so günstigen Preis anzubieten.*

*Und zwölf Tage sind immer noch besser als nur eine Woche oder gar nichts. Mehr ist nicht drin!*  
 Renate Daporta Jöchler

Liebe Chance,

Als ehemalige Vorsitzende der Südtiroler Krebshilfe Unterpustertal verfolge ich nach wie vor mit großem Interesse die Geschehnisse der Südtiroler Krebshilfe. Dabei ist für mich die Zeitschrift der Südtiroler Krebshilfe „Die Chance“ eine wertvolle Informationsquelle. „Die Chance“ ist bereits vom Landesvorstand unter dem Vorsitz der allzu früh verstobenen Landespräsidentin, Christine Mayr, ins Leben gerufen worden. Mit Genugtuung kann ich feststellen, dass sich „Die Chance“ seit damals sowohl im Erscheinungsbild als

auch in der inhaltlichen und graphischen Gestaltung zu einer ansprechenden Zeitschrift weiterentwickelt hat. An der „Chance“ schätze ich die breitgefächerte Information und Berichterstattung in einer für jeden verständlichen Sprache, die von aktuellen, aufschlussreichen Sachthemen, Veranstaltungs- und Erlebnisberichten, Initiativen bis hin zu den Aktivitäten in den einzelnen Bezirken reicht. Deshalb spreche ich - und ich glaube, dies auch im Namen zahlreicher LeserInnen tun zu dürfen - den Verantwortlichen der „Chance“

meine volle Anerkennung aus. In diesem Sinne freue ich mich schon auf die nächste Ausgabe.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich anregen, ein Leserforum einzurichten, damit auch die vielen LeserInnen die Möglichkeit haben, Ihre Meinungen/Anregungen zu den verschiedensten Thematiken der Krebshilfe vorzubringen.

Christine Plank Ruedl  
 St. Lorenzen

Sehr geehrte Redaktion "Die Chance",

Für einen Kurzurlaub in Jesolo habe ich im vergangenen August beim Kofferpacken schnell noch drei Zeitungen ins Gepäck geschmissen, da wir als selbständiges Handwerker-Ehepaar im Alltag oft nicht die nötige Zeit haben, diese zu lesen.

Nachdem mein Mann dann die zwei Fach-Zeitschriften ausgelesen hatte, habe ich ihm auch noch "Die Chance" in die Hand gedrückt, und er war schlichtweg begeistert, wie informativ und interessant dieses Informationsblatt der Südtiroler Krebshilfe ist.

Der Bericht über die Erkrankung von Frau Theiner und wie offen der Landesrat darüber gesprochen hat sowie das interessante Interview mit Prof. Umberto Veronesi mit seinen Tipps haben ihm besonders gefallen und ihn sehr überzeugt. Kompliment und weiter so...  
 Familie Gschnitzer

## Der Kommentar

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Dr. Nicole Dominique Steiner  
Chefredakteurin

Ich weiß, in dieser Ausgabe mute ich Ihnen viel zu. Ich habe ein Thema aufgegriffen, dass jeder am liebsten ausklammert, totschweigt. Aber auf Dauer geht das nicht. Den Tod kann man nicht verschweigen. Der Tod und das Sterben gehören zum Leben wie die Geburt. Für jeden von uns. Jeder, der mit der Krankheit Krebs konfrontiert ist, denkt daran. Gottseidank geht es mittlerweile – vor allem dank der verbreiteten Vorsorgemaßnahmen – meistens gut aus. Aber wenn nicht, was dann? Wer hilft dann? Wo wird einem geholfen? Und wie?

Ich habe mich in den letzten zwei Monaten intensiv mit diesem Thema auseinandergesetzt, weil ein sehr guter Freund von mir betroffen war. Er hat zwei Jahre Vorsorge ausgelassen. Zu viel Arbeit, keine Zeit. Vergessen. Das war vor sechs Jahren. Am 25. September ist er gestorben, nachdem er fünf Wochen in einem Hospiz in Mori untergebracht war. Ich habe ihn oft besucht. Mit dem Pflegepersonal gesprochen, miterlebt, wie relativ gut es ihm dort ging. Versorgt mit allem, was er brauchte, um nicht zu leiden, aber ohne Krankenhausatmosphäre. In seinem freundlich blau eingerichteten Zimmer voll mit Fotos aller Personen und Orte, die ihm wichtig waren. Mit einer Bettcouch für die Angehörigen. Ohne feste Besuchszeiten. Mit einer Küche und einem Kühlschrank, um jederzeit das

haben zu können, worauf er Lust hatte. Mit einem Balkon, um an guten Tagen mit Freunden eine Zigarre zu rauchen.

In Südtirol sterben mehr als 75 % der Menschen zuhause. Dass dem so ist, ist den vielen Freiwilligen zu verdanken, die der Hospizbewegung angehören. Auch das stelle ich Ihnen vor. Ebenso wie Martinsbrunn und die Abteilung für Palliativmedizin am Krankenhaus Bozen. Warum gerade in der Weihnachtsausgabe? Weil es ohnehin nie an der Zeit ist, darüber zu reden, bzw. immer.

In der letzten Ausgabe habe ich Ihnen Umberta Savazzi vorgestellt, die mit 61 Jahren ein Studium abgeschlossen hat, obwohl sie während des Studiums an Krebs erkrankt ist. Ich bin dankbar, dass ich diese außergewöhnliche und mutige Frau kennenlernen durfte. Am 30. September ist Umberta Savazzi gestorben. Mein herzlichstes Beileid an ihren Mann und ihre beiden Söhne.

Information und Vorsorge. Das sind zwei ganz wichtige Säulen der Tätigkeit der Krebshilfe. In den Brustgesundheitszentren Brixen und Meran sind im Oktober begehrte Brustmodelle aufgestellt worden. Eine interessante Art der Aufklärung!

Einen Nachmittag lang haben wir gelernt, wie frau sich selbst die Brust unter-

suchen kann. Diese besondere Tasttechnik wird in den beiden Brustgesundheitszentren gelehrt, und versetzt jede Frau in die Lage, auch schon die kleinsten Knoten rechtzeitig zu erkennen. Die Kurse dauern einen Nachmittag und kosten nichts. Wann melden Sie sich an?

Eine kleine Vorschau auf das Frühjahr gebe ich Ihnen auch schon. Ich habe mir von Sanitätsdirektor Dr. Oswald Mayr die Eckpunkte der neuen Tumor Chirurgie erklären lassen. In der nächsten Ausgabe dann ganz ausführlich. Das gleiche gilt auch für die Komplementärmedizin, deren Probephase erfolgreich abgeschlossen wurde.

Ja und dann haben wir natürlich noch viele Berichte über die unterschiedlichen Aktivitäten der Krebshilfe. Taxifahrten mit Rallyautos, Preiswatten, die Aktion Marmor und Marillen aus Laas. Und das bunte Allerlei der Bezirksseiten, das immer wieder zeigt, wie lebendig die Krebshilfe ist! Und zwei kleine, besinnliche Weihnachtsgeschichten habe ich auch für Sie ausgesucht.

Bleibt mir nur noch, Ihnen allen ein besinnliches Weihnachtsfest zu wünschen und viel Energie, Kraft und Freude im Neuen Jahr

*Ihre Nicole Dominique Steiner*

## Komplementärmedizin hat Probe bestanden

Letzte Meldung vor Redaktionsschluss

Die experimentelle Phase der Abteilung für Komplementär-Medizin in Meran ist offiziell abgeschlossen. Eine Studie an 442 Brustkrebspatienten in Südtirol hat ergeben, dass dank der verschiedenen Therapien im Rahmen der Komplementärmedizin die Nebenwirkungen der Chemotherapie wesentlich besser zu verkraften sind und die Patientinnen sich insgesamt gestärkt und besser fühlen.

Das umstrittene Projekt wurde 2009 unter der Leitung von Dr. Christian Thuile gestartet.

Während Ärztekammer und Gewerkschaften die Komplementärmedizin als unnötig ablehnten und forderten, die dazu eingesetzten Gelder (600.000 € zu Beginn und 370.000 € pro Folge-Jahr) besser in den traditionellen Abteilungen des Sanitätsdienstes einzusetzen, haben

Landesrat Theiner, Sanitätsdirektor Oswald Mayr und der Generaldirektor des Sanitätsbetriebs, Andreas Fabi, diesen Dienst stets verteidigt.

Die Patienten, die sich an diese Abteilung wenden, müssen bis zu 70% der Spesen selbst tragen. Im Rahmen der Komplementärmedizin werden Maßnahmen wie Akupunktur, Osteopathie, psychologische Beratung u. a. m. angeboten. ■

## BOZEN - SALTEN - SCHLERN



▲ Landesmitgliederausflug  
Der Bezirk Bozen Salten Schlern beim Landesmitgliederausflug in Toblach



◀ Törggeln in Seis am 27.10.2012 ▲  
Ein altes Bauernhaus und sein Bauernmuseum waren Schauplatz des diesjährigen Törggeln in Seis. Nach dem Essen war es ein Katzensprung zum nahegelegenen Pflegerhof, wo über 500 verschiedene Kräuter angebaut werden. Ein schöner Herbsttag. ▼



# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## MERAN - BURGGRAFENAMT



### Grillfest 2012

Am Samstag, 23. Juni fand auf dem Zeltfestplatz in Naturns das zweite Grillfest des Bezirks Meran/Burggrafenamt statt. Strahlender Sonnenschein und leckere Köstlichkeiten trugen zur guten Laune der Teilnehmer bei. Eine besondere Freude: der Besuch von Landespräsidentin Renate Daporta Jöchler mit ihrem Mann Karl.



### Tag der offenen Tür, Schloss Trauttmansdorff, 24.08.2012

Eine Gruppe von 25 Mitgliedern traf sich am Tag der Behinderten und chronisch Kranken in den Gärten von Schloss Trauttmansdorff. Ein herrlich warmer Sonnentag mit Überraschung: Die Begegnung mit Landeshauptmann Luis Durnwalder.



# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“



## Landesmitgliederausflug 2012 nach Toblach

Am 27. September nahm eine große Mitgliedergruppe am Jahresmitgliederausflug nach Toblach teil. Eine schöne Gelegenheit, um Betroffene aus allen Landesteilen kennenzulernen und sich auszutauschen. Auch dank der perfekten Organisation ein rundum gelungener Tag.



## Flohmarkt Oktober 2012

Auch eine Idee, um Mittel für die Arbeit der Krebshilfe im Bezirk zu sammeln: Einige Mitglieder haben gut erhaltene Gegenstände gesammelt und sie auf dem Flohmarkt verkauft.



## Törggelen 2012

Gleich zwei Busse waren es, die sich am 16. Oktober nach Jenesien aufmachten. Auf dem Programm stand das jährliche Törggelen. In neuer Umgebung, köstlich und unterhaltsam.



# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## PUSTERTAL REGGRAFENAMT

### SEKTION UNTERPUSTERTAL



#### ◀ Pfolzna Oktoberfest

Die Frühaufsteher und ihre Helfer, die aus dem Erlös des Pfolzna Oktoberfestes eine großzügige Spende in Höhe von 2000 € an die Krebshilfe überwiesen haben.



#### ▲ Veranstaltungen in Enneberg Pfarre

Diese wunderschöne Klosterarbeit war eines der Kunstwerke, die am 30. September vom KVW in Enneberg Pfarre zu Gunsten der Südtiroler Krebshilfe versteigert worden sind.



#### ◀ Bezirksausflug im Juni

Besichtigung der Wallfahrtskirche in Amras

▲ Ein runder Tisch zum Thema „Diagnose Krebs, Behandlung und Nachsorge“ in Enneberg Pfarre.  
Im Bild von links: Martha Erlacher für die Südtiroler Krebshilfe, Lydia Hellweger als Betroffene, Dr. Gerald Stifter, Dr. Wolfgang Schullian, Dr. Anton Huber und als Moderator der Journalist Erwin Frenes

#### Bezirksausflug ▶ Im Wildpark Assling



#### ▲ Interne Fortbildung im Bezirk Pustertal

Die Vorstandsmitglieder der Sektionen Ober- und Unterpustertal bei einem Ganztagesseminar unter der Leitung der Kommunikationstrainerin Susanne Steidl zum Thema „Als Team erfolgreich zusammenarbeiten“



#### ▲ Bezirksausflug

Führung im Vitalpinum Wohlfühlgarten der Latschenölbrennerei Unterwegger





## Landesmitgliederausflug

Impressionen vom Landesmitgliederausflug ins Pustertal am 27. September



## Wallfahrt 2012

Wallfahrt des Bezirks Pustertal zur Kornmutter nach Ehrenburg am 16. Mai



## Benefizfest auf Angereralm

Petra Lust und Sulzenbacher beim Benefizfest auf der Angerer-Alm bei Olang



## Mortadella-Aktion

Ein Dauerbrenner: Die Riesenmortadella und die „Sfgati“, die auch in diesem Jahr den Erlös aus dem Verkauf der Brote der Südtiroler Krebshilfe gespendet haben



## SEKTION OBERPUSTERTAL



## Kirtamichl

Wir bedanken uns ganz herzlich bei den Kirtamichlbuibm und allen Helfern für die großzügige Spende. Vergelt's Gott!

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## VINSCHGAU GGRAFENAMT

### Bezirksmitgliederausflug nach Steinegg

Das Heimat-Museum Steinegg gilt als eines der schönsten seiner Art im Land und bietet einen unvergesslichen Einblick in die Tiroler Geschichte. Ein ebenso interessanter wie geselliger Ausflug.



### Reschenseelauf

Das Organisationskomitee des Reschenseelaufes stellte der Krebshilfe 100 Schildkappen für den Verkauf zur Verfügung.

Für tausende einheimische Läufer ist der Reschenseelauf ein fixer Termin im Jahres-Kalender. Auch das unberechenbare Wetter konnte Siegrid Burger, Anna Elisabeth Moret und Joachim Stecher nicht davon abhalten über die gute Sache der Südtiroler Krebshilfe zu informieren.

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“



## ▲ Grillfeier ▶

Eine Grillfeier sorgt immer wieder für Stimmung und gute Laune, zumal wenn sie von flotter Musik umrahmt wird. ▼



## ◀ Ferienaufenthalt in Bellaria ▲ 21.05.-02.06.12

Der Ferienaufenthalt in Bellaria war wieder einmal einer der Höhepunkte des Sommers.

# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

## ÜBERETSCH - UNTERLAND



### ◀ Wallfahrt nach Weissenstein ▶

Aller guten Dinge sind drei. Das gilt auch für eine Wallfahrt. An der diesjährigen Wallfahrt der Selbsthilfegruppe Überetsch nach Maria Weissenstein, wo Pater Magnus eine Hl. Messe zelebrierte, hat auch die Bürgermeisterin von Kaltern, Gertrud Benin Bernard teilgenommen. Anschließend gab es Kaffee und Kuchen und Gelegenheit zu Gesprächen.

### ▶ Krebsnachsorgeturnen im Wasser

Alle sind wieder gekommen zum Auftakt des Wassernachsorgeturnens im Hotel „Goldenhof“ in Auer. Ein jeder bemüht, die Anweisungen zu befolgen, um Körper und Geist zu stärken.



### ◀ Ausflug auf die Cisloner Alm

Alle Jahre wieder. Die alljährliche Wanderung zur Cisloner Alm ist eine liebgeordnete Tradition. Nach der Feldmesse gab es köstliche Hauswurst und Polenta mit Kraut. Der Nachmittag in geselliger Runde verflieg im Nu, aber das nächste Jahr kommt bestimmt.



### ▶ Fit for Business

Business und Fitness jedes Jahr Anfang September im historischen Zentrum von Neumarkt. Nach dem Rennen geht es ums leibliche Wohl. Gegen eine kleine Spende verteilt die Krebshilfe Kuchen und Torten. Ein besonderer Dank an Ideator und Organisator Alfred Monsorno und allen Spendern.





## Erntedankball

Die vielen Tänzerinnen und Tänzer, die sich zum Erntedankball im Haus Unterland eingefunden haben, hatten nicht nur ihren Spaß, sondern haben auch dazu beigetragen, den Solidaritätsfond der Krebshilfe zu erweitern.  
Ein Dank allen Freiwilligen: in der Küche – Chef Riccardo und seinem Staff, im Saal, den Kellner/innen, dem Barpersonal, denjenigen, welche den Saal geschmückt haben, den Organisatoren des Balls, den Musiken und der Gemeinde Neumarkt, die die Saalmiete übernommen hat. Der nächste Ball steht schon auf dem Programm: nächstes Frühjahr in Leifers. Im Bild die Freiwilligen, die zum Erfolg des Abends beigetragen haben.



## Großzügigkeit

Auch Verena Pedri hat anlässlich ihres 50sten Geburtstages im Gedenken an ihre liebe Mutter, Uschi Fröhlich Uschi, um Spenden für die Krebshilfe gebeten.

**DANKE AN ALLE!**



## Großzügigkeit

Maria und Alfons Lissner haben anlässlich ihres 35jährigen Hochzeitstages und der Einweihung ihres neuen Heims, der Krebshilfe eine stattliche Spende überwiesen.

## Großzügigkeit

Danirra Rech Dalosso e Giuseppe Pallanch aus Leifers haben ihr 50jähriges Hochzeitsjubiläum begangen und anstelle von Geschenken um eine Spende für die Krebshilfe gebeten.



## Großzügigkeit

Der Verein „El Ballon Club“ hat eine Party am Markusmarkt in Auer und das „Altmauerfest“ organisiert. Beide Feste waren ein Erfolg, den Erlös hat der Verein unter der Krebshilfe und einem anderen wohltätigen Verein aufgeteilt. Je 2.000 Euro.

## Törggelefeier

Landtagsabgeordnete Martha Stocker bedankte sich beim diesjährigen Törggelen im Namen der Landesregierung bei allen Freiwilligen. Allen voran die unermüdlichen Mariale und Margareth aus Tramin, die auch in diesem Jahr eine wunderbare Törggelefeier mit einem köstlichen Menu für die Betroffenen und ihre Familien vorbereitet haben.



# „WAS IST LOS IN DEN BEZIRKEN“

EISACKTAL JRGGRAFENMNT



◀ **Benefizveranstaltung LVH Frauen**  
Die LVH-Frauen des Bezirkes Wipptal haben bei den Laternenpartys Schokoladenspieße verkauft. Der Erlös eines Abends wurde der Südtiroler Krebshilfe gespendet. Die Landespräsidentin Renate Daporta und das Vorstandsmitglied Marialuise Ploner haben sich die Köstlichkeiten auch schmecken lassen.

**Suppenonntag** ▶  
Die Bäuerinnen der Ortsgruppe Pfeffersberg haben in Tils einen Suppenonntag organisiert, die eingegangenen Spenden haben sie der Südtiroler Krebshilfe übergeben. Im Bild Präsidentin Renate Daporta mit Ortsobfrau Hedwig Sigmund.



◀ **Organmodell**  
Die Kommission für Chancengleichheit der Gemeinde Brixen unterstützte finanziell das Projekt Organmodell und überzeugte sich vor Ort von der Initiative.  
Von links: Landespräsidentin Renate Daporta, Präsidentin der Kommission für Chancengleichheit der Gemeinde Brixen, Monika Leitner, Primar Dr. Arthur Scherer, Koordinatorin Franziska Penn, Stadträtin Dr. Elda Letrari-Cimadom



▶ **Sommerwanderung am 27. Juli 2012**  
zu den Heiligen drei Brunnen in Trafoi

# Ferienaufenthalte 2013

Berg - See - Meer



**Wichtig**  
Für die Ferienaufenthalte  
gibt es **kein weiteres**  
**Rundschreiben** mehr.

## Allgemeines

Die Südtiroler Krebshilfe organisiert für Tumorpatienten, die autonom und selbständig sind, erholsame Ferien in sozialer Gemeinschaft.

**Vortrittsrecht** haben ordentliche/betroffene Mitglieder innerhalb des 5. Erkrankungsjahres (einschließlich 2008).

Alle Teilnehmer müssen innerhalb **15. März 2013** die **Eigenerklärung über ihren Gesundheitszustand**, die in den Bezirkssitzen aufliegt, an den Zentralsitz übermitteln.

## Wichtig für die Vormerkungen:

1. Die Teilnehmer/innen sind ausschließlich ordentliche /betroffene Mitglieder, **die autonom und selbständig sein müssen**. Begleitpersonen sind nicht vorgesehen.
2. Bei **Tumorrückfällen** muss dem Zentralsitz Bozen umgehend **vor Beginn** der **Anmeldungsfrist ein fachärztliches Attest übermittelt werden**, da ansonsten das Vortrittsrecht verfällt.
3. **Der Kostenbeitrag muss innerhalb 05. April 2013** beglichen werden - siehe Rückseite für Bankbeleg (**Barzahlung ist nicht möglich**).
4. **Ohne Überweisung verfällt Vormerkung und Teilnahmerecht**.
5. Bei **fristlosem Abbruch** des Ferienaufenthaltes **ohne vorherige Benachrichtigung** wird für die Zukunft das **Teilnahmerecht** an den Ferienaufenthalten **entzogen**.
6. Die Teilnehmer/innen müssen sich während des ganzen Aufenthaltes **manierlich und respektvoll benehmen**. Diskretion, gegenseitiges Verständnis und Respekt werden vorausgesetzt.

## Leistungsbeschreibung

Die Leistungen umfassen die Unterbringung im Zweibettzimmer, Verpflegung, An- und Heimreise. Einzelzimmer nur für Kehlkopflose und Stomaträger.

Kosten für Zusatzleistungen bezüglich Unterbringung (z.B. Klimaanlage, Kühlschrank, usw.), Medikamente, spezielle Ausflüge, Eintritte und persönliche Ausgaben sind **nicht enthalten**.

Bei späterer Anreise oder früherer Abreise infolge Erkrankung (aufgrund ärztlicher Anordnung) oder vorzeitigem Abbruch des Ferienaufenthaltes aufgrund grob ungebührlichem Verhalten oder Falscherklärung, ist ein Ersatz des anteiligen Kostenbeitrages bzw. allfälliger Fahrtkosten ausgeschlossen. In diesen Fällen wird der gesamte Kostenbeitrag einbehalten.

## Verschiedenes

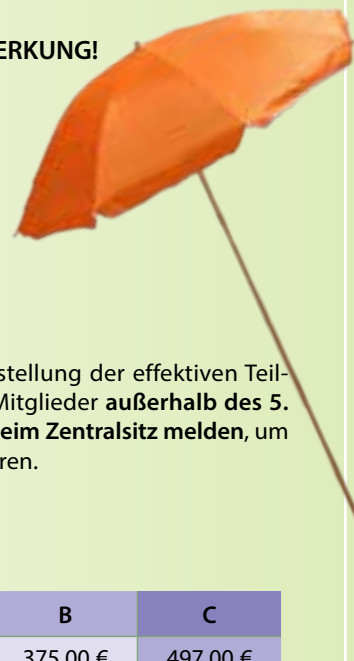
### Buchung und Rücktritt

Mit dem Überweisungsdatum wird die Anmeldung verbindlich. Ein Rücktritt kann bis zum Zustandekommen der Buchung oder danach innerhalb 2 (zwei) Wochen schriftlich erfolgen. Bei einem solchen Rücktritt werden die geleisteten Zahlungen rückerstattet. Darauf folgende Rücktritte werden bei Vorlage eines ärztlichen Attests zu 100%, andernfalls zu 50% rückerstattet.

### Schadenersatzansprüche

Allfällige Schadenersatzansprüche der Teilnehmer/innen gegen die SKH und ihre Mitarbeiter können nur geltend gemacht werden, wenn seitens der Mitarbeiter/Krankenpfleger grob fahrlässig oder vorsätzlich gehandelt wird.

Rückfälle müssen schon im Voraus mitgeteilt werden und NICHT ERST WÄHREND DER VORMERKUNG!



### Welches Erkrankungsjahr habe ich? (E.J. = Erkrankungsjahr)

<b>A</b>	vom Jahr	2008	bis	2013	=	innerhalb des 5. Erkrankungsjahr
<b>B</b>	vom Jahr	2007	bis	2003	=	ab dem 5. Erkrankungsjahr
<b>C</b>	vom Jahr	2002	bis	2001, 2000, 1999, 98, 97, etc.	=	ab dem 10. Erkrankungsjahr

### Wie erfolgen die Anmeldungen?

- Sie erfolgen **ausschließlich telefonisch** (0471 – 408786) **von Montag den 18. Februar bis Freitag 1. März 2013 jeweils von 08:15 bis 12:00 Uhr.** Bei Überbuchung eines Ferienaufenthaltes gilt die Reihenfolge des Erkrankungsjahres; bei gleichem Erkrankungsjahr gilt das Einlangen der Anmeldung.
- **Am 11. März 2013** erfolgt die Erstellung der effektiven Teilnehmerlisten und angemeldete Mitglieder **außerhalb des 5. Erkrankungsjahres müssen sich beim Zentralsitz melden**, um die eventuelle Teilnahme zu erfahren.

### Allgemeine Turnusse: Für alle betroffene Mitglieder zugänglich E.J. = Erkrankungsjahr

	Tage	Ortschaft	Hotel	Plätze	Zeitraum	A	B	C
<b>Meer</b>	12	Bellaria	Amalfi	49	23.05.2013 – 04.06.2013	250,00 €	375,00 €	497,00 €
<b>See</b>	10	Gardasee Salò	Conca d'Oro	30	20.05.2013 – 30.05.2013	210,00 €	315,00 €	414,00 €
<b>Meer</b>	12	Misano Adriatico	Parkhotel Kursaal	49	24.05.2013 – 05.06.2013	250,00 €	375,00 €	486,00 €
<b>Berg*</b>	10	St. Martin Gsiesertal	Waldruhe	15	26.08.2013 – 04.09.2013	210,00 €	315,00 €	645,00 €
<b>Meer</b>	12	Bellaria	Amalfi	39	02.09.2013 – 14.09.2013	250,00 €	375,00 €	497,00 €

\* Bergaufenthalt wird nur mit mindestens 10 Teilnehmern durchgeführt.

### Nur für betroffene Mütter mit Kindern:

An diesem Turnus können betroffene Mütter mit Ihren Kindern (bis max. 14 Jahre) und einer Begleitperson teilnehmen. Der Kostenbeitrag der Begleitpersonen wird direkt im Hotel beglichen, die Vormerkungen erfolgen jedoch über die Südtiroler Krebshilfe.

	Tage	Ortschaft	Hotel	Plätze	Zeitraum	A	B	C	pro Kind
<b>Meer</b>	12	Misano Adriatico	Parkhotel Kursaal	30	17.06.2013 – 29.06.2013	250,00 €	375,00 €	562,00 €	125,00 €

### Nur für Kehlkopferierte - Jodkuraufenthalt:

	Tage	Ortschaft	Hotel	Plätze	Zeitraum	Betrag
<b>Meer</b>	14	Rimini	Penny	50	18.05.2013 – 01.06.2013	175,00 €

Unsere Vereinigung veranstaltet auch heuer einen Meer-Jodkuraufenthalt für Kehlkopferierte sowie Teiloperierte. Die Kosten für die Jodkur trägt der Sanitätsbetrieb, während die Kosten für den Hotelaufenthalt teils von unserer Vereinigung getragen werden.

- Für ein Einzelzimmer: € 50,00 gehen zu Lasten des Patienten und werden direkt im Hotel beglichen.
- Für Vormerkungen und Fragen wenden Sie sich direkt an Herrn **Rino Luppi, Tel. 338 3686562.**

Busabfahrt: 8.00 Uhr gegenüber Hotel Alpi, Südtirolerstrasse 35 in Bozen - Begleitpersonen zahlen Euro 20,00 für den Bus. Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, ersuchen wir alle Interessierten sich so bald wie möglich anzumelden.

Wir erinnern Sie daran, dass die Jodkuren gemacht werden **müssen**

**Der Kostenbeitrag muss innerhalb 30. März 2013 beglichen werden (Barbezahlung ist nicht möglich).**

**ZAHLUNGS AUFFORDERUNG** (Der Überweisungsauftrag kann jeder Bank erteilt werden)

<b>Begünstigter:</b>	Südtiroler Krebshilfe	Drei Heiligen Gasse 1	39100 Bozen
<b>Bank: Sparkasse Bozen</b>	<b>IT 29 P 06045 11601 000000120000</b>		<b>Betrag €</b> .....
<b>Zahlungsgrund:</b>	Ferienaufenthalte 2013 <b>Turnus-angabe</b> .....		
Für den Erhalt des Auftrages:	Datum, Stempel und Unterschrift		
<b>Name des Teilnehmers</b> .....			
<b>Adresse</b> .....			
<b>Wohnort</b> .....			