

Dr. Ludwig warnt: Starkes Übergewicht verkürzt die Lebenserwartung

Starke Übergewichtigkeit verkürzt statistisch die Lebenserwartung eines Mannes um zwölf, die einer Frau um neun Jahre – schockierende Erkenntnisse und Daten aus aktuellen Studien präsentierte Dr. Andreas Ludwig, Chefarzt im Hellmig-Krankenhaus und leitender Arzt des Adipositaszentrums Westfalen im Rahmen der Pulsschlag-Reihe. Im Vortragsraum des Kamener Krankenhauses klärte er Zuhörer aber auch darüber auf, was man tun kann gegen Adipositas.



Dr. Andreas Ludwig, Chefarzt am Hellmig-Krankenhaus und Leitender Arzt des Adipositas-Zentrums Westfalen, informierte über Ursachen und Gefahren von Adipositas sowie über mögliche Therapien.

Die Chirurgie sei da stets erst der allerletzte Schritt, betonte Ludwig. Vorher gebe es andere Therapien, die auch von Krankenkassen vorausgesetzt werden, bevor überhaupt an eine operative Lösung gedacht werden kann. Das Problem der Übergewichtigkeit sei international auf dem Vormarsch, so Dr. Ludwig. Die deutschen Männer bewegen sich auf der internationalen Skala im Mittelfeld, die Frauen sogar darunter. Dennoch gebe es in Deutschland etwa neun Millionen Menschen mit Übergewicht oder Adipositas. Ihnen drohen vielfältige Gesundheitsgefahren. Unter anderem ist nach umfassenden aktuellen Studien das Krebsrisiko bei deutlichem Übergewicht stark erhöht.

Der Körpermasseindex BMI gibt Aufschluss darüber, wo man sich einordnen muss in der Gruppe der Übergewichtigen oder der nach Schweregraden unterteilten Gruppe der Adipösen. Dr. Ludwig

stellt klar: „Die Ursachen für Übergewicht sind hoch komplex.“ Sozialer Stress, das Rauchen der Mutter in der Schwangerschaft, Schlafverhalten, Inaktivität und Ernährungsgewohnheiten können dabei eine Rolle spielen. Viele Betroffene seien „Abnehmweltmeister“, die es aber einfach nicht schaffen, eine einmal erkämpfte Gewichtsreduzierung auch zu halten. Ganz neue Studien zeigen auf, dass die Darmflora starken Einfluss auf das Gewicht habe.

In der Adipositasprechstunde am Hellmig-Krankenhaus werde deshalb auch erst einmal vielfältigen Fragen nachgegangen. Empfohlen werde meist eine multimodale Therapie, die Ernährungs- und Bewegungstherapie umfasse und auch eine Verhaltenstherapie einschließen kann. Sie wird in der Regel zu wesentlichen Teilen von den Krankenkassen bezahlt.

Das Problem: Dauerhaft schaffen nur weniger als 5 Prozent der Betroffenen eine erhebliche Gewichtsminderung. Als letztes Mittel bleibe dann oft eine mit chirurgischen Eingriffen verbundenen Therapie oder als zeitlich befristete Maßnahme ein Magenballon. In Deutschland verbreitet sind das Setzen eines Magenbandes, eine Schlauchmagenoperation oder ein spezieller Bypass. Wie bei jeder Operation gebe es dabei Risiken aber auch gute Erfolgsaussichten, so Dr. Ludwig. Welcher Eingriff der richtige sei, müsse individuell geprüft werden. Auch eine Gewichtsreduktion durch einen chirurgischen Eingriff müsse zudem begleitet werden von anderen Therapien.

Im Anschluss an seinen Vortrag stellte sich Dr. Ludwig einer Vielzahl von Fragen der Zuhörer, die der Einladung von VHS und Klinikum Westfalen gefolgt waren. Er ermutigte dazu, bei Bedarf professionelle Hilfe anzunehmen um Neben- und Folgeerkrankungen von Übergewicht rechtzeitig entgegenzutreten.

Kamener Lehrerin Nicole Brüssow ist doppelte Hoffnung für Leukämiekranke

Vor vier Jahren spendete die Kamener Lehrerin Nicole Brüssow Stammzellen für ihren genetischen Zwilling. Jetzt braucht ein zweiter Patient ihre Hilfe.



Nicole Brüssow

Nicole Brüssow lebt mit ihrem Mann und dem 14-jährigen Sohn in Kamen, unterrichtet Mathe- und Physik an der Heinrich-Böll-Gesamtschule in Dortmund und sie ist Stammzellspenderin. Vor vier Jahren spendete die 45-Jährige für einen Leukämiepatienten. Oft hat sie sich danach an die Spende erinnert und gehofft, dass es ihm oder ihr gut geht. Als sie im Dezember mitten im Matheunterricht wieder einen Anruf der Stefan-Morsch-Stiftung, Deutschlands ältester Stammzellspenderdatei, bekam, traut sie ihren Ohren nicht: „Sie kommen erneut als Spenderin für einen weiteren Patienten in Frage. Möchten Sie wieder helfen?“ Ihre Antwort war „Ja klar!“. Vor wenigen Wochen kam sie nach Birkenfeld, um mit der Spende noch einmal einem Erkrankten Hoffnung im Kampf gegen Leukämie zu geben.

Das Ganze hat eine Vorgeschichte: Im April 2002 hat sich Nicole Brüssow in Kamen bei einer Blutspende als Stammzellspenderin registrieren. Typisierung lautet der Fachbegriff. Dabei wird ein Fingerhut voll Blut genommen.

Seitdem ist die 45-jährige Torfrau der Handballerinnen von der TuS Westfalia Kamen bei der Stefan-Morsch-Stiftung als potenzielle Spenderin registriert. Nahezu täglich sind Teams der gemeinnützigen Stiftung bundesweit unterwegs, um über das Thema Hilfe für Leukämie- und Tumorkranke aufzuklären – auch in Kooperation mit dem DRK Blutspendedienst West. Es geht darum, Menschen zu sensibilisieren, sich als Stammzellspender registrieren zu lassen.

Jedes Jahr erkranken allein in Deutschland etwa 11 000 Menschen an bösartigen Blutkrankheiten wie etwa der Leukämie. Jeder zweite Patient ist ein Kind oder Jugendlicher. Je nach Leukämieart variieren die Heilungsaussichten. Oft reicht die Behandlung mit einer Chemotherapie oder Bestrahlung nicht aus. Dann ist die Übertragung gesunder Blutstammzellen die einzige Hoffnung auf Leben. Eine solche Transplantation ist aber nur möglich, wenn sich ein passender Stammzell- bzw. Knochenmarkspender zur Verfügung stellt, der die gleichen genetischen Merkmale hat, wie der Patient.

So wurden bei der Typisierung 2002 auch die Gewebemerkmale der Lehrerin bestimmt und bei der Spenderdatei gespeichert. Seitdem stehen sie anonym im deutschen Zentralregister (ZKRD) in Ulm, wo sie mit denen der Patienten weltweit verglichen werden können. Mit jedem neu gewonnenen Spender erhöht sich somit die Chance, dass einem leukämiekranken Patienten das Leben gerettet werden kann.

Als sie mit ihrer Familie darüber spricht, dass sie noch einmal spenden möchte, ist sie entschlossen: „Ich habe keinen Zweifel daran gelassen, dass ich das mache. Ich hoffe, ich kann helfen.“ Ihre Familie und die Schulleitung stehen hinter ihr. Eine Sprecherin der Stammzellspenderdatei erklärt: „Die Wahrscheinlichkeit, für einen Patienten einen kompatiblen Stammzellspender zu finden liegt in der Größenordnung von 1 : 10.000 bis 1 : mehreren Millionen. Dass jemand für zwei Patienten spendet, ist ein absoluter Ausnahmefall.“

Nicole Brüssow sieht das gelassen: „Ganz vorne steht, dass es einem Menschen helfen kann, egal ob das ein kleiner, großer, was weiß ich für ein Mensch ist.“ Wie schon beim ersten Mal ließ sie sich eine weitere Blutprobe zur genaueren Untersuchung abnehmen. Dann muss sie zur Voruntersuchung. „Ich hatte schon beim ersten Mal kaum Fragen, im Vorfeld wurden sie alle schon beantwortet. Ich wurde umfassend über alle Risiken aufgeklärt“, erzählt sie.

Bei der Voruntersuchung wird zur Sicherheit der Mutter abgeklärt, ob sie ganz gesund ist. Und sie wird komplett über die Chancen und Risiken, aber auch über den Ablauf der Spende aufgeklärt.

Mit der Übertragung von Stammzellen bekommt der Patient ein neues blutbildendes System. Die Stammzellen befinden sich im Knochenmark. Um sie zu übertragen, gibt es zwei Möglichkeiten: Die Entnahme peripherer Blutstammzellen aus dem Blut – ähnlich wie bei einer Plasmaspende oder Dialyse. Dazu wird dem Spender einige Tage lang ein körpereigener Botenstoff verabreicht, der die Stammzellen aus dem Knochenmark in das Blut übergehen lässt. In einer Entnahmestation werden dann die Stammzellen aus dem Blut herausgefiltert bzw. zentrifugiert. Apherese heißt dieses Verfahren, das heute am häufigsten angewandt wird. Bei der klassischen Methode – der Knochenmarkspende – punktieren die Ärzte den Beckenknochen des Spenders – niemals das Rückenmark. Dieser Eingriff dauert zirka eine Stunde. Die Handballerin hat zum zweiten Mal mittels der Apherese gespendet. Das bedeutete aber auch, dass sie sich wieder ein paar Tage vorher spritzen musste. Ganz offen erzählt sie: „Von der ersten Spende kannte ich noch die Nebenwirkungen des Botenstoffes. Die waren bei mir sehr heftig. Auch diesmal hatte ich starke Rücken- und Kopfschmerzen.“ Nach der Entnahme möchte sie trotzdem andere zur Typisierung motivieren: „Ich würde es immer wieder machen und kann anderen Menschen nur raten, sich ebenfalls zu typisieren und zu helfen.“ Sie weiß: „Stammzellspende bietet die Chance, Leben zu retten.“

Die nächste Gelegenheit, sich bei der Stefan-Morsch-Stiftung zu registrieren ist am: Dienstag, 21. April, 15 bis 18.30 Uhr, BKK VDN, Rosenweg 16, in Schwerte.

Soll man sich in mehreren Stammzellspenderdateien aufnehmen lassen?

Wer bereits typisiert ist, sollte sich nicht noch einmal registrieren lassen. In Deutschland gibt es insgesamt 30 Spenderdateien. Alle diese Spenderdateien und auch die Stefan-Morsch-Stiftung speisen ihre Daten in das deutsche Zentralregister der ZKRD in Ulm ein. Dort sind sie für weltweite Suchanfragen abrufbar. Deshalb genügt es, wenn Sie einmal in einer Datei registriert wurden. Um im Ernstfall einen passenden Spender ausfindig zu machen, sind wir darauf angewiesen, dass die Kontaktdaten auf dem aktuellen Stand sind.

Wie viele registrierte Spender gibt es in Deutschland?

Registrierte Stammzellspender in Deutschland: 5,8 Millionen deutsche Spender (Stand: 01-2015, Quelle: ZKRD). Noch nie gab es in Deutschland so viele Neuregistrierungen von freiwilligen Blutstammzellspendern wie im vergangenen Jahr: Exakt 694.961 (Stand 29.12.2014) Personen ließen sich 2014 erstmals typisieren, meldet das Zentrale Knochenmarkspender Register Deutschland (ZKRD) mit Sitz im süddeutschen Ulm.

Das ZKRD kann auf Spenderdaten von insgesamt 25 Millionen Spendern weltweit zugreifen. (Stand: 01-2015, Quelle: ZKRD) Bone Marrow Donors Worldwide (BMDW) bestätigt die Zahl.

Für weit über 80 Prozent der Patienten kann ein geeigneter Spender gefunden werden, meist schon innerhalb von ein bis drei Monaten.

Sollten Sie noch Fragen haben – die Stefan-Morsch-Stiftung ist unter der gebührenfreien Hotline 08 00 – 766 77 24 oder über info@stefan-morsch-stiftung.de erreichbar. Auf der Homepage www.stefan-morsch-stiftung.de

oder via Facebook kann man sich ebenfalls informieren.

Bergkamenerin Ute Brüninghaus stellt ihre maritime Kunst im Hellmig-Krankenhaus aus

„Mindestens einmal am Tag wandere ich in Gedanken ans Meer“, sagt Ute Brüninghaus. Und wer die Bilder der Hobbykünstlerin sieht, der glaubt das gerne. Maritimes steht eindeutig im Mittelpunkt der Werke, mit denen die Bergkamenerin jetzt auch eine frische Brise in das Hellmig-Krankenhaus bringt. Bis zum 15. Juni stellt sie ihre Ansichten von Strand, Meer und Dünen im Galeriebereich der Kamener Klinik aus.



Hobbykünstlerin Ute Brüninghaus und Holger Hintze, Verwaltungsleiter am Hellmig-Krankenhaus Kamen

Neben klassischer Malerei finden sich hier auch Collagen und Zeichnungen, denn Ute Brüninghaus liebt das Spiel mit unterschiedlichen Materialien, Techniken und Stilrichtungen. Ursprünglich widmete sich die heute 76-Jährige ausschließlich der Erstellung von Steinskulpturen. Bis befreundete Künstler sie vor zweieinhalb Jahren auf die Idee brachten, es doch auch einmal mit der Malerei zu versuchen. Über Anleitungen aus dem Internet und jede Menge „learning by doing“ eignete sich die Hobbykünstlerin das notwendige Handwerk an, und schuf innerhalb kurzer Zeit beachtliche Werke.

Dass das Wasser und vor allem das Meer in ihrem künstlerischen Schaffen wieder eine entscheidende Rolle spielt, liegt bei Ute Brüninghaus sozusagen in der Familie begründet. Ihre Mutter stammt aus Wilhelmshaven, die Oma aus Jever und der Opa war einst bei der Marine. Viele Bilder von ihm hängen bei Ute Brüninghaus zu Hause an der Wand, und dieses Zuhause ist – wie könnte es anders sein – mitten in der Marina in Rünthe. Mit Blick auf den Kanal und die dort liegenden Yachten träumt sie sich Tag für Tag ans Meer und nimmt Patienten, Besucher und Mitarbeiter des Hellmig-Krankenhauses sowie alle interessierten Kamener nun mit auf die Reise. Die maritime Ausstellung im Erdgeschoss des Hellmig-Krankenhauses, Nordstraße 34, ist jederzeit frei zugänglich und somit bis zum 15. Juni rund um die Uhr geöffnet.

Klinikum Westfalen beteiligt sich an landesweiter Hygiene-Initiative gegen Keime

Das Klinikum Westfalen engagiert sich auch mit ihrem Hellmig Krankenhaus in Kamen seit langem als Vorreiter im Kampf gegen Gefahren durch Keime. Seit einem Jahr schon untersucht das Unternehmen an seinen Kliniken alle aufzunehmenden Patienten auf MRSA-Keime und schafft auch mit weiteren Hygiene-Maßnahmen mehr Sicherheit für die Patienten. Das Klinikum Westfalen nimmt jetzt auch teil an der neuen landesweiten Hygiene-Initiative nordrhein-westfälischer Krankenhäuser „Gemeinsam Gesundheit schützen.“



Seit einem Jahr wird an den drei Krankenhäusern des Klinikums

Westfalen in Lünen, Kamen und Dortmund-Brackel bei jedem aufzunehmenden Patienten ein MRSA-Screening durchgeführt.

„Keine Chance für multiresistente Erreger“ fordert das Motto der Kampagne, die von der Krankenhausgesellschaft Nordrhein Westfalen KGNW gestützt wird. „Es gibt in der Bevölkerung immer einen gewissen Anteil von Menschen, die vorübergehend oder dauerhaft Träger multiresistenter Keime sind“, so die Hygieneexperten im Klinikum Westfalen. Mit konsequenten Maßnahmen müsse verhindert werden, dass solche Keime übertragen werden ganz speziell auf gesundheitlich bereits vorgeschädigte Patienten. „Wir praktizieren mit dem MRSA-Screening bereits einen Schritt für noch mehr Sicherheit für unsere Patienten“, betont Andreas Schlüter, Geschäftsführer des Klinikums Westfalen.

Seit Februar 2014 untersucht das Unternehmen an den drei Standorten Klinik am Park Lünen, Hellmig-Krankenhaus Kamen und Knappschaftskrankenhaus Dortmund jeden aufzunehmenden Patienten auf sogenannte MRSA-Keime. 31500 solche Untersuchungen wurden 2014 im Klinikum Westfalen durchgeführt. An dem seit dem 1. Januar zum Klinikum Westfalen gehörenden Knappschaftskrankenhaus Lütgendortmund soll dieses verbindliche Screening ebenfalls eingeführt werden. Schon jetzt werden dort alle Risikopatienten getestet.

Mit dem umfassenden Test auf den verbreiteten MRSA-Keim wird im Klinikum Westfalen erreicht, dass solche resistenten Keime nicht unerkannt in die Häuser hineingetragen und nicht an andere Patienten weiter gegeben werden können. Bisher wurde ein derart weitreichendes Konzept nur an wenigen Universitätskliniken in NRW realisiert. „Das Screening ermöglicht es uns, Patienten vor Kontaktübertragungen zu schützen. Zugleich schützt es auch die Keimträger selbst, weil sofort Maßnahmen ergriffen werden, um den Keim zu bekämpfen und Folgeproblematiken bei geplanten Behandlungen zu verhindern“, so Dr. Pedro Garcia, Facharzt und leitender

Hygieniker im Klinikum Westfalen. Vergütet werden diese vorsorglichen Screenings den Krankenhäusern allerdings nicht.

Das Klinikum Westfalen erprobt außerdem ebenfalls seit mehr als einem Jahr in Teilbereichen den Einsatz von Kupferwerkstoffen in Türklinken und Lichtschaltern. Es gilt als erwiesen, dass Bakterien auf diesem Material nicht lange überleben. „Noch fehlt der Nachweis, ob dadurch auch tatsächlich die Zahl von Infektionen sinkt“, so Dr. Garcia. Die Hoffnung darauf rechtfertigt allerdings die Kosten, ist die Geschäftsführung des Klinikums Westfalen überzeugt. Erste Ergebnisse zum Einsatz solcher Werkstoffe unter anderem im Klinikum Westfalen werden auf der Internetseite www.keine-keime.de im Rahmen der landesweiten Kampagne beschrieben (<http://www.keine-keime.de/wir-schaffen-sicherheit/hygiene-schreibt-geschichten/kupfer-gegen-keime.html>).

Um sich zu rüsten für die Gefahr von Keimvorfällen hat das Klinikum Westfalen außerdem die Möglichkeit geschaffen, bei Bedarf per Mausklick sofort festzustellen, mit welchen anderen Patienten, mit welchen Mitarbeitern und mit welchen medizinischen Geräten ein Patient Kontakt hatte. Selbst entwickelte Abfrageroutinen zu der dort eingesetzten Datenbanksoftware liefern diese Daten minutenschnell. Auf deren Basis können Sofortmaßnahmen eingeleitet, Betroffene isoliert und untersucht und eine Ausbreitung gestoppt werden. „Für uns bedeutet das einen gigantischen Vorteil im Vergleich zu bisherigen händischen Verfahren. Ergebnisse liegen schneller vor, Fehler werden ausgeschlossen“, so Dirk Schluckebier, Hygieneexperte im Pflorgeteam des Klinikums Westfalen.

Einsatz für Früherkennung und strikte Hygiene hat dem Klinikum Westfalen bereits die Verleihung des MRSA-Qualitätssiegels durch das Gesundheitsamt der Stadt Dortmund eingetragen. Das Unternehmen setzt weiterhin auf die fortgesetzte Qualifizierung von Mitarbeitern und die Freistellung von

Hygieneexperten in Pflege und Ärzteschaft. Mit der Beteiligung an der landesweiten Hygieneinitiative unter Schirmherrschaft der nordrhein-westfälischen Ministerpräsidentin Hannelore Kraft will das Unternehmen den eingeschlagenen Weg weiter gehen. Die Kampagne will breit aufklären über Keimgefahren und werben für Hygienemaßnahmen. Eine Wanderausstellung zum Thema soll auch innerhalb des Klinikums Westfalen zu sehen sein.

Der Seseke-Weg online: Neue Internetseite für die Radtour am Fluss

Pünktlich zum Beginn der Fahrradsaison hat der LIPPEVERBAND die Internetseite „www.seseke-weg.de“ eingerichtet. Dort findet sich alles Wissenswerte über die 19 km lange Fahrradroute, die hauptsächlich am Fluss entlang von Bönen nach Lünen führt, in übersichtlicher Darstellung.



Entlang der Seseke lässt sich herrlich radeln. Foto: Lippeverband, Jochen Durchleuchter

Highlights und lohnenswerte Ziele entlang der Strecke sind ebenso ein Thema wie eine Karte mit nützlichen Informationen wie Rad-Stationen und weitere Strecken – wie etwa die Römer-Lippe-Route – in der Region. Unter den Zielen stehen die Landschaftskunst-Objekte aus dem Projekt „Über Wasser gehen“ ganz oben: Jeder Standort wird kurz erklärt und ist obendrein in der Karte verortet. Daneben werden wasserwirtschaftliche Anlagen erläutert. Auch Hintergrund-Informationen, wie die Seseke früher aussah und wie sie heute wieder ein sauberer,

naturnaher Fluss geworden ist, dürfen nicht fehlen.

Gleich am östlichen Start des Seseke-Weges führt die Strecke entlang des neuen Hochwasserrückhaltebeckens Bönen (HRB). Das zweiteilige Rückhaltebecken mit einem Gesamtvolumen von 340.000 Kubikmetern am Zusammenfluss der Seseke mit der „kleinen Seseke“ südöstlich von Bönen bietet inzwischen vielen Tieren und Pflanzen ein neues Zuhause. Vom Beckendamm aus kann das HRB auf einem Halbkreis befahren werden. Besonders Vogelarten, wie die Nilgans und die Kanadagans oder auch der Graureiher, lassen sich von hier aus hervorragend beobachten.

Im Kulturhauptstadtjahr RUHR.2010 wurde der Umbau der Seseke durch das Projekt Über Wasser gehen künstlerisch begleitet. An verschiedenen Standorten entlang der Strecke sind dabei einige dauerhafte Kunstobjekte entstanden, die sich mit dem Wandel von Natur und Landschaft auseinandersetzen.

Von ihrer imposantesten Seite zeigt sich die Seseke in Bergkamen im Bereich des sogenannten „Sesekeknies“. Hier weitet sich ihr Flussbett auf bis zu 30 Meter aus. In der Mitte platzierte der Schweizer Künstler Thomas Stricker eine „künstliche Insel“, bestehend aus ungewöhnlichen Bäumen und Sumpfympressen kombiniert mit Schachtelhalm und sehr alten Pflanzenarten, die eher selten im Landschaftsraum vorkommen.

Auch GPS-Informationen sind unter www.seseke-weg.de als Download verfügbar.

Seseke-Weg auf Papier

Wer doch lieber nach einer guten alten Karte auf Papier radelt oder wandert, kann diese vom LIPPEVERBAND kostenlos beziehen. Die Karte mit dem Titel „Radwandern an der Seseke“ ist unter der Mailadresse grotehans.felix@eglv.de bzw. telefonisch unter 0201-104-2663 zu bestellen. Es handelt sich dabei aber nicht um eine großformatige Landkarte. Vielmehr wird ausschließlich der konkrete Kartenausschnitt mit dem Se-sekeweg zwischen

Bönen und Lünen im 1:50.000-Maßstab mit zahlreichen Zusatzinformationen dargestellt.

TuS hat freie Plätze in der Problemzonengymnastik

Der TuS Weddinghofen hat in seiner Gruppe „Problemzonengymnastik“ noch Plätze frei. Jeden Mittwoch treffen sich Interessierte von 16.30 Uhr bis 17.30 Uhr in der Turnhalle I des Gymnasiums Bergkamen. Unter der Leitung von Silke Werner dreht sich alles um die Problemzonen der Frauen. Spezielle Gymnastik für Bauch, Beine und Po stehen auf dem Stundenplan. Hier wird alles getan, damit die Bikinifigur bis zum Sommerurlaub perfekt ist. Mitmachen kann jeder, nach den drei Schnupperstunden ist die Mitgliedschaft im Verein jedoch erforderlich.

VHS Kurs Säure-Base-Haushalt im Gleichgewicht

Tag für Tag entstehen in unserem Körper Säuren. Es handelt sich hierbei meistens um Stoffwechselprodukte, die beim Abbau von Nahrung entstehen. Auch Ernährungsfehler, übermäßiger Verzehr von Genussmitteln, Stress und Hektik und psychische Belastung können uns „sauer“ machen. Entstehen mehr Säuren, als der Körper neutralisieren und ausscheiden kann, so sprechen wir von einer Übersäuerung, die Ursache vieler

Befindlichkeitsstörungen sein kann.

Claudia Lindemann referiert am Donnerstag, 19. März, von 19:00-20:30 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ über den Säure-Basen-Haushalt und erläutert, wie man durch die Anwendung naturheilkundlicher Methoden die Säurelast wieder los wird und seinen Haushalt in ein gesundes Gleichgewicht bringt. Sie gibt Ernährungstipps, informiert über basische Bäder und basische Mineralien und macht Vorschläge für anzuwendende Kräuter und Teezubereitungen. „Steigern Sie Ihr Wohlbefinden durch einen ausgeglichenen Säure-Base-Haushalt“, rät die Heilpraktikerin. Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist ein Kursentgelt in Höhe von 9,00 € zu entrichten.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 3401 ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284952 oder 284954 möglich. Interessierte können sich auch jederzeit online über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Annika will leben: Viele wollen helfen und können es auch

Das Schicksal der 28-jährigen Annika aus Bergkamen lässt kaum jemanden unberührt. Sie leidet an einem Non-Hodgkin-Lymphom und benötigt dringend eine Stammzellspende, um überleben zu können. Viele wollen ihr helfen.

Das zeigt die Resonanz auf unsere Berichterstattung. Und viele können es auch. Das sagt Bettina Steinbauer, Aktionsleiterin der Spenderneugewinnung bei der DKMS Deutsche Knochenmarkspenderdatei, in einem Interview. **Die Typisierungsaktion für Annika findet statt am Sonntag, den 8. März 2015 von 11:00 bis 17:00 Uhr in der Hellweg-Schule, Rünther Straße 80, in Bergkamen.**



Annika aus Bergkamen hofft auf eine Stammzellenspende.

Frage: Wer kommt als Spender in Frage, wer nicht?

[Bettina Steinbauer] Grundsätzlich kommt jeder gesunde Mensch zwischen 17 und 55 Jahren, der mindestens 50 kg wiegt, als Spender in Frage. Ausschlussgründe sind unter anderem schwere Erkrankungen des Herzens oder der Lunge, Krebserkrankungen, Hepatitis B, C oder D oder auch chronische Erkrankungen wie beispielsweise Diabetes. Für Detailfragen steht am Aktionstag ein DKMS- Betreuer vor Ort zur Verfügung.

Warum ist die Altergrenze auf 55 Jahre beschränkt?



Bettina Steinbauer
von der DKMS

[Bettina Steinbauer] Ein höheres Spenderalter gilt nach Literaturlage als eindeutiger Risikofaktor für den Erfolg der Transplantation. Aus diesem Grund gibt es einen Konsensus zwischen medizinischer Dachgesellschaft, den Spenderdateien und dem Zentralregister, der diese bekannte Altersobergrenze für Deutschland festgelegt hat. Und dies übrigens im internationalen Vergleich recht großzügig; es gibt Dateien in Nachbarländern, die bereits bei 35 die Obergrenze setzen. All unsere Spender bleiben bis zur Vollendung des 61. Lebensjahres in der DKMS als potentieller Stammzellspender aktiv.

Frage: Wie läuft die Registrierung am Aktionstag ab?

[Bettina Steinbauer] Nach dem Ausfüllen einer Einverständniserklärung werden dem Spender fünf Milliliter Blut aus der Armvene entnommen. Das Blut wird anschließend in einem Labor typisiert. Für den Spender ist das am Aktionstag zunächst eine Sache von 5-10 Minuten und ein kleiner Pieks. Damit ist der erste Schritt getan, um einem Menschen das Leben retten zu können.

Frage: Wonach wird die Blutprobe untersucht?

[Bettina Steinbauer] Bei einer Typisierung werden die Gewebemerkmale des Blutes bestimmt. Die Blutgruppe spielt hier keine Rolle. Die Befunde werden anschließend anonymisiert an das Zentrale Knochenmarkspender Register (ZKRD) in Ulm weitergeleitet, wo sie für Patientenanfragen aus dem In- und Ausland zur Verfügung stehen.

Frage: Die Aufnahme in die DKMS kostet 50 Euro. Wofür wird das Geld benötigt?

[Bettina Steinbauer] Die Bestimmung der Gewebemerkmale des Blutes ist eine sehr aufwendige Laboruntersuchung. Für die Neuaufnahme eines potenziellen Lebensspenders entstehen der DKMS Kosten in Höhe von 50,- Euro, die weder von den Krankenkassen übernommen noch staatlich bezuschusst werden, sondern allein durch Spendengelder finanziert werden müssen. Wir wissen natürlich, dass nicht jeder seine Typisierungskosten selbst tragen kann. Aber auch kleine Beträge helfen. Jeder Euro zählt!

Frage: Wann kommt man als Stammzellenspender in Frage?

[Bettina Steinbauer] Die Gewebemerkmale von Patient und Spender müssen nahezu hundertprozentig übereinstimmen, damit eine Transplantation erfolgreich durchgeführt werden kann. Anders als bei den verschiedenen Blutgruppen, ist die Übereinstimmung der Gewebemerkmale zweier Menschen allerdings äußerst selten. Deshalb ist es sehr wichtig, dass so viele Menschen wie möglich als potenzielle Stammzellspender registriert sind.

Frage: Was geschieht mit den Blutproben, die abgegeben werden?

[Bettina Steinbauer] Alle Blutproben der Aktion werden sofort nach der Aktion ins Labor gebracht und untersucht! Im Labor werden zehn Gewebemerkmale analysiert. Entscheidend für eine Stammzellspende ist die Übereinstimmung von mindestens acht Gewebemerkmalen zwischen Patient und

Spender.

Frage: Gesetzt den Fall, die HLA-Merkmale eines Spenders stimmen mit denen eines Patienten überein. Was geschieht danach?

[Bettina Steinbauer] Kommt man als Spender für einen Patienten in Frage, kommt es zu einer Bestätigungstypisierung. Der potenzielle Spender wird gebeten, erneut eine Blutprobe abzugeben. Wird der Befund bestätigt, ist der Zeitpunkt gekommen, an dem sich der potenzielle Spender endgültig entscheiden muss, ob er für den Patienten zur Verfügung stehen will. Wenn er „ja“ sagt, wird bei ihm ein gründlicher Gesundheits- Check-up durchgeführt.

Die bloße Registrierung bei der DKMS beinhaltet zunächst nicht die bindende Verpflichtung zu einer tatsächlichen Stammzellspende. Denn oft kommt es erst nach Jahren zu einer Anfrage für eine Stammzellspende und in dieser Zeit können im Leben eines Spenders Umstände (z.B. Krankheiten) eingetreten sein, die eine Stammzellspende unmöglich machen. Natürlich sollte jeder zum Zeitpunkt der Typisierung grundsätzlich zu einer Spende bereit sein.

Frage: Was passiert bei einer Knochenmark- oder Stammzellentnahme?

[Bettina Steinbauer] Es gibt zwei verschiedene Entnahmeverfahren:

1. Seltener durchgeführt wird inzwischen die Knochenmarkentnahme, bei der dem Spender das Blut-Stammzellgemisch unter Vollnarkose direkt aus dem Beckenkamm (nicht Rückenmark!) entnommen wird. Es bildet sich übrigens nach zwei Wochen wieder vollständig nach.

2. Die wesentlich häufigere Methode (80%) ist die periphere Stammzellentnahme: Dem Spender wird über mehrere Tage ein Medikament verabreicht, welches die Produktion der Stammzellen im Knochenmark anregt und diese in die Blutbahn ausschwemmt. Nach dieser Vorbehandlung werden die Stammzellen über ein spezielles Verfahren aus dem Blut gesammelt

Frage: Muss sich der Spender auf einen längeren Krankenhausaufenthalt gefasst machen?

[Bettina Steinbauer] Bei der Knochenmarkentnahme aus dem Beckenkamm ist in der Regel ein Krankenhausaufenthalt von etwa drei Tagen erforderlich (1. Tag: Aufnahme, 2. Tag: Entnahme, 3.Tag: Entlassung). Der ganze

Eingriff selbst dauert etwa eine Stunde.

Die periphere Entnahme der Stammzellen erfolgt ambulant in einer Entnahmeklinik und dauert in der Regel drei bis vier Stunden. Eventuell ist eine zweite Entnahme am Folgetag notwendig. Der Spender wird nicht stationär aufgenommen sondern übernachtet im Hotel.

Frage: Was sind die Anzeichen für einen Erfolg einer Stammzelltransplantation?

[Bettina Steinbauer] Nach etwa zwei bis vier Wochen gibt der Anstieg der weißen Blutkörperchen erste Anhaltspunkte dafür, ob die neuen Stammzellen ihre Aufgabe aufgenommen haben und – wie gewünscht – gesunde Blutzellen bilden. Ist beim Patienten ein stetiger Anstieg weißer Blutkörperchen nachweisbar ist, steigt auch seine Chance auf ein zweites Leben.

Frage: Welche Risiken gibt es bei der Stammzellentnahme?

[Bettina Steinbauer] Bei der Knochenmarkentnahme besteht gegebenenfalls für ein paar Tage ein lokaler Wundschmerz. Das Risiko beschränkt sich bei dieser Methode auf das übliche Narkoserisiko.

Bei der peripheren Stammzellentnahme können während der Stimulation (Anregung) der Stammzellproduktion durch die körpereigene Substanz G-CSF Gliederschmerzen auftreten, die mit denen während einer Grippe vergleichbar sind. Diese können mit einem leichten Schmerzmittel sehr gut behandelt werden. Mit der Spende klingen die Schmerzen umgehend ab.

Frage: Welches Krankenhaus entnimmt dem Spender Stammzellen?

[Bettina Steinbauer] Die DKMS kooperiert bundesweit mit ausgesuchten und routinierten Entnahmezentren. Die gesamte Reiseabwicklung inklusive Unterkunft übernimmt die DKMS für ihre Spender. Dem Spender entstehen keine Kosten.

Frage: dürfen sich Patient und Spender kennenlernen?

[Bettina Steinbauer] Die deutschen Richtlinien sehen vor, dass sich Spender und Patient erst zwei Jahre nach der Spende persönlich kennenlernen dürfen. In der Zwischenzeit können Spender bereits anonym Kontakt zum Patienten aufnehmen: Über die DKMS können Briefe oder Geschenke ausgetauscht werden. Nach Ablauf der vorgesehenen Kontaktsperre können Spender und Patient sich auch direkt schreiben oder persönlich treffen –

wiederum über die DKMS vermittelt, vorausgesetzt Sie und der Patient sind einverstanden. Unsere Erfahrung über die Jahre zeigt: Viele Spender und Patienten wollen einander kennen lernen. Die Begegnungen von Spendern und Patienten sind immer wieder sehr berührende Momente. Nicht selten entstehen tolle Freundschaften.

Kontakt zu Patienten im Ausland:

Bei Spenden ins oder aus dem Ausland gelten häufig andere Regelungen hinsichtlich Kontaktmöglichkeiten von Spender und Patient. Manche Länder sind freizügiger, andere lassen gar keinen Kontakt zu. Die DKMS hilft auch hier gerne dabei, Spender und Patient zusammenzubringen, sofern dies rechtlich erlaubt ist.

Neues Dialysezentrum am Hellmig-Krankenhaus eingeweiht

Mit dem neuen Dialysezentrum im Hellmig-Krankenhaus Kamen, das jetzt offiziell eingeweiht wurde, hat sich die Zahl der Dialyseplätze in der Stadt mehr als verdoppelt. Kürzere Wartezeiten, kurze Wege und hohe medizinische Kompetenz versprechen sich Betreiber und das Klinikum Westfalen von der neue Einrichtung.



Diavital-Geschäftsführer Georg Wirtz und Michael Kleinschmidt, Geschäftsführer des Klinikums Westfalen beim Gang durch die Räume des neuen Dialysezentrums.

Mit 49 Dialyseplätzen und einer Gesamtinvestition von rund 2 Millionen Euro zählt die Dialyse in Kamen ab sofort zu den

landesweit modernsten und größten Dialyse-Zentren überhaupt.

„Das neue Dialysezentrum führt die Vielzahl von Investitionsprojekten am Hellmig-Krankenhaus seit der Fusion fort“, betonte der 1. Direktor der Knappschaft Bahn See, Dr. Georg Greve. Er erinnerte bei der Einweihung an vorangegangene Investitionsprojekte, wie die neue internistische Funktionsabteilung, die Kernsanierung der Stationen in der 3. Etage und die ebenfalls mit Kooperationspartnern realisierte neue Radiologie und neue Physiotherapie und Reha.



Symbolische

Schlüsselübergabe für das neue Dialysezentrum im Hellmig-Krankenhaus mit (v.l.) Dr. Georg Greve (1. Direktor Knappschaft-Bahn-See), Michael Kleinschmidt (Geschäftsführer Klinikum Westfalen) sowie Georg Wirtz und Christiane Pätzold (Diavital).

Das neue Kamener Dialysezentrum „Diavital“ ist hervorgegangen aus der bisherigen Dialysepraxis an der Westicker Straße und wird geleitet von Georg Wirtz und Christiane Pätzold. Sie arbeiteten schon bisher mit dem Krankenhaus zusammen. Künftig aber ist das Dialysezentrum direkt im Krankenhaus angesiedelt in aufwändig umgestalteten Räumlichkeiten mit einer Fläche von 1.100 Quadratmetern.

Der hohe bauliche Aufwand habe sich gelohnt, ist Michael Kleinschmidt überzeugt, Geschäftsführer im Klinikum Westfalen. Für Patienten bedeute dies Betreuung aus einem Guss an einem Standort bei stationärer wie ambulanter Therapie. Das neue Angebot sei ein weiterer Schritt im Bemühen um höchste

Kompetenz am Kamener Krankenhausstandort.

Der Geschäftsführer des Dialysezentrums, Georg Wirtz, belegte den Bedarf an der neuen, nach modernstem Stand der Technik aber auch unter Wohlfühlaspekten eingerichteten Praxis mit eindrucksvollen Zahlen. 2,5 Millionen Menschen in Deutschland leiden unter Nierenerkrankungen, die mit Funktionsstörungen einhergehen. Er freue sich darüber, den Versorgungsaufwand für Betroffene in der Region zusammen mit dem Krankenhaus ausfüllen zu können.

Kreis legt Gesundheitsbericht vor – Soziale Lage beeinflusst Gesundheit

173 Seiten, 11 Kapitel, unterschiedlichste Grafiken und unzählige vom Kreis oder dem Land erhobene Daten geben erstmals in diesem Umfang und in dieser Tiefe Auskunft über ein hohes Gut: die Gesundheit der Menschen im Kreis.

Unter dem Titel „Gesundheitsprofil 2014“ verbirgt sich eine vom Gesetzgeber vorgesehene kommunale Gesundheitsberichterstattung. In den letzten Jahren konzentrierte sich der Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz auf die Aufarbeitung von Schwerpunktthemen wie etwa Sucht und Prävention, Kindergesundheit, Gesundheit von Migranten oder der Situation von Menschen mit Behinderung.

Nun gibt es nach 2003 zum zweiten Mal – erstmals allerdings in dieser Qualität und Aussagekraft im Hinblick auf die künftige Gesundheitspolitik – wieder eine klassische Gesundheitsberichterstattung.

In dem im Fachausschuss vorgestellten Bericht wurden Kreisdaten und – wo kommunale Zahlen (noch) nicht vorliegen – Statistiken des Landes zu Demografie, zum Gesundheitszustand und -verhalten sowie zur Gesundheitsversorgung zusammengetragen. Auch den Themen „Gesund Aufwachsen“ und „Gesund Altern“ werden eigene Beiträge gewidmet. Weitere Kapitel beschäftigen sich mit dem Zusammenhang von sozialer Lage und Gesundheit sowie der Bedeutung von Umwelteinflüssen für die Gesundheit der Menschen im Kreisgebiet.

Deutlich macht das Zahlenmaterial den Zusammenhang zwischen guter Gesundheit und sozialer Situation bzw. dem sozialen Umfeld. So spielen das verfügbare Einkommen und das Bildungsniveau, aber auch weitere soziale Komponenten wie Arbeitslosigkeit, die berufliche Position, Sozialhilfebezug oder Herkunft und Sprache, für eine Reihe von Krankheiten und für die Lebenserwartung eine wichtige Rolle. Je geringer das Bildungsniveau bzw. das Einkommen – so das Fazit unterm Strich – desto größer die Wahrscheinlichkeit einer ganzen Reihe von Krankheiten.

Besondere Herausforderungen zeichnen sich für die Kommunen Bergkamen, Bönen und Lünen ab. Hier liegt das Pro-Kopf-Einkommen deutlich unter dem Kreisdurchschnitt und die durchschnittliche Arbeitslosigkeit fällt – zumindest in Lünen und Bergkamen – deutlich höher aus als im restlichen Kreisgebiet.

Entgegen eines zu erwartenden steigenden Bedarfes an gesundheitlichen Versorgungsleistungen wird sich der Umfang der hausärztlichen Versorgung aber nicht etwa erhöhen, sondern, durch erhebliche Reduzierung der Anzahl der Hausärzte, bereits bis zum Jahr 2019 signifikant verringern.

Ein komplett anderes Bild zeichnet sich bei einzelnen Erkrankungsarten ab. So sind die Sterbefälle aufgrund von Herz-Kreislauf -erkrankungen im Kreis seit 1998 um nahezu zwei Drittel gesunken. Neben einer stark verbesserten medizinischen

Versorgung wird hierbei deutlich, dass die zahlreichen Maßnahmen im Rahmen der Herz-Kreislauf-Prävention greifen und nachhaltig Wirkung zeigen.

Besonders erfreulich ist auch die Tatsache, dass im Kreis immer mehr Eltern die letzte Vorsorgeuntersuchung ihrer Kinder vor Besuch der Kindertagesstätte wahrnehmen. Konnten hier im Jahre 2005 noch erhebliche regionale Unterschiede im Kreis Unna festgestellt werden, so liegen die Untersuchungsraten inzwischen in allen Kommunen des Kreises flächendeckend bei über 90 Prozent.

Der Gesundheitsbericht ist Basis für die weitere inhaltliche Ausrichtung des Kreises als öffentlicher Gesundheitsdienst und für die Politik als richtungsweisender Weichensteller. Dass etwas getan werden muss und was dies sein könnte, ist im letzten Kapitel – dem Ausblick – nachzulesen.

So wird z.B. die Durchführung einer Bevölkerungsbefragung angeregt, um von den Menschen Auskünfte über die persönliche Einschätzung ihrer Gesundheit und über ihre Bereitschaft, das Gesundheitsverhalten zu überprüfen, zu erhalten. Auf dieser Datenbasis könnten Projekte und Präventionsprogramme für die Gesundheit der Kreisbewohner wirksamer, nachhaltiger und letztlich erfolgsversprechender umgesetzt werden.,

Für die Zukunft wird außerdem eine Gesundheitsberichterstattung orientiert an sozialräumlichen Kriterien, also der Beschaffenheit des Wohnumfeldes, für notwendig erachtet, um gesundheitsfördernde Interventionen und Prävention zielgerichtet dort anzubieten, wo soziale Auffälligkeiten und schwierige Lebenslagen offenkundig werden.

28-jährige Annika aus Bergkamen will leben – Typisierungsaktion in der Hellwegschule

Die 28-jährige Annika aus Bergkamen leidet am Non-Hodgkin-Lymphom, einer schweren Erkrankung des blutbildenden Systems. Nur eine Stammzelltransplantation kann ihr Leben retten. Um ihr und anderen Patienten zu helfen, veranstalten Annikas Familie und Freunde gemeinsam mit der DKMS Deutsche Knochenmarkspenderdatei gemeinnützige am Sonntag, 8. März, in der Hellwegschule in Rünthe eine Registrierungsaktion. Jeder kann helfen: Wer gesund und zwischen 17 und 55 Jahre alt ist, darf sich als Spender registrieren lassen und jeder kann Geld spenden, um die Typisierungen finanziell zu ermöglichen.



Annika aus Bergkamen.

Ende Juli 2014 entdeckte Annika am Schlüsselbein einen kleinen Knoten. Ihr Hausarzt schickte sie zur Abklärung zu verschiedenen Fachärzten: „Normaler Lymphknoten“ lautete die Diagnose, „machen Sie sich keine Sorgen.“ Nach drei Wochen hatte sich der Knoten auf Golfballgröße ausgedehnt. Erst jetzt

wurde die junge Frau stationär aufgenommen und der Knoten operativ entfernt. Man teilte ihr mit, dass damit alles ausgestanden sei und sie sich nur noch etwas schonen sollte. Doch schon nach kurzer Zeit bildete sich ein zweiter Knoten. Verständlicherweise beunruhigt, ließ sich Annika in die Lungenklinik in Hemer verlegen. Dort erhielt sie nach kurzer Zeit die niederschmetternde Diagnose: Lymphknotenkrebs!!!

Zurück in Dortmund wurde zügig mit der Chemo begonnen. Nach bereits drei Zyklen erhielt sie die positive Nachricht, dass keine Lymphknoten mehr erkennbar seien. Weihnachten war Annika wieder zu Hause und fühlte sich richtig gut. Im Januar 2015 fuhr sie zu einer speziellen Kontrolle nach Münster. Doch noch vor der Auswertung aller Untersuchungen hatte sich bereits wieder ein Lymphknoten am Schlüsselbein gebildet. Wieder wurde sie stationär aufgenommen, der Knoten abermals entfernt und mit einer weiteren Chemotherapie gestartet – die Annika diesmal jedoch nur mit schweren Nebenwirkungen überstand. Inzwischen steht fest: nur eine Stammzelltransplantation kann ihr Leben retten. Bisläng wurde aber weltweit noch kein passender Spender für Annika gefunden.

Annika ist ein Familienmensch



Annika mit ihren Geschwistern

Annika ist ein ausgesprochener Familienmensch. Sie liebt die regelmäßigen Spieleabende mit ihren Geschwistern Svenja, Nils und Yannick. Auch der Freundeskreis spielt für Annika eine große Rolle. Ihre herzliche, hilfsbereite und soziale Art wird überall geschätzt. In der jetzigen schwierigen Situation geben ihr die Freunde all das durch eine große Hilfewelle zurück.

Als großer und treuer BVB-Fan ist Annika Mitglied des BVB 09 und begleitet ihren Verein durch Höhen und Tiefen. Mit ihren Brüdern geht sie bei Wind und Wetter ins Fußballstadion. Ihr großes Idol ist Stefan Reuter, für ihn hat Annika als kleines Kind geschwärmt, das hat sich bis heute nicht geändert.

Wenn man Annika heute fragt, was sie sich wünscht, antwortet sie: „einen Menschen mit passenden Stammzellen, der bereit ist, mein Leben zu retten.“ Und wenn dieser Wunsch in Erfüllung ginge? „Einmal nach San Francisco fliegen, auf der Golden-Gate Brücke stehen und hinunterspucken. Das wäre großartig!“

Svenja, Annika Schwester, weicht nicht von ihrer Seite: „Als Annikas eineiiger Zwilling ist es für mich sehr schwer, die Situation zu bewältigen. Seit Geburt sind wir unzertrennlich. Auf Annika kann ich immer zählen. Ein Leben ohne sie kann und will ich mir nicht vorstellen. Ohne meine zweite Hälfte bin ich auch nur ein halber Mensch. Deshalb bitte ich im Namen meiner ganzen Familie: lasst euch typisieren. Für jeden von uns dauert die Teilnahme nur fünf Minuten – für meine Schwester aber die Chance auf ein zweites Leben.“

Die Aktion findet statt am:

Sonntag, den 8. März 2015, von 11:00 bis 17:00 Uhr in der Hellwegschule, Rünther Straße 80, Bergkamen

Mitmachen kann grundsätzlich jeder gesunde Mensch zwischen 17 und 55 Jahren. Nach dem Ausfüllen einer Einverständniserklärung werden dem Spender fünf Milliliter Blut abgenommen, damit seine Gewebemerkmale bestimmt (typisiert) werden können.

Genauso wichtig ist auch die finanzielle Unterstützung der Aktion. Die Auswertung einer einzelnen Blutprobe im Labor kostet die DKMS 50 Euro. Als gemeinnützige Gesellschaft ist die DKMS bei der Spenderneugewinnung allein auf Geldspenden angewiesen. Um die geplante Aktion überhaupt durchführen zu können, benötigen wir Ihre finanzielle Hilfe! Jeder Euro zählt!

DKMS-Spendenkonto

Commerzbank Hamm

IBAN DE93 4104 0018 0508 0858 00

BIC COBADEFFXXX

Weitere Infos unter www.dkms.de.