# STIFTUNGSBERICHT 2018





Am Kümmerling 24 - 26 55294 Bodenheim Fon +49 6135 70550-0 Fax +49 6135 70550-11 www.neutec-chemie.com

BIOLOGISCH-TECHNISCHE SPEZIALPRODUKTE



"Es ist für uns eine

### Herzensangelegenheit,

die hervorragende Arbeit der Stiftung Mainzer Herz

### zu unterstützen!"

Fred Wedell, Geschäftsführer NEUTEC CHEMIE GmbH

Die **NEUTEC CHEMIE GmbH** ist ein modernes, familiengeführtes Unternehmen, das seit 1980 erfolgreich biologisch-technische Spezialprodukte vorwiegend aus nachwachsenden Rohstoffen herstellt und vertreibt. Mit der kontinuierlichen Entwicklung und Weiterentwicklung ihrer Produkte aus den Bereichen Reinigung, Entfettung, Wartung und Oberflächenversiegelung sowie ihrer Spezialschmierstoffe im engen Dialog mit ihren Kunden ist die **NEUTEC CHEMIE GmbH** der ideale Partner für alle Industrie-, Dienstleistungs- und Handwerksbetriebe.

Immer eine saubere Lösung!

www.neutec-chemie.com



Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel

Sehr verehrte Damen und Herren, liebe Unterstützer der STIFTUNG MAINZER HERZ.

ich freue mich, Ihnen hiermit den nunmehr 11. Jahresbericht der STIFTUNG MAINZER HERZ präsentieren zu können! Das vergangene Jahr war wieder ein erfolgreiches Jahr für die Stiftung.

Und erfolgreich geht es auch im Jahr 2019 weiter mit der Durchführung der 10. Kinderakademie Gesundheit, dem Präventionsprogramm für Kinder und Schüler. Was 2010 in einem kleinen Pilotprojekt mit insgesamt drei Schulklassen begann, ist mittlerweile unser wichtigstes Projekt geworden: Gesundheitsunterricht für rund 50 Schulklassen aus Rheinland-Pfalz, dem Saarland und Hessen mit ca. 1.300 bis 1.400 Teilnehmern im Alter von 11 bis 14 Jahren pro Jahr.

Im Vordergrund des insgesamt 4-stündigen Unterrichts stehen die Themen:

- Die Gefahren von Zigaretten, Shisha und E-Zigaretten
- Wie funktioniert unser Herzkreislauf
- Was ist gesunde Ernährung
- Warum sollte ich regelmäßig Sport treiben
- Wie funktioniert eine Wiederbelebung von Personen mit einem plötzlichen Herztod

Die Stiftung macht sich Sorgen über die Entwicklung im Bereich E-Zigaretten. Die E-Zigarette JUUL ist seit dem 1. Januar 2019 auch in Deutschland zugelassen. Ihre Kennzeichen: hoher Nikotingehalt und hohes Suchtpotential. In den USA benutzt anscheinend

schon jeder fünfte Teenager diese Zigarette, mit der ein hohes Umsteigepotential auf normale Zigaretten und Shisha einhergeht. Diese Entwicklung ist in der Tat alarmierend. Ich habe daher versucht, die aktuelle Situation zusammenzufassen und darauf hinzuweisen, dass die E-Zigaretten bei Weitem nicht so ungefährlich sind, wie von der Zigarettenindustrie suggeriert wird.

Beginnen wird der Jahresbericht jedoch mit der traurigen Meldung, dass Hans-Artur Bauckhage, unser langjähriger Vorstandsvorsitzender, plötzlich verstorben ist. Unser Dank gilt ihm und seinem unermüdlichen Engagement für die Stiftung. Wir werden ihn sehr vermissen.

Zu Beginn des Jahresberichtes werde ich zudem wieder interessante Themen und wichtige Studien im Bereich Kardiologie vorstellen, die Ergebnisse hervorbrachten, die zu einer Änderung in der Diagnostik und Therapie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen geführt haben. In diesem Jahr betrifft es Studien mit den Themen:

- Mitralklappe Der Mitraclip® verbessert die Lebensqualität und Lebenserwartung von Patienten mit einer Herzschwäche
- Koronare Herzerkrankung Herzinfarkte häufen sich besonders an Weihnachten
- Prävention Aspirin ist im Bereich Primärprävention aufgrund neuester Studien nach wie vor umstritten

Die Veranstaltungen "STIFTUNG MAINZER HERZ informiert..." hatten 2018 einen großen Zulauf, was mitunter auch den interessanten Themen und Referenten wie "Gesunde Ernährung" mit Johann Lafer, "Wiederbelebung" mit Prof. Bernd W. Böttiger aus Köln und "Blutverdünnung bei Vorhofflimmern" mit Prof. Thomas Meinertz aus Hamburg lag.

Im Juni führten wir unser 6. Golfturnier mit dem Namen "Benefiz-Golfturnier zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie" durch. Die Resonanz war wie immer großartig. Es kamen 30.000 Euro zur Unterstützung der weltweit größten Präventionsstudie zusammen.

**Udo Lindenberg** hat der Stiftung wieder ein Bild gemalt und zur Verfügung gestellt. Das Bild mit dem spannenden Titel FEIN(D)STAUB hat bei der Versteigerung einen Preis von 20.000 Euro erzielt. Der Erlös wird, wie von Udo gewünscht, zu 100% in die Feinstaubforschung des Zentrums für Kardiologie investiert werden.

Ebenfalls im November fand unser traditioneller Mainzer Herz-Stiftungsball statt, nun bereits zum 8. Mal. Mit den Einnahmen des Abends in Höhe von 125.000 Euro werden wir in diesem Jahr in erster Linie die Kinderakademie Gesundheit, die Gutenberg-Gesundheitsstudie und die Forschung im Bereich Luftverschmutzung und Lärm unterstützen.

Auch in diesem Jahr haben wir das **Thema Wiederbelebung** bzw. die Anleitung zur
Wiederbelebung in unser Heft mit aufgenommen.
Das Ergreifen von sofortigen Maßnahmen zur
Wiederbelebung im Notfall ist ein extrem wich-

tiges Thema. Bei korrekter Durchführung der Methode können mit doch relativ geringem Aufwand unglaublich viele Leben gerettet werden. So finden Sie in diesem Stiftungsheft den dramatischen Erlebnisbericht eines Elternpaares, das die eigene Tochter erfolgreich reanimieren konnte.

Im Namen des Vorstandes und des Kuratoriums der STIFTUNG MAINZER HERZ möchte ich mich bei all unseren Förderern für die herausragende Unterstützung in den letzten 10 Jahren bedanken und der Hoffnung Ausdruck geben, dass Sie uns treu bleiben und uns weiterhin im Kampf gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen unterstützen.

Schauen Sie sich unseren Projektplan für das Jahr 2019 an, den wir am Anfang des Jahresberichtes vorstellen. Hier sind unsere Leuchtturmprojekte Kinderakademie Gesundheit und Gutenberg-Gesundheitsstudie genannt, die wir auch im Jahr 2019 neben unseren Forschungsaktivitäten in erster Linie finanziell unterstützen wollen.

Wir würden uns auch über eine Unterstützung in Form einer Mitgliedschaft im Freundeskreis oder Kuratorium freuen.

Min rel

Mit herzlichen Grüßen

lhr

Thomas Münzel



an alle, die die Stiftung Mainzer Herz in den letzten Jahren durch Spenden, Mitgliedschaft im Freundeskreis oder Kuratorium und durch ehrenamtliche Mitarbeit und Zeit unterstützt haben.

Wir alle gemeinsam haben viel erreicht!





### Projektplan der Stiftung Mainzer Herz 2019

In den Bereichen Forschung, Prävention und Patientenversorgung haben wir für das Jahr 2019 insgesamt **vier Projektbereiche** identifiziert, die wir durch Ihre Spenden unterstützen möchten. Schwerpunkte sind wiederum ein für Kinder konzipiertes Präventionsprogramm zum Thema Herz, Übergewicht, Raucherprävention, und ein Wiederbelebungstraining sowie die vorklinische und klinische Forschung.

Projektbereich	Thema	Finanzieller Bedarf
Projektbereich	Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz  Herz-Kreislauf-Physiologie  Übergewicht  Gesunde Ernährung  Raucherprävention  Begehbares Herzmodell  Filme zu den Themen Rauchen, Übergewicht sowie Funktion des Herz-Kreislauf-Systems  Wiederbelebungstraining  Einteilung in Frühjahrs- und Herbstakademie mit jeweils 20 Schulklassen	Finanzieller Bedarf 60.000 Euro
2	Gutenberg-Gesundheitsstudie  Gutenberg-Gesundheitsstudie	50.000 Euro
3	Qualifizierungslehrgänge für die Krankenpflege	20.000 Euro
4	Vorklinische Forschung zum Thema Lärm und Herz-Kreislauf-Erkrankungen	100.000 Euro
	Insgesamt:	230.000 Euro

### Veranstaltungen / Aktionen 2019

### der Stiftung Mainzer Herz

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
14. März	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	<ul><li>Die neuen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren</li><li>Lärm</li><li>Umweltverschmutzung</li></ul>	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
20. Mai – 14. Juni	Frühjahrs- Kinderakademie Gesundheit	<ul> <li>Raucherprävention</li> <li>Gesunde Ernährung</li> <li>Herz-Kreislauf-System</li> <li>Begehbares Herz</li> <li>Wiederbelebungstraining</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum + Sondertermin Opel-Arena
26. Juni	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	Informieren Sie sich zeitnah über die Themen dieser Veranstaltung und erfahren Sie das Neueste über die STIFTUNG MAINZER HERZ unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
5. Juli	7. Benefiz-Golfturnier	Fundraising für die Gutenberg-Gesundheitsstudie  Benefiz-Golfturnier der Stiffung Mainzer Herz Teponen der Comeber Grandhammula Freilag, S. Juli 2019 Higher Willens Higher Willens Higher Willens Ammidianklass 31.3. 2019  Mandra Mandr	Golfclub Rheinhessen Wissberg



Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
16. Oktober	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert" Abend, für Patienten, Angehörige und Interessierte	Informieren Sie sich zeitnah über die Themen dieser Veranstaltung und erfahren Sie das Neueste über die STIFTUNG MAINZER HERZ unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de	DRK Krankenhaus Alzey
5. November	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert" Abend, für Patienten, Angehörige und Interessierte	Informieren Sie sich zeitnah über die Themen dieser Veranstaltung und erfahren Sie das Neueste über die STIFTUNG MAINZER HERZ unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
4. November – 29. November	Herbst- Kinderakademie Gesundheit	<ul> <li>Raucherprävention</li> <li>Gesunde Ernährung</li> <li>Herz-Kreislauf-System</li> <li>Begehbares Herz</li> <li>Wiederbelebungstraining</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum
16. November	Für westere Aus wenden Sie sich Telefon: 440 (n)	Fundraising Event für die Kinderakademie Gesundheit und die Gutenberg-Gesundheitsstudie   Mainzer  Stiftungsball  Amstag,  Jember 2019  Sküntte und Informationen in bitte an das Stiftungsbüro. 6131-62 31 473 rzstiftung-mainzer-herz.de	Kurfürstliches Schloss zu Mainz Beginn 18 Uhr

### Unsere aktuellen Öffnungszeiten: Immer – Überall.













Online-Banking

ng VR-Banking Ap

19.600 Geldautomate

bezahlen

ezahlen

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

#### Online und persönlich für Sie da

Profitieren Sie von den Leistungen unseres ServiceCenters unter 06131 4971-0, dem Online-Banking unter www.vb-alzey-worms.de, Ihrem Filialservice vor Ort oder Ihrer VR-Banking-App. Wir sind für Sie da, wann und wo Sie wollen.

#### Starten Sie jetzt den Download:





www.vb-alzey-worms.de



### WIR BAUEN IHRE TRAUMWOHNUNG









Seit fast 60 Jahren sind wir erfolgreich in unserer Branche. Erstklassige Immobilien provisionsfrei vom erfahrenen Bauträger.

Fischer+Co
BAUTRÄGER SEIT 1960

Hintere Bleiche 11 · 55116 Mainz · 06131/270500

Im Jahr 2018 hatten wir den Verlust des langjährigen Vorstandvorsitzenden und "Motors" der Stiftung Mainzer Herz, Hans-Artur Bauckhage, zu beklagen.

# Zum Tod von Hans-Artur Bauckhage unserem langjährigen Vorstandsvorsitzenden

Hans-Artur Bauckhage war 10 Jahre Vorsitzender der Stiftung. Er hat entscheidend dazu beigetragen, dass die Stiftung in kürzester Zeit in und um Mainz bekannt wurde und somit erfolgreich im Fundraising für die Kardiologie der Universitätsmedizin Mainz.

Dafür sind wir ihm sehr dankbar. Wir werden ihn sehr vermissen!



www.sparkasse-mainz.de

# Miteinander ist einfach.

Wenn der Finanzpartner nicht nur die Region, sondern auch die Menschen kennt.



#### FÜR SIE IN DEN BESTEN LAGEN









### IHRE IMMOBILIENSPEZIALISTEN IN MAINZ UND WIESBADEN

Eigentümern bieten wir eine **kostenfreie** und **unverbindliche Marktpreiseinschätzung** ihrer Immobilie an. Kontaktieren Sie uns, wir freuen uns darauf, Sie persönlich und individuell zu beraten.

Shop Mainz | Rheinstraße 33 | 55116 Mainz | Tel.: 06131 - 97 204 0 | mainz@von-poll.com Shop Wiesbaden | Taunusstraße 43 | 65183 Wiesbaden | Tel.: 0611 - 16 02 72 0 | wiesbaden@von-poll.com

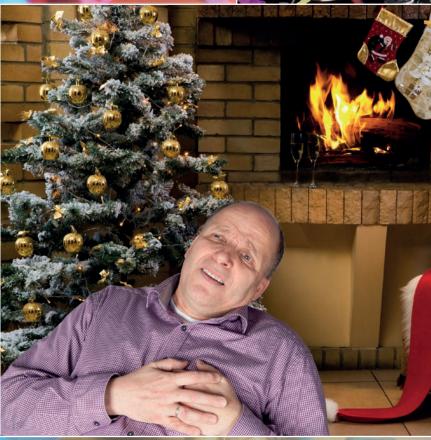


www.von-poll.com

### Highlights im Bereich Kardiologie 2018 – die wichtigsten klinischen Studien







Schlägt Weihnachten aufs Herz?

# Die Herzinfarktgefahr ist am Heiligen Abend am höchsten

# Christmas, national holidays, sport events, and time factors as triggers of acute myocardial infarction: SWEDEHEART observational study 1998-2013

Moman A Mohammad, <sup>1</sup> Sofia Karlsson, <sup>1</sup> Jonathan Haddad, <sup>1</sup> Björn Cederberg, <sup>1</sup> Tomas Jernberg, <sup>2</sup> Bertil Lindahl, <sup>3</sup> Ole Fröbert, <sup>4</sup> Sasha Koul, <sup>1</sup> David Erlinge <sup>1</sup>

Eigentlich kommt der Artikel zu spät ... Weihnachten war ja gerade!

Er kann uns aber helfen, gut vorbereitet ins nächste Weihnachtsfest zu gehen.

Interessant sind Beobachtungen aus Schweden, wo man in einem Zeitraum von 20 Jahren die höchsten Herzinfarktraten am Weihnachtsfest, am Neujahrstag und zur Mittsommerzeit beobachtet hat. Interessanterweise sind große Sportereignisse nicht betroffen, obwohl immer wieder von einer Zunahme an Herz-Kreislauf-Ereignissen insbesondere im Rahmen von spannenden Fußballspielen berichtet wird.

### Welche Faktoren können einen Herzinfarkt auslösen?

Wir wissen heute, dass in erster Linie Lebensstiländerungen, Sport und auch starke Emotionen kurzfristig ein Herzinfarktereignis triggern können.

### Ergebnisse der Schwedischen Studie SWEDEHEART

In einer schwedischen Beobachtungsstudie (SWEDEHEART) mit Daten aus 16 Jahren wurde bei 283.014 untersuchten Patienten mit einem Myokardinfarkt festgestellt, dass die letzte Woche im Jahr das Herzinfarktrisiko betreffend besonders gefährlich zu sein scheint.

- Während der Weihnachts- und Silvesterferien stieg die Herzinfarktrate um 15% gegenüber dem Kontrollzeitraum an.
- An Heiligabend erreichte die Entwicklung ihren Höhepunkt mit einem unglaublichen Plus von 37%.

- Während der Mittsommerferien lag das Infarktrisiko um 12 % höher als in den Vergleichswochen.
  - Als Erklärung wurde von den Autoren vermehrte(r) Ärger, Angst, Traurigkeit und Stress angeführt.
- Am Neujahrstag stieg das Risiko für einen Herzinfarkt um 20% an.
  - Erklärt wurde dies mit übermäßigem Konsum von Alkohol und Speisen sowie Kälteexposition in der Nacht und Schlafmangel.
- Das Herzinfarktrisiko hatte sein Maximum um acht Uhr morgens sowie an Montagen.
- Dagegen lag am Heiligabend die höchste Ereignisrate für einen Herzinfarkt nicht in den frühen Morgenstunden, sondern um 22 Uhr. Es betraf besonders Personen über 75 Jahre und Menschen mit bereits bestehenden Krankheiten wie Diabetes oder einer bereits bestehenden koronaren Herzerkrankung.
- Keinen Einfluss auf die Gesundheit scheinen dagegen die Osterferien und Sportveranstaltungen zu haben.

#### **Fazit**

Am Fest der Liebe sollte man versuchen, Stress zu vermeiden.

### Aspirin bleibt in der Primärprävention umstritten

"Durchwachsene" Ergebnisse in zwei großen Studien, der ASCEND und der ARRIVE Studie

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

#### ORIGINAL ARTICLE

### Effects of Aspirin for Primary Prevention in Persons with Diabetes Mellitus

The ASCEND Study Collaborative Group\*

### **Einführung**

Die Gabe von Acetylsalicylsäure (ASS, Aspirin) in der kardiovaskulären Primärprävention wird in Deutschland zurückhaltend gesehen. Das liegt daran, dass der Plättchenhemmer bei Patienten mit niedrigem Risiko bisher nur geringe positive Effekte gezeigt hat und diesem nur moderaten Nutzen ein deutlich erhöhtes Blutungsrisiko gegenübersteht.

Insofern wartete man mit Spannung auf die Ergebnisse der großen Studien ARRIVE und ASCEND. Die Ergebnisse wurden bei dem europäischen Kongress für Kardiologie (ESC) in München vorgestellt und gleichzeitig in renommierten Fachzeitschriften publiziert.

#### **ARRIVE-Studie**

Hier testete man die 100 mg Dosis bei 12.546 Patienten mit einem geschätzten mittleren 10-Jahres-Risiko von 20 – 30%, einen Herzinfarkt zu erleiden.

#### **ASCEND-Studie**

Hier testete man die Wirkung an 15.480 Patienten mit Diabetes, aber ohne Herz-Kreislauf-Erkrankung.

#### **Ergebnisse**

 In ARRIVE hatte die ASS-Gabe nach fünf Jahren keinerlei Effekte auf die Herz-Kreislauf-Ereignisrate.

Das Risiko für Magen-/Darmblutungen hingegen wurde mehr als verdoppelt.

### THE LANCET

Volume 392, Issue 10152, 22-28 September 2018, Pages 1036-104



Articles

Use of aspirin to reduce risk of initial vascular events in patients at moderate risk of cardiovascular disease (ARRIVE): a randomised, double-blind, placebo-controlled trial

Prof J Michael Gaziano MD <sup>o. f. g.</sup> Ջ , Carlos Brotons MD <sup>a</sup>, Rosa Coppolecchia CO <sup>b</sup>, Prof Claudio Cricelli PhD <sup>c</sup>, Prof Harald Darius MD <sup>d</sup>, Prof Philip B Gorelick MD <sup>h. f</sup>, Prof George Howard DrPH <sup>J</sup>, Thomas A Pearson MD <sup>k</sup>, Prof Peter M Rothwell MD <sup>J</sup>, Prof Luis Miguel Ruilope MD <sup>m</sup>, Michal Tendera MD <sup>n</sup>, Gianni Tognoni MD <sup>o</sup>, ARRIVE Executive Committee

■ In ASCEND hatte niedrigdosiertes ASS bei Patienten mit Diabetes einen positiven Effekt, d.h. das Risiko für schwerwiegende Ereignisse wie Herzinfarkt, Schlaganfall, transitorischischämische Attacke (vorübergehende Durchblutungsstörung des Gehirns) bzw. vaskulärer Tod wurde um 12% reduziert, gleichzeitig stieg jedoch das Risiko für schwerwiegende Blutungen um 29% an.

#### **Fazit**

Die Vorteile werden durch Nachteile aufgewogen.

Aspirin wird im Bereich der Primärprävention nicht generell empfohlen bei Patienten mit erhöhtem kardiovaskulären Risiko und bei Patienten mit Diabetes ohne kardiovaskuläre Erkrankung.



# HAUCK BOCKIUS PARTNER

Beraten.Punktgenau.

Steuerberater & Vereidigte Buchprüfer FÜR SIE IN MAINZ UND ALZEY.



wir strukturieren im kanmen der vermogenspianung komplexe Vermögen, beraten Sie bei der Altersvorsorge und helfen Ihnen, Ihr Vermögen für kommende Generationen zu bewahren, zum Beispiel mit der richtigen Nachfolgeregelung oder mit einer Stiftung. Unser erstklassiges Expertenteam steht Ihnen für die unterschiedlichsten Bereiche jederzeit zur Verfügung. Immer dort wo sie uns brauchen: persönlich, partnerschaftlich und kompetent. Vereinbaren Sie einen Termin: Telefon-Nr. 06131 148-8000



# Die Verschlussschwäche der Mitralklappe (Mitralinsuffizienz):

Interventionelle, minimalinvasive Therapie mit dem Mitraclip® verlängert das Leben und reduziert stationäre Aufnahmen

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

#### ORIGINAL ARTICLE

### Transcatheter Mitral-Valve Repair in Patients with Heart Failure

G.W. Stone, J.A. Lindenfeld, W.T. Abraham, S. Kar, D.S. Lim, J.M. Mishell, B. Whisenant, P.A. Grayburn, M. Rinaldi, S.R. Kapadia, V. Rajagopal, I.J. Sarembock, A. Brieke, S.O. Marx, D.J. Cohen, N.J. Weissman, and M.J. Mack, for the COAPT Investigators\*

### Hintergrund

Bei vielen Patienten mit einer Verschlussschwäche der Mitralklappe gab es bisher nur die Möglichkeit einer medikamentösen Therapie. Eine operative Therapie war bei diesen Patienten meistens nicht möglich, da sie entweder für eine große Operation mit Öffnen des Brustkorbes zu alt waren bzw. die Funktion der linken Herzkammer zu schlecht war.

### Studiendesign

Patienten mit einer Verschlussschwäche der Mitralklappe wurden entweder mit einer optimalen medikamentösen Therapie plus Mitraclip® behandelt oder nur mit einer optimalen medikamentösen Therapie.

Der Beobachtungszeitraum war 2 Jahre lang.

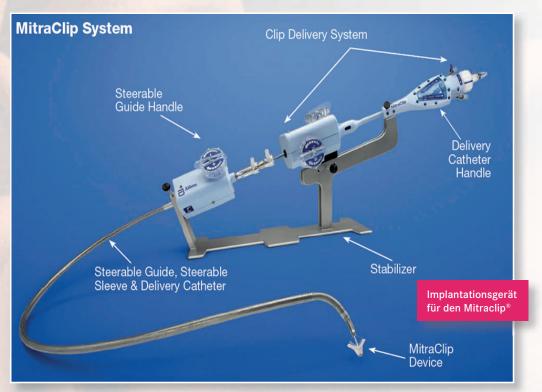
### **Ergebnisse**

- 1) Auffallend war, dass die stationären Aufnahmen in einem Zeitraum von zwei Jahren mit 35,8% bei den mit dem Mitraclip® behandelten Patienten gegenüber 67,9% in der Gruppe mit ausschließlicher medikamentöser Therapie drastisch niedriger lagen. Die stationäre Aufnahmerate wurde quasi halbiert.
- 2) Fast noch beeindruckender war die Tatsache, dass im Beobachtungszeitraum 29,1% der Patienten nach Mitralklappen-Clipping starben, während in der Kontrollgruppe, die nur mit Medikamenten behandelt worden waren 46,1% der Patienten verstarben.

Das wiederum bedeutet, dass nur sechs Patienten mit einem Mitraclip® behandelt werden müssen, um ein Leben zu retten.

#### **Fazit**

Gute Nachrichten – Bei Patienten mit ausgeprägter Verschlussschwäche der Mitralklappe (Mitralinsuffizienz) führt der Einsatz des katheterbasierten Mitraclip®-Verfahrens zu einer deutlichen Reduktion der Verschlussschwäche der Herzklappe und damit verbunden zu weniger Krankenhausaufenthalten, zu einer besseren Lebensqualität und auch zu einer verbesserten Prognose.









## Effekte einer Therapie mit Omega 3-Fettsäuren bei Patienten mit einem Diabetes mellitus

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

#### ORIGINAL ARTICLE

### Effects of n-3 Fatty Acid Supplements in Diabetes Mellitus

The ASCEND Study Collaborative Group\*

### Hintergrund

Beobachtungsstudien haben signalisiert, dass die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren möglicherweise das Herz-Kreislauf-Erkrankungsrisiko bei Patienten mit bekanntem Diabetes mellitus reduzieren kann.

Es fehlen in diesem Bereich jedoch große, prospektiv angelegte, Placebo-kontrollierte Studien.

#### Methodik

15.480 Patienten bekamen entweder 1 Gramm Omega-3-Fettsäuren oder Plazcebo für im Mittel 7,4 Jahre. Geprüft wurde, inwieweit Ereignisse wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Gefäßerkrankung bedingter Tod durch die Gabe von Omega-3-Fettsäuren bei Patienten mit etabliertem Diabetes reduziert werden konnten.

### **Ergebnisse**

In einem Beobachtungszeitraum von insgesamt 7,4 Jahren konnte kein signifikanter Effekt in Bezug auf die genannten Herz-Kreislauf-Erkrankungen beobachtet werden.

Die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren verpuffte wirkungslos.



### **Fazit**

Die Studie ist ein weiterer wichtiger Schritt, der nachweisen kann, dass Omega-3-Fettsäuren 0,0 Effekte haben und man ohne Problem auf deren prophylaktische Einnahme bei Diabetes mellitus verzichten kann.





### Effekte einer Therapie mit Vitamin D auf die Entwicklung von Krebs und einer koronaren Herzerkrankung

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

#### ORIGINAL ARTICLE

### Vitamin D Supplements and Prevention of Cancer and Cardiovascular Disease

JoAnn E. Manson, M.D., Dr.P.H., Nancy R. Cook, Sc.D., I-Min Lee, M.B., B.S., Sc.D., William Christen, Sc.D., Shari S. Bassuk, Sc.D., Samia Mora, M.D., M.H.S., Heike Gibson, Ph.D., David Gordon, M.A.T., Trisha Copeland, M.S., R.D., Denise D'Agostino, B.S., Georgina Friedenberg, M.P.H., Claire Ridge, M.P.H., Vadim Bubes, Ph.D., Edward L. Giovannucci, M.D., Sc.D., Walter C. Willett, M.D., Dr.P.H., and Julie E. Buring, Sc.D., for the VITAL Research Group\*

### Hintergrund

Es gibt Berichte, wonach die Gabe von Vitamin D das Entstehen von Krebs sowie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen reduzieren kann. Zu diesem Thema gibt es aber insgesamt zu wenig kontrollierte Studien.

#### Methodik

- An der Studie nahmen mehr als 25.000 Teilnehmer teil.
- Gegeben wurde entweder
   2.000 IE Vitamin D oder Placebo.
- Primäre Endpunkte waren die Entstehung eines Tumors oder einer Herz-Kreislauf-Erkrankung im Alter über 50 Jahren bei Männern bzw. über 55 Jahren bei Frauen.
- Die Therapiedauer betrug im Mittel 5,3 Jahre.

### **Ergebnisse**

Die Ergebnisse waren insgesamt enttäuschend. Es war kein signifikanter Effekt auf die Entstehung von Tumoren bzw. Herzinfarkten und Schlaganfall oder die Häufigkeit der Durchführung von Bypass-Operationen oder Koronardilatationen nachweisbar.



### **Fazit**

Wie wir schon häufig feststellen konnten; die Vitaminergänzungstherapie nutzt nur dem, der die Vitamine herstellt und nicht dem, der sie einnimmt. Somit konnte für alle Vitamine, Vitamin C, E, Folsäure und auch Vitamin-D-Präparate, gezeigt werden, dass sie nutzlos sind und eine vitaminreiche Ernährung in Bezug auf ihre positiven Gesundheitseffekte wohl nicht zu schlagen ist.



# HERZENSSACHE 2018

E-Zigaretten und Shisha

### Zigaretten und Shisha-Rauchen, Rauchen von E-Zigaretten und E-Shishas

### **Thema E-Zigaretten**



### Einführung:

Die Tatsache, dass beim Verbrennen von Tabak mehr als 4.000 Giftstoffe entstehen, führte zur Entwicklung von den tabaklosen E-Zigaretten.

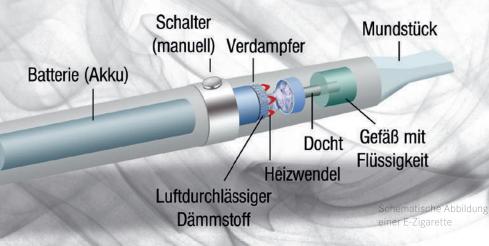
Das eigentliche Ziel der E-Zigaretten war es, aktive Zigarettenraucher von den extrem giftigen, tabakhaltigen Zigaretten abzubringen und über das Rauchen von deutlich weniger giftigen E-Zigaretten letztendlich gänzlich dem Rauchen zu entwöhnen. Leider hat sich diese Hoffnung nicht bewahrheitet und aktuell sieht man in der nikotinhaltigen E-Zigarette mehr eine Einstiegsals eine Ausstiegsdroge.

Neuartige E-Zigaretten aus den USA, die JUUL E-Zigarette, die in den USA von jedem fünften Teenager geraucht wird, erobern den europäischen Markt und werden in der Presse als "Suchtmaschinen" bezeichnet.

### Wie funktioniert eine E-Zigarette?

In den E-Zigaretten wird eine meist nikotinhaltige Flüssigkeit, ein sogenanntes Liquid erhitzt. Der Raucher inhaliert dann das so entstehende Gasgemisch (Aerosol).

Es gibt mittlerweile schon E-Zigaretten der zweiten Generation, wobei die zweite Generation über einen Tank und einen aufladbaren Akku verfügt.



#### Inhaltsstoffe

Hauptbestandteile des Liquids sind:

- Propylenglykol
- Glyzerin
- Aromastoffe
- Nikotin

Wichtig ist es festzuhalten, dass es nahezu keine Erfahrungen über gesundheitliche Folgen einer Langzeitinhalation dieser Stoffe gibt.

### E-Zigaretten und Auswirkungen auf die Gesundheit

Im Rahmen des Erhitzens des Aerosols entstehen feine bzw. ultrafeine Flüssigkeitspartikel.

#### Außerdem entstehen:

- Formalin (krebserzeugend)
- Acetaldehyd (möglicherweise krebserzeugend)
- Acrolein (reizend, giftig)
- Reaktive Sauerstoffverbindungen und Metalle
- Nickel, Chrom und Blei: alle krebserzeugend oder möglicherweise krebserzeugend

### Spezifische gesundheitliche Auswirkungen der einzelnen Inhaltsstoffe:

- Propylenglykol ist Atemweg reizend
- Aromastoffe können reizend oder auch giftig sein (z. B. das entstehende Zimt oder Benzaldehyd)
- Partikel können tief in die Lunge vordringen und evtl. in den Blutstrom aufgenommen werden mit bisher noch nicht bekannten nachteiligen Folgen
- Nikotin macht abhängig und ist giftig.
   Es wird für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes verantwortlich gemacht und kann das Wachstum bereits bestehender Tumore steigern
- E-Zigaretten-Rauchen kann kurzfristig die Lungenfunktion negativ beeinflussen
- E-Zigaretten erhöhen die Bildung freier Radikale auch in den Gefäßen, so dass Gefäße früher verkalken können und mehr Herz-Kreislauf-Erkrankungen entstehen können

 die langfristigen Auswirkungen vom Rauchen von E-Zigaretten auf die Gesundheit sind komplett unbekannt

### Nutzen E-Zigaretten in der Tabakentwöhnung?

Verschiedene publizierte Arbeiten haben nachweisen können, dass E-Zigaretten möglicherweise aktiven Rauchern bei der Tabakentwöhnung helfen. Daher können sie eine weniger schädliche Alternative zu den normalen Zigaretten darstellen.

### E-Zigaretten und Passivdampfen:

Die Belastung durch Passivdampfen von E-Zigaretten mit Aerosol ist wahrscheinlich weniger giftig als das Inhalieren von Zigarettenrauch. Eine Gesundheitsgefährdung kann zum jetzigen Zeitpunkt jedoch nicht ausgeschlossen werden.

### Regulierung des E-Zigarettenverkaufes:

Jugendliche dürfen seit 2016 aufgrund einer Änderung des Jugendschutzgesetzes E-Zigaretten weder kaufen noch sie in der Öffentlichkeit verwenden.

Im Vergleich zu Tabak-Zigaretten sind E-Zigaretten zwar sehr wahrscheinlich deutlich weniger schädlich, dennoch sind sie keine harmlosen Life-Style-Produkte.

Nichtraucher sollten E-Zigaretten wegen der unbekannten langfristigen Auswirkungen auf die Gesundheit nicht verwenden.

# Die neue E-Zigaretten Gefahr kommt aus den USA und heißt JUUL

Die Food and Drug Administration (FDA), eine wichtige Regulierungsbehörde in den USA, hat kürzlich vor dem Gebrauch dieses Typs von E-Zigaretten gewarnt.

Der Chef der Behörde kommentierte, er sähe nach wie vor das Potential der E-Zigaretten für Raucher von den Tabakzigaretten wegzukommen, aber dies sollte nicht gleichzeitig dazu führen, dass eine komplette Generation von Kindern nikotinsüchtig wird.

https://edition.cnn.com/2018/11/15/health/fda-vaping-ecigarette-regulation/index.html

Am 15. November 2018 veröffentlichte die FDA schockierende Statistiken, in denen gezeigt wurde, dass mehr als 3,6 Millionen Schüler der Mittel- und Oberschulen im Jahr 2018

E-Zigarettenraucher waren, ein dramatischer Anstieg von mehr als 1,5 Millionen Studenten seit dem letzten Jahr.

https://www.fda.gov/NewsEvents/ Newsroom/PressAnnouncements/ ucm625917.html

Die Autoren dieser Zahlen weisen darauf hin, dass der Anstieg des Verbrauchs von E-Zigaretten im letzten Jahr wahrscheinlich auf die jüngste Beliebtheit bestimmter E-Zigaretten wie JUUL zurückzuführen ist.

Diese Produkte umfassen auch solche, die auf Kassetten basieren. Sie können aufgrund ihrer Ähnlichkeit mit schlanken USB-Sticks diskret verwendet werden, haben einen hohen Nikotingehalt und verwenden ansprechende Fruchtund Bonbon-Aromen.

### Shisha (Wasserpfeife) rauchen

(modifiziert mit Erlaubnis des DKFZ)

### Einführung

Shisha-Rauchen ist in. Der Rauch hat meist ein gutes Geschmacksaroma und was gut schmeckt, kann ja nicht gefährlich sein.

Zudem sprießen die Shisha Bars wie Pilze aus dem Boden. Dabei geht von den Shishas eine drastische Gefährdung der Gesundheit aus.

Im Jahr 2018 hat z.B. die Düsseldorfer Uniklinik Alarm geschlagen: Immer mehr Shisha-Raucher müssten mit lebensgefährlichen Kohlenmono-xid-Vergiftungen in der Druckkammer behandelt werden. In diesem Jahr seien es bereits fast 40 Wasserpfeifen-Raucher gewesen – vor zwei Jahren war es erst einer.

Die DAK Krankenkasse warnt: Shishas sind mit ihrem süßlich-fruchtigen Aroma dabei, die Zigarette als Einstiegsdroge in den Tabakkonsum abzulösen. Jeder zweite Schüler einer zehnten Klasse hat schon einmal Tabak aus einer Shisha geraucht und 15% der Zehntkläss-

ler greifen regelmäßig zur Wasserpfeife, ergab eine Studie der Krankenkasse DAK-Gesundheit.

#### **Definition**

Die Wasserpfeife (Shisha, Hookah, oder auch Hubble Bubble) besteht aus einem Wassergefäß, einer Rauchsäule, einem Kopf und einem Schlauch mit Mundstück.

In den Kopf wird hierbei der Wasserpfeifentabak eingelegt, darüber eine perforierte Alufolie gespannt und obenauf glühende Kohle platziert. Der beim Verschwelen des Tabaks entstehende Rauch wird durch das Wasser geleitet und über den Schlauch inhaliert.

#### Verbreitung

Seit seit den 90er Jahren stark aromatisierter und befeuchteter Wasserpfeifentabak produziert wird, verbreitet sich das Shisha-Rauchen weltweit und vorwiegend unter jungen Menschen. So hat im Alter von 12 bis 17 Jahren schon ca. ein Drittel der jungen Menschen schon einmal Shisha geraucht.

#### Inhaltsstoffe

Der Rauch von Wasserpfeifentabak enthält:

- Nikotin
- Kohlenmonoxid
- Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe
- Tabakspezifische Nitrosamine
- Aldehyde
- Schwermetalle wie Nickel, Blei und Chrom
- Kohlendioxid

- Abhängigkeit: Aufgrund der großen Menge an Nikotin, die aufgenommen wird, zeigen die Shisha Raucher die gleichen Entzugserscheinungen wie die Zigarettenraucher. Abhängigkeitssymptome können schon bei Jugendlichen Auftreten, die nur einmal pro Woche Shisha rauchen.
- Passivrauchen: Mit dem Rauch von der Shisha gelangen viele Schadstoffe in die Raumluft. Somit ist passives Shisha-Rauchen massiv gesundheitsgefährdend.
- Regulierung: Das Jugendschutzgesetz verbietet unter 18-Jährigen den Erwerb von Tabakwaren, also auch den Shishatabak und dessen Konsum in der Öffentlichkeit.

### Wirkung

Beim Shisha-Rauchen nimmt der Konsument deutlich größere Mengen als Rauch auf als beim Rauchen herkömmlicher Zigaretten.

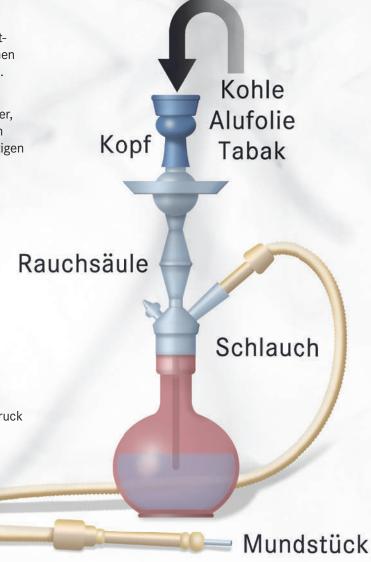
- 20 bis 30 Minuten Shisha-Rauchen entspricht – in Bezug auf das Rauchvolumen – dem Rauchen von ca. 100 Zigaretten.
- Zudem ist der Rauch aufgrund der niedrigen Temperaturen deutlich giftiger, d.h. er enthält höhere Konzentrationen an Feinstaub, Schwermetallen und giftigen Kohlenwasserstoffen.

### Shisha-Rauchen gefährdet die Gesundheit

Shisha-Rauchen erhöht das Risiko für eine Reihe schwerer Erkrankungen.

Beobachtet wurden:

- Störung der Lungenfunktion
- Kohlenmonoxidvergiftung
- Zusammenhang mit Mundhöhlen-, Speiseröhren- und Magenkrebs
- Erhöhung von Herzfrequenz und Blutdruck
- Vermehrtes Auftreten von Herz-Kreislauf-Erkrankungen



# Doppelte Gefahr durch Rauchen und Alkohol für die Gefäßfunktion von Jugendlichen

Dieser Artikel ist ein Kommentar zu einer Publikation, in der erstmals nachgewiesen wurde, dass Rauchen und Alkohol negative Auswirkungen auf die Gefäßfunktion haben und damit den Prozess der Gefäßverkalkung beschleunigen.

Er wurde Mitte des Jahres 2018 veröffentlicht, zu einem Zeitpunkt also, wo es in Deutschland als einzigem Land in Europa noch erlaubt war, öffentliche Werbung für Zigaretten zu machen.

Dies hat sich ja nun glücklicherweise geändert: Ab 2020 ist öffentliche Werbung für Zigaretten in Deutschland verboten.

### Rauchen und Alkohol für sich alleine schädigen die Gefäße

Rauchen ist bekannt dafür, dass es die Gefäße schädigt. Es gibt eine klare Dosis-Wirkungsbeziehung, was bedeutet: je mehr man raucht, umso größer ist der Gefäßschaden<sup>1,2</sup>.

Weniger klar ist die Situation in Bezug auf den Alkoholkonsum. Die Dosis-Wirkungsbeziehung entspricht hier einer J-förmigen Kurve, was bedeutet, dass ein geringerer Alkoholkonsum vorteilhaft sein kann, während ein höherer Alkoholkonsum für die Gefäßfunktion und damit für das Herz-Kreislauf-Risiko<sup>3, 4</sup> eher nachteilig ist.

Wichtig ist, dass Alkohol und Rauchen aus pathophysiologischer Sicht eine endotheliale Dysfunktion (Gefäßschaden) über eine Steigerung des oxidativen Stresses in den Gefäßen verursachen 5,6. Theoretisch sollte daher die Kombination von Alkohol und Rauchen additive, negative Auswirkungen auf die Gefäßfunktion haben.

Die Lebenserwartung der Raucher ist im Vergleich zu den Nichtrauchern<sup>7</sup> um etwa 20 Jahre geringer. Dies bedeutet eine erhebliche sozio-ökonomische Belastung von etwa 6,6 Milliarden Dollar an verlorener Produktivität<sup>8</sup>.

Rauchen wirkt sich auch direkt auf die Gesundheit anderer aus, und zwar durch die schädlichen Auswirkungen von Passivrauchen.

### Passivrauchen ist extrem gefährlich

Passivrauchen tötet weltweit mehr als 600.000 Nichtraucher pro Jahr, von denen viele (31%) Kinder sind, wie in dem Bericht der Weltgesundheitsorganisation Global Burdon of Passive Smoking<sup>9</sup> angegeben wird. Kinder, die in der Wohnung Passivrauch ausgesetzt sind, beginnen zukünftig eher mit dem Rauchen, und etwa 25% beginnen bereits im Alter von 13 bis 15 Jahren mit dem Rauchen.

#### **Problem Alkohol**

Alkoholkonsum durch Jugendliche ist in vielen europäischen Ländern ein großes Problem der öffentlichen Gesundheit. Ein Fünftel der jungen Menschen im Alter von 15 Jahren in Europa berichtet über schweren gelegentlichen Alkoholkonsum (fünf oder mehr Getränke bei einem entsprechenden Anlass); dies ist die höchste Rate weltweit. Das Vorkommen des wöchentlichen Trinkens und der Trunkenheit (definiert als bei zwei oder mehr Gelegenheiten getrunken) ist im Alter von 11 Jahren sehr niedrig, erhöht sich aber bei Jungen und Mädchen in fast allen Ländern und Regionen im Alter von 15 Jahren. Besonders groß ist der Anstieg zwischen 13 und 15 Jahren 10.







Jugendliche in vielen Kulturen nehmen das Trinken von Alkohol und Rauchen als normalen Teil des Erwachsenenlebens wahr. Es findet statt, um soziale und persönliche Bedürfnisse zu befriedigen, Kontakte zu Gleichaltrigen zu intensivieren und neue Beziehungen zu initiieren.

Bisher wurde nicht untersucht, ob Rauchen und Alkoholkonsum bis zum Alter von 17 Jahren sowohl unabhängige als auch additive Zusammenhänge (Assoziationen) zu arterieller Steifigkeit haben können. Arterielle Steifigkeit ist ein Marker für Gefäßschäden, der eine spätere kardiovaskuläre Erkrankung und Ereignisse<sup>11, 12</sup> vorhersagt.

### Additive negative Auswirkungen von Alkoholund Rauchen auf die Gefäßfunktion

Charakida et al. liefern in einer Studie Daten über die kardiovaskulären Gesundheitsrisiken des Zigaretten- und Alkoholkonsums während der Pubertät, und heben die additiven negativen Effekte hervor, wenn beide Lifestyle-Risikofaktoren vorhanden sind.

Die Autoren bewerteten die Rauchgewohnheiten und den Alkoholkonsum durch Fragebögen in einer Kohorte von 1.266 Teenagern der Avon-Längsschnittstudie von Eltern und Kindern (abgekürtzt ALSPAC) im Alter von 13, 15 und 17 Jahren und stellten eine Korrelation mit der Pulswellengeschwindigkeit (Pulse wave velocity) als ein Marker für arterielle Steifigkeit her.

Wichtig ist, dass diese Assoziation auch nach Adjustierung für andere kardiovaskuläre Risikofaktoren wie Blutdruck, Geschlecht, Alter, Familiengeschichte von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lipoprotein mit geringer Dichte (LDL), Cholesterin, Hochempfindlichkeit C-reaktives Protein (hsCRP), elterlichem Rauchen, körperliche (In) Aktivität und sozioökonomischer Status statistisch signifikant erhalten blieb.

Die für diese Studie herausragenden Ergebnisse waren, dass Alkohol und Rauchen additiv negative Effekte auf die Gefäßsteifigkeit hatten, einem wichtigen Parameter, der einen frühen Gefäßschaden (endotheliale Dysfunktion) reflektiert und der, wie wir wissen, auch prognostische Bedeutung besitzt.

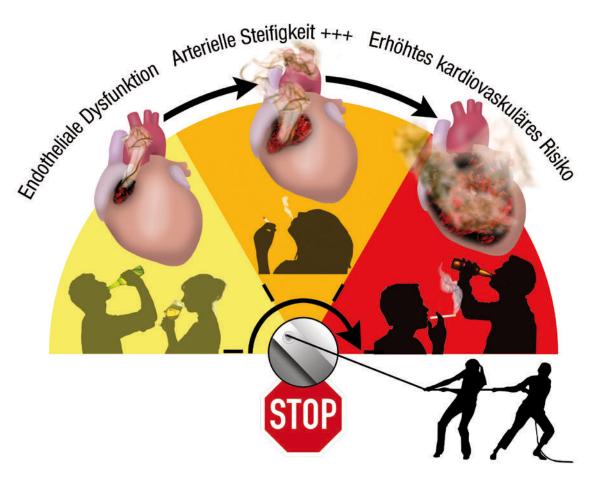
Die Beobachtung, dass Rauchen und Alkohol additive nachteilige Auswirkungen auf die Endothelfunktion und damit die arterielle Steifigkeit haben können, wie sie durch die Pulswellengeschwindigkeit beurteilt wird, ist etwas überraschend. Da die Anzahl der Zigaretten, die von Teenagern geraucht wird, weit unter derer liegt, die als schädlich bei Erwachsenen gilt (0 bis 19, 20 bis 99 und mehr als 100 Zigaretten während des ganzen Lebens oder zumindest die letzten 5 Jahre in der vorliegenden Studie versus "Pack-Jahre" = 20 Zigaretten/Tag für 1 Jahr in Studien über Erwachsene), sind die Daten noch deutlich beunruhigender.



Welche Folgen haben die Forschungsergebnisse für Politiker und Gesundheitsdienstleister?

Wie können wir unsere Kinder ausreichend vor dem Rauchen und vor alkoholbedingten Gefäßschäden schützen?

Die politische Bereitschaft, die Gesetze in Europa zu ändern, um unsere Kinder vor aktivem Rauchen und Passivrauchen zu schützen, ist in Europa sehr unterschiedlich.



### **England vorbildlich**

So wurden zum Beispiel in England im Jahr 2011 die Zigarettenautomaten verboten, nachdem man festgestellt hatte, dass rund 35 Mio. Zigaretten jedes Jahr illegal über Automaten an Kinder verkauft werden.

#### **Deutschland kein Vorbild**

Im Gegensatz dazu hängen in Deutschland noch rund 350.000 Zigarettenautomaten – das bedeutet, dass sich ungefähr fast jeder dritte europäische Zigarettenautomat in Deutschland befindet.

Obwohl der Verkauf von Zigaretten an Personen unter 18 Jahren verboten ist, und die Automaten eine Altersüberprüfung in Form von Personalausweisen (ID), europäischem Führerschein oder elektronischen Geldkarten vorsehen müssen, wissen wir, dass 10–15% der Jugendlichen immer noch Zigaretten über diese Automaten beziehen, indem sie die Personalausweise älterer Freunde, von Eltern und älteren Geschwistern verwenden.

Wir müssen auch die gesundheitliche Gefährdung, die durch Passivrauch entsteht, berücksichtigen. So hat die Einführung des Nichtraucherschutzgesetzes in Deutschland verbunden mit Rauchverboten von Tabakprodukten in öffentlichen Bereichen in Deutschland zu einer deutlichen Reduktion von Herzinfarkten bei Nichtrauchern um 26% geführt, während die Herzinfarktrate bei Rauchern gleich blieb 14.

### Rauchverbot in Autos in Anwesenheit von Kindern muss auch für Deutschland kommen

England berücksichtigte 2016 das erhöhte kardiovaskuläre Risiko, das durch Passivrauchen entsteht, und führte dementsprechend ein Rauchverbot in Autos ein, um schädliche Auswirkungen von Passivrauch für Kinder zu verhindern. Das bedeutet, wenn man im Auto in Anwesenheit von Kindern raucht, wird dies mit einem Strafzettel sanktioniert. Im Gegensatz dazu scheiterten bisher alle Initiativen des Deutschen Krebsforschungszentrums zur Einführung eines solchen Verbots in Deutschland.

In Deutschland gibt es nur wenige Gesundheitskampagnen, um vor rauchbedingten Erkrankungen zu warnen; Zigarettenwerbung hingegen sieht man wesentlich häufiger. Es ist ein echter Skandal und ein Erfolg für den starken Lobbyismus der Zigarettenindustrie, dass Deutschland nunmehr das einzige Land in Europa ist, das öffentliche Werbung für Zigaretten zulässt, nachdem Bulgarien im Jahr 2016 ausgestiegen ist.

Daher sind dringend Aktionspläne erforderlich, um den schädlichen Alkohol- und Rauchkonsum bei Jugendlichen zu verringern, denn die Kombination dieser Lebensstil-Gewohnheiten hat, wie Charakida et al. gezeigt haben, sich verstärkende (additive) Auswirkungen auf die Gefäßfunktion und somit ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko zur Folge [eurheartj-D-18-00781\_R1] (siehe Abbildung Artikelanfang).

### Daher lauten unsere Forderungen:

- Wir müssen die Politik bestärken, die Verfügbarkeit von Alkohol und Zigaretten zu begrenzen, zum Beispiel durch die Einführung von Altersbeschränkungen: Altersgrenzen von 18 Jahren oder älter für den Kauf von Alkohol und Zigaretten, einschließlich E-Zigaretten und Shishas müssen zwingend umgesetzt werden.
- Die Zugriffsmöglichkeiten auf die Drogen müssen beschränkt werden. Im Bereich Zigaretten z.B. durch ein komplettes Abhängen der Zigarettenautomaten, wie es uns England vorgemacht hat.

- Die Preise müssen deutlich angehoben werden: da Jugendliche sehr empfindlich auf Alkohol- und Zigarettenpreise reagieren, führt ein höherer Preis nachweislich immer zu einer erheblichen Verringerung der Verwendungshäufigkeit der Drogen.
- Werbung für Zigaretten muss in jedem Land umgehend verboten werden (wurde mittlerweile auch für Deutschland ab 2020 erreicht)
- Zudem müssen wir unsere Kinder vor dem Passivrauch schützen: Alles für eine Alkohol und Tabak freie Generation.
- Der neue Fokus muss auf der Bekämpfung von E-Zigaretten liegen, die sich mehr und mehr auch als Einstiegsdroge für Jugendliche für späteres Tabakrauchen und Rauchen von Shishas erweisen.

#### Literatur:

- 1. Jonas MA, Oates JA, Ockene JK, Hennekens CH. Statement on smoking and cardiovascular disease for health care professionals. *American Heart Association.Circulation* 1992;86:1664–1669.
- 2. Celermajer DS, Sorensen KE, Georgakopoulos D, Bull C, Thomas O, Robinson J, Deanfield JE. Cigarette smoking is associated with dose-related and potentially reversible impairment of endothelium-dependent dilation in healthy young adults. *Circulation 1993;88:2149–2155*.
- 3. Cahill PA, Redmond EM. Alcohol and cardiovascular disease—modulation of vascular cell function. *Nutrients* 2012;4:297–318.
- **4. Lucas DL, Brown RA, Wassef M, Giles TD.** Alcohol and the cardiovascular system: research challenges and opportunities. *J Am Coll Cardiol 2005;45:1916–1924*.
- **5. Heitzer T, Just H, Munzel T.** Antioxidant vitamin C improves endothelial dysfunction in chronic smokers. *Circulation* 1996;94:6–9.
- 6. Ceron CS, Marchi KC, Muniz JJ, Tirapelli CR. Vascular oxidative stress: a key factor in the development of hypertension associated with ethanol consumption. Curr Hypertens Rev 2014;10:213–222.
- **7.** Jha P. Avoidable global cancer deaths and total deaths from smoking. *Nat Rev Cancer 2009;9:655–664*.
- **8.** Max W, Sung HY, Shi Y. Deaths from secondhand smoke exposure in the United States: economic implications. *Am J Public Health 2012;102:2173–2180*.
- 9. World\_Health\_Organization. Global estimate of the burden of disease from second-hand smoke. http://appswho.int/iris/bitstream/handle/10665/44426/9789241564076\_eng.pdf;jsessionid=AE35C8C9B85465AA9839DFA6D153C030?sequence=1 (23June 2018)
- 10. World\_Health\_Organization. Fact Sheet: ALCOHOL USE IN ADOLESCENTS. http://www.euro.who.int/\_\_data/assets/pdf\_file/0017/303470/HBSC-No.7-factsheet\_Alcohol.pdf?ua=1 (23 June 2018)
- **11. Mitchell GF.** Arterial stiffness: insights from Framingham and Iceland. *Curr Opin Nephrol Hypertens 2015;24:1–7.*
- 12. Daiber A, Steven S, Weber A, Shuvaev VV, Muzykantov VR, Laher I, Li H, Lamas S, Munzel T. Targeting vascular (endothelial) dysfunction. *Br J Pharmacol 2017; 174:1591–1619.*
- 13. Charakida M, Georgiopoulos G, Dangardt F, Chiesa S, Hughes AD, Rapala A, Smith GD, Lawlor D, Finer N, Deanfield JE. Early vascular damage from smoking and alcohol in teenage years: the ALSPAC study. Eur Heart J 2018;doi: 10.1093/eurheartj/ehy524.
- 14. Schmucker J, Wienbergen H, Seide S, Fiehn E, Fach A, Wurmann-Busch B, Gohlke H, Gunther K, Ahrens W, Hambrecht R. Smoking ban in public areas is associated with a reduced incidence of hospital admissions due to ST-elevation myocardial infarctions in non-smokers. Results from the Bremen STEMI Registry. Eur J Prev Cardiol 2014;21:1180–1186.





100 Jahre Bautradition im Familienbetrieb ist ein Wert, deruns zu höchsten Ansprüchen verpflichtet.

Wir planen und realisieren Bauvorhaben visionär und leidenschaftlich. Davon profitiert Ihr individuelles Projekt – vom Eigenheim bis zum Büropark.

Projektentwicklung aus einer Hand.

www.molitor-immobilien.de



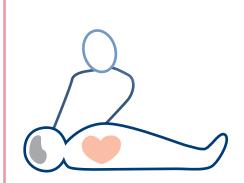


# Wiederbelebung / Reanimation Aufgrund der besonderen Bedeutung der Wiederbelebung möchten wir, wie auch im letzten Jahr, die doch einfachen Regeln der Wiederbelebung "bildlich" wiederholen. Die Kompression des Brustkorbes soll mit einer Frequenz von 100 bis 120 mal pro Minute durchgeführt werden. Hier gibt es Songs, die einem den Rhythmus elegant vorgeben können: Staying Alive von den Bee Gees · Highway to Hell von ACDC · Atemlos von Helene Fischer Mit dieser Maßnahme können wir Leben retten. Man muss sich vorstellen, dass nur 6 Patienten wiederbelebt werden müssen, um damit ein Leben zu retten. In der Medizin nennt man das "Number Needed to Treat"! Es gibt kein Krankheitsbild, bei dem man mit so einem geringen Aufwand so viel Gutes tun kann.

### **Trockenkurs Wiederbelebung**

Dr. Ingo Sagoschen und PD Dr. Maike Knorr (Zentrum für Kardiologie): Im Folgenden sollen kurz die wichtigsten Punkte für eine erfolgreiche Reanimation zusammengefasst werden.

### Auffinden einer leblosen Person

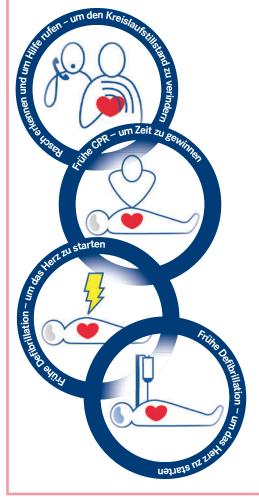


Wenn eine Person leblos aufgefunden wird, ist die Situation nicht aussichtslos. Durch medizinische Maßnahmen kann die Ursache des Herz-Kreislauf-Stillstandes in vielen Fällen behoben werden und der Mensch hat gute Chancen, diese Erkrankung zu überleben.

Um dies zu ermöglichen, muss allerdings durch Maßnahmen der Ersten Hilfe der Patient soweit erstversorgt werden, dass er in eine medizinisch professionelle Hilfe übergeben werden kann.

Würde man einfach nur abwarten, wären die Schäden im Organismus durch den Sauerstoffmangel im Herz-Kreislauf-Stillstand so groß, dass ein Überleben aussichtslos ist.

### Erstversorgung des Patienten anhand der "Rettungskette"



Daher kommt der Erstversorgung durch jedermann ("Erste Hilfe") dieser Patienten eine hohe Bedeutung zu. Mit dieser kann für den Menschen soviel Zeit gewonnen werden, dass die professionelle Hilfe auf einer guten Basis startet. Man kann sich dieses Zusammenspiel auch in Form einer (Rettungs-) Kette vorstellen, deren Glieder fest verbunden sein müssen, um gut zu funktionieren. Fällt ein Glied in der Kette aus, reißt diese und kann nicht mehr funktionieren. Unsere Kette untergliedert sich konkret in die Bestandteile (Glieder):

- Erkennung des Kreislauf-Stillstandes und Absetzen des Notrufes
- Beginn der Herz-Lungen-Wiederbelebung durch jedermann
- Frühdefibrillation, um das Herz neu zu starten
- Postreanimationsbehandlung zur Behebung der Ursache und Erhalt der Lebensqualität

Dabei ist es essentiell wichtig, dass Erkennung, Notruf und der Beginn der Herz-Lungen-Wiederbelebung Aufgaben sind, die jedermann übernehmen kann und muss. Bei Verfügbarkeit kann auch die Defibrillation mit sogenannten halbautomatischen oder vollautomatischen Defibrillatoren durch Laien vorgenommen werden, um die Versorgungsqualität beim Patienten noch früher zu garantieren ("Frühdefibrilllation durch Laien").

### Die eigene Sicherheit sicherstellen

**Auf Sicherheit achten** 

Bewusstsein prüfen

Um Hilfe rufen!

Atemwege freimachen

Atmung prüfen

Hilfe holen 112

30 Herz-Druckmassagen

2 Beatmungen

Wie sollte nun konkret vorgegangen werden:

Zunächst muss jedermann zu allererst auf seine eigene Sicherheit achten.

Dies kann beim leblosen Patienten auf der Straße der laufende Verkehr sein oder im Haus der Kontakt zu stromführenden Gegenständen, welche den Kreislaufstillstand ausgelöst haben.

Ist die Situation sicher, kann ich mich dem Patienten nähern, um herauszufinden, was ihm fehlt.

### Bewusstsein prüfen



- Zeigt der Patient keine spontanen Reaktionen, so sollte zunächst sein Bewusstsein geprüft werden. Dazu berühre man die Schultern des Patienten und spreche ihn laut und deutlich an: "Ist alles in Ordnung?"
- Reagiert er auf die Ansprache, belässt man ihn in der Position und versucht herauszufinden, was das Problem ist. Dabei redet man weiter mit ihm, um regelmäßig das Bewusstsein zu kontrollieren.

### Andere Personen um Hilfe bitten



Wenn es ihm schlecht geht oder wenn er nicht auf Ansprache und Berührung reagiert, liegt ein Problem vor, welches man i.d.R. alleine vor Ort nicht beherrschen kann.

Daher sollte man nun laut um Hilfe rufen, damit weitere Personen (Laien) aufmerksam werden und einen unterstützen können.

Dafür lässt man den Patienten zunächst **aber nicht allein**, sondern kümmert sich weiter um seine Versorgung.

### Atemwege freimachen



### Als nächstes soll die Atmung des Patienten geprüft werden.

 Dazu wird das Kinn angehoben und der Kopf überstreckt, um die Atemwege frei zu machen und die freie Atmung zu ermöglichen.

Durch das Überstrecken des Kopfes wird der Zungengrund angehoben und die beim Bewusstlosen häufig zu sehende Verlegung der Atemwege beseitigt.

### Atmung des Patienten prüfen



- Nun hält man den Kopf des Patienten in dieser überstreckten Position und bringt das eigene Ohr vor Mund und Nase des Patienten mit Blickrichtung zu seinem Brustkorb und Bauch.
- Durch Sehen (Blick auf den Brustkorb), Hören (Atemgeräusch) und Fühlen (Lufthauch an der eigenen Wange) prüft man, ob der Patient atmet.

Eine normale Atmung ist leicht seh-, hör- und fühlbar und erfolgt normalerweise 10 bis 15 Mal pro Minute, also alle 4 bis 6 Sekunden ein Atemzug.

Atmet der Patient nicht oder nicht normal, also vor allem zu langsam und zu flach, so ist dies als Zeichen eines vorhandenen oder drohenden Kreislaufstillstandes zu deuten. Besonders beachtet werden sollte, dass der Mensch einige Sekunden nachdem das Herz stehengeblieben ist, noch weiteratmen kann und dann im Übergang eine sogenannte "Schnappatmung" zeigen kann. Diese bezeichnet einige langsame, unterschiedlich ausgeprägte Bewegungen des Kopfes und Kiefers, welche leicht mit einer angestrengten Atmung verwechselt werden können. Diese stellen aber keine normalen Atemzüge dar!

Mit der Feststellung, dass der Patient nicht oder nicht normal atmet, gilt der Kreislaufstillstand als hoch wahrscheinlich, sodass bei allen weiteren Maßnahmen entsprechend vorgegangen werden muss.

### Notruf an die "112" melden



112

Bevor nun weitere Maßnahmen erfolgen, muss ein Notruf abgesetzt werden. Dies ist immanent wichtig, da nur so gesichert ist, dass professionelle medizinische Hilfe auf den Weg gebracht wird, um die weitere Behandlung einzuleiten. Sind zwei oder mehr Helfer vor Ort, kann der Notruf parallel zu den weiteren Maßnahmen erfolgen.

Einheitliche Rufnummer für den Notruf ist die europaweit einheitliche Notrufnummer "112". Diese gilt in allen Ländern aus Mobil- und Festnetz und ohne weitere Vorwahlen. Der Anrufer wird automatisch mit der zuständigen nächsten Notrufzentrale verbunden.

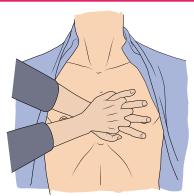
Hier müssen nun wichtige Angaben zum Geschehen gemacht werden, welche die Helfer an den Einsatzort leiten:

- 1. Wo ist es passiert?
- 2. Was ist passiert?
- 3. Wie viele verletzte Personen?
- 4. Welche Verletzungen haben diese Personen?
- 5. Warten auf Rückfragen, nicht sofort auflegen!

### Die Mitarbeiter der Notrufzentrale helfen

Ist man sich nicht sicher, was nun zu tun ist, werden einem die Mitarbeiter der Notrufzentrale auch bei den weiteren Maßnahmen anleiten.

### Leben retten - Herz-Druck-Massage



TO BOS MEMINING

Nun gilt es durch zwei wichtige Maßnahmen den Kreislauf des Patienten solange zu ersetzen, bis die professionelle Hilfe eintrifft und spezielle Maßnahmen einleiten kann.

### Dies geschieht in Form sogenannter Herz-Druck-Massagen und Beatmungen.

- Zunächst dreht man den Patienten auf den Rücken und öffnet Jacken und dicke Pullover beim Patienten, welche die Maßnahmen behindern können.
- Nun sucht man den Druckpunkt für die Herz-Druck-Massagen auf: in der Mitte des Brustbeines und in der Mitte des Brustkorbes setzt man beide eigenen Hände auf den Patienten auf und beugt sich über den Patienten, um nun den Brustkorb gegen die Unterlage/den Boden zu komprimieren.
- Die Eindrucktiefe beträgt 5 bis 6 cm und die Kompression sollte 100 bis 120 Mal pro Minute erfolgen.
- Dabei ist unbedingt darauf zu achten, zwischen zwei Kompressionen den Brustkorb komplett zu entlasten und den Druckpunkt nicht zu verlieren.

### Leben retten - Beatmung



- Nach 30 Kompressionen folgen 2 Beatmungen. Dazu überstreckt man wieder den Kopf des Patienten wie bei der Atemkontrolle, presst seinen eigenen Mund auf den Mund und führt 2 Atemspenden (Beatmungen) aus. Dabei hält man die Nase des Patienten mit den Fingern verschlossen.
  - Die Atemspende umfasst einen normalen eigenen Atemhub. Es soll also nicht besonders tief eingeatmet werden oder fest gepustet werden. Für die Ausatmung lässt man dem Patienten ca. 1 Sekunde Zeit.
- Sollte die Beatmung technisch schwierig sein, so erfolgen maximal 2 Versuche, bevor wieder mit den Herz-Druck-Massagen weitergemacht wird.

### Leben retten – immer weiter reanimieren bis der Rettungsdienst kommt





Herz-Druck-Massagen und Beatmungen wechseln sich im Verhältnis von 30:2 ab. Das heißt, nach 30 Herz-Druck-Massagen werden 2 Beatmungen durchgeführt. Die Unterbrechungen der Herz-Druck-Massagen sollen dabei so kurz wie möglich gehalten werden.

Gerade die Herz-Druck-Massagen sind für den Helfer sehr anstrengend. Daher sollte nach etwa 4 bis 5 Minuten ein Wechsel des Helfers stattfinden, da bei körperlicher Erschöpfung, auch wenn diese in der Stress-Situation nicht direkt spürbar ist, die Qualität der Herz-Druck-Massagen deutlich nachlässt.

Diese Maßnahmen der Ersten Hilfe werden fortgesetzt bis der Rettungsdienst eintrifft und die Fortführung der Versorgung übernimmt.

Permission by European Resuscitation Council

https://www.erc.edu



#### Hans Jürgen Braun-Himmerich

# Dramatische Geschichte einer erfolgreichen Wiederbelebung

#### Reanimation von Katti Himmerich durch die Familie



#### Nacht von Donnerstag 29.12.2016 auf Freitag 30.12.2016

In der obigen Nacht hörte ich im Souterrainbereich Geräusche, die ich am ehesten der Heizung zuordnete. Ich ging dem nach, stellte fest, dass dies nicht zutraf und schaute noch kurz in das Schlafzimmer unserer Tochter Katti. Zu meinem Entsetzen stellte ich fest, dass sie leblos auf dem Boden lag.

Ich weckte umgehend meine Frau Christa, die sofort den zuständigen Notfalldienst anrief, während ich mit der Herzdruckmassage anfing, die wir dann abwechselnd ausführten.

Man muss hier erwähnen, dass wir beide glücklicherweise im Bereich Reanimation ausgebildet sind.

Der Krankenwagen kam nach 10 bis 15 Minuten und kurz darauf der Notarzt, der dann die weiteren, intensiven Reanimationsmaßnahmen inklusive des Einsatzes des Defibrillators übernahm. Nachdem unsere Tochter transportfähig war, wurde sie im Krankenwagen mit Blaulicht in den Herzkatheter und nach erfolgreicher Behandlung des Herzinfarktes auf die Intensivstation gebracht.

Tief eingeprägt hat sich uns die Bemerkung des Operateurs, der uns mit den Worten begrüßte: "Sie können Ihrer Tochter sagen, Sie hätten ihr das Leben gerettet".

Nach zweieinhalb Wochen auf der Intensivstation der Uniklinik Mainz und nach sieben Monaten in der neurologischen Rehaklinik Schmieder in Heidelberg hat sich eine deutliche Verbesserung von Kattis Gesundheitszustand eingestellt, die wir in diesem Ausmaß nicht erwartet hatten. Die nachfolgenden Behandlungen in der Mainzer Kardiologischen Klinik und durch den Hausarzt sowie weitere intensive Therapien haben zu einer weiteren Verbesserung des Gesundheitszustandes beigetragen.

Abschließend möchten wir uns bei allen Ärzten und insbesondere bei Professor Münzel für die nachdrückliche Hilfe bedanken, ohne die das bisher Erreichte nicht möglich gewesen wäre.

# STIFTUNG MAINZER HERZ

# spendet Favorite Parkhotel Defibrillator

Das Team von Christian Barth war schon im Bereich Wiederbelebungsmaßnahmen geschult worden. Nun wurde der Favorite ein Defibrillator von der STIFTUNG MAINZER HERZ gespendet.

Bei ca. 20% der leblosen Patienten liegt ein Herzflimmern vor. Durch den Einsatz des Defibrillators kann bei diesen erfolgreich ein normaler Herzrhythmus wieder hergestellt werden.

#### Dennoch nicht vergessen:

- Notruf (Telefon 112) absetzen,
- on Beginn an 30 x drücken und 2 x beatmen,
- bis der Notarzt eintrifft.

In der Regel ist der Notarzt in Mainz in 8 bis 10 Minuten vor Ort, um die Wiederbelebung von den Laien zu übernehmen.



Wenn Interesse besteht, bietet die Stiftung Mainzer Herz Wiederbelebungskurse für Firmen an.

Telefon 0 61 31 – 6 23 14 73 E-Mail sagosche@uni-mainz.de

# Zustiften und Spenden\*

\*Quelle: Stifterverband für die Deutsche Wissenschaft

#### Zustiften

**Zustiften** stockt das Vermögen einer Stiftung auf, um ihre Leistungsfähigkeit langfristig zu stärken. So haben Sie beim Zustiften die Möglichkeit, das Stiftungsvermögen zu stärken, das den gewünschten Förderschwerpunkt abdeckt; es werden gleichsam Kräfte gebündelt.

## **Spende**

Eine **Spende** unterstützt eine Stiftung ganz konkret in ihrer Tätigkeit. Auch hier gibt es die Möglichkeit, regelmäßige Spenden oder einmalige Zuwendungen für Projekte zu initiieren oder Aktionen zu unterstützen. Spenden unterliegen einer zeitnahen Mittelverwendung, d.h. sie müssen innerhalb von zwei Jahren dem Stiftungszweck entsprechend eingesetzt werden.

## Steuerliche Aspekte

Sowohl Zustiftungen als auch Spenden können steuerrechtlich geltend gemacht werden.

# **Spenderwille**

Der Wille des Spenders ist ausschlaggebend: Sie können bei einer Zuwendung entscheiden, ob es sich um eine Zustiftung oder eine Spende handelt.

# **Spendenkonten**

## STIFTUNG MAINZER HERZ

#### MAINZER VOLKSBANK

IBAN DE38 5519 0000 0006 1610 61 BIC MVBMDE55

#### SPARKASSE MAINZ

IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03 BIC MALADE51MNZ

#### Volksbank Alzey-Worms eG mit Niederlassung VR-Bank Mainz

IBAN DE80 5509 1200 0000 2020 10 BIC GENODE61AZY



Wir freuen uns über jedwede Form der Unterstützung.

Wir verzeichnen viele einmalige Unterstützungen; andere bedenken die STIFTUNG MAINZER HERZ anlässlich eines Jubiläums, eines Geburtstages oder im Trauerfall.

Wenn Sie die STIFTUNG MAINZER HERZ regelmäßig fördern wollen, haben Sie die Möglichkeit dazu über eine Mitgliedschaft im Freundeskreis.

# Spenden 2018 und Unterstützung für die STIFTUNG MAINZER HERZ

Wir bedanken uns bei den im Folgenden aufgeführten Spendern, die aufgrund eines Jubiläums, Geburtstages oder eines Trauerfalls die STIFTUNG MAINZER HERZ mit einem größeren Betrag bedacht haben.

Wir danken aber auch den vielen ungenannten Einzelspendern, die sich der STIFTUNG MAINZER HERZ verbunden fühlen und durch Ihre Zuwendung die Arbeit der Stiftung unterstützen.

- Spende Ralf AZUR GmbH Landfried
- Spende Franz Josef Bagus
- Spende Trauerfall Hans-Artur Bauckhage
- Spende Karl-Joachim und Ursula Bauer
- Spende Trauerfall Philipp Becker
- Spende Stephan Becker, Together with Friends
- Spende Trauerfall Amalie Beggert
- Spende Kerstin Beier
- Spende Emanuel und Edith Bellendir
- Spende Günter Bley
- Spende Geburtstag Christa Bley
- Spende Martina Bockius
- Spende Roland Boller
- Spende Reinhold und Annemarie Brodhäcker
- Spende Peter Bugner
- Spende Ursula Burgl-Horatschek
- Spende Günter Josef Burkart
- Spende Andreas Daiber
- Spende Otto De Hasque
- Spende Peter Ditsch
- Spende Peter und Gabriele Ditsch
- Spende Klaus-Dieter Doll
- Spende Dr. Eugen und Friederike Eberts
- Spende Prof. Albert Edelmann
- Spende Bärbel Eulich
- Spende Trauerfall E. Friedrich
- Spende Dirk Gemünden
- Spende Gerhard und Lieselotte Gras
- Spende Christoph Gronen
- Spende Frank Heckelmann
- Spende Kai Heckert
- Spende Christian Heidel
- Spende Herbert Heidel
- Spende Wolfgang und Ingrid Heilbronn

- Spende Michael Heinz
- Spende Werner und Edith Heyder
- Spende Ludwig und Rosemarie Holzheid
- Spende Cornelia und Michael Janz
- Spende Wolfram Jung
- Spende Andrea Kiewel
- Spende Hans Klee
- Spende Trauerfall Günther Klehr
- Spende Günter und Waltraud Kling
- Spende Rainer Knewitz
- Spende Henrik Knodel
- Spende Michaela Korn
- Spende Helma Krone
- Spende Hanna Küster
- Spende Rupert Lechner
- Spende Hans Lingelbach
- Spende Gemeinnützige Stiftung Friedhelm Loh
- Spende Geburtstag Wolfgang Mary
- Spende Trauerfall Willy Müller
- Spende Hans und Gonda Müller
- Spende Thomas und Heidrun Münzel
- Spende Trauerfall Karl Neuhäuser
- Spende Dr. Lars Nevian
- Spende Lothar Pächer
- Spende Firmenjubiläum Palka Bau
- Spende Christof Pax
- Spende Peter und Ute Pekrul
- Spende Dr. Helmut und Brigitte Pfeffer
- Spende Else Pilz
- Spende Wolfgang und Margot Pöhlmann
- Spende Rainer Neuer
- Spende Norbert und Gisela Reus
- Spende Dr. Eberhard Richter
- Spende Nina und Gennadij Römer

- Spende Günter und Ursula Roos
- Spende Trauferall Ingeborg Schäfer
- Spende Bethel Schanz
- Spende Manfred Schmidt
- Spende Dr. Timm-Peter Schmidt
- Spende Martina Schmidt
- Spende Bernhard und Brunhild Schmidt
- Spende Hannelore Schneider
- Spende Harald Scholl
- Spende Ursula Scholz
- Spende Karl Johann Schultheiss
- Spende Philipp Schwamb
- Spende Dr. Georg und Kristina Schwarz
- Spende Günter und Brigitte Smebtek
- Spende Markus Sporrenberg

- Spende Geburtstag Wolfgang Arx und Rainer Steffens
- Spende Trauerfall Johann Stenner
- Spende Geburtstag Heidi Stoll
- Spende Geburtstag Walter Strutz
- Spende Doris Stölzle und Alexander Swetlitschkin
- Spende Hartmut Swietlik
- Spende Christoph Johannes Thilmann
- Spende Frederic Tonhofer
- Spende Reinhold von Brodhäcker
- Spende Richard Wagner
- Spende Fred Wedell
- Spende Helmut Weil
- Spende Horst und Margit Weinmann
- Spende Franz Wocker

# Spende anlässlich des 20. Geburtstages des HYATT Mainz

Im Mai 2018 jährte sich die Eröffnung des Hotels zum 20. Mal.

"Definitiv ein Grund zu feiern", fand Frank Heckelmann, Generaldirektor des Hyatt Regency Mainz und hat sich anlässlich dieses schönen Ereignisses etwas Besonderes einfallen lassen: "Das gesamte Hotelteam möchte sich bei allen Anwohnern, Mainzern, Weggefährten und der Stadt für 20 Jahre Verbundenheit, Treue und gute Nachbarschaft bedanken und gemeinsam bei Kaffee und Kuchen feiern."



Das Engagement und die vom Hyatt Mainz durchgeführten Events brachten die stolze Summe von 16.000 Euro für die STIFTUNG MAINZER HERZ

Frank Heckelmann übergibt die gesammelte Spende an Thomas Münzel

Spenden

Mit einer 20 Meter langen Geburtstagstorte, kreiert von der hauseigenen Hyatt Patisserie, wurden anwesende Gäste am Sonntag, dem 27. Mai 2018 von 15 Uhr bis 17 Uhr auf der Malakoff-Terrasse verwöhnt. Kein Geringerer als Oberbürgermeister Michael Ebling hat die Torte gemeinsam mit Generaldirektor Frank Heckelmann und Professor Thomas Münzel angeschnitten.

Das Hotel freute sich über jeden, der Zeit und Lust hatte, dabei zu sein, nicht zuletzt deshalb, weil damit noch etwas Gutes getan wurde:

Der Reinerlös des Kaffee- und Kuchenverkaufs wurde an die STIFTUNG MAINZER HERZ gespendet, die an diesem Nachmittag durch Vorstandsmitglied Professor Thomas Münzel vor Ort vertreten war.





Bei der Arbeit

Professor Thomas Münzel, Oberbürgermeister Michael Ebling und der Generaldirektor des Hyatt Frank Heckelmann

Des Weiteren hatten im Juni 2018 Graffiti-Künstler die Mauer der "Rheinkanzel" unterhalb des Hyatt Regency-Hotels mit verschiedenen Bildern gestaltet. Diese Bilder wurden in der Lobby des Hyatt Regency Mainz zur Versteigerung ausgestellt und ein Teil des Erlöses kam der STIFTUNG MAINZER HERZ zugute.



# Spende anlässlich des 90. Jubiläums des Unternehmens Juwelier Wagner-Madler

Das Unternehmen Juwelier Wagner-Madler feierte in diesem Jahr sein 90. Jubiläum und pünktlich zum Jahresende bekommen die Stiftungen "STIFTUNG MAINZER HERZ" und "Kinder Gesundheit Mainz" Geschenke überreicht.

Zum 90-jährigen Geburtstag wurden an verschiedenen Aktionswochenenden von der Goldschmiedewerkstatt des Familienunternehmens spezielle Ringe aus Silber gefertigt; die Besucher der "Live-Goldschmiede" durften dabei zuschauen.

Die Ringe konnten für den symbolischen Wert von je 90 Euro erworben werden. Aus dem Verkauf dieser speziellen Ringe, die mit der Stadtsilhouette versehen sind, ist ein Spendenbetrag von 6.000,00 Euro erzielt worden.

Richard Sebastian Wagner freut sich, den Stiftungen Kinder Gesundheit Mainz und der STIFTUNG MAINZER HERZ nun jeweils 3.000,00 Euro überreichen zu dürfen und dankt den vielen Mainzerinnen und Mainzern, die an dieser Aktion teilgenommen und sich für das Goldschmiedehandwerk interessiert haben.

"Die Spendenaktion war in dieser Form für uns absolutes Neuland und inspirierend für zukünftige Aktionen dieser Art.

Ich danke allen Organisatoren, die diese Events möglich gemacht haben.

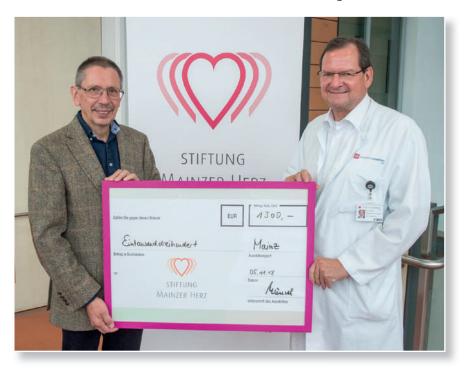
Ein großes Lob geht auch an die beiden Goldschmiedinnen Ida Bell und Farina Schmolke, die in wochenlanger Vorbereitung, Ideengebung und Ausführung die Ringe hergestellt haben", erläutert Richard Sebastian Wagner.

Etwas Besonderes erschaffen und mit dem Erlös von 3.000 Euro für die STIFTUNG MAINZER HERZ etwas Besonderes getan

Thomas Münzel und Richard Sebastian Wagner mit dem Spendenscheck für die STIFTUNG MAINZER HERZ

# 70. Geburtstag von Rainer Knewitz

Wir bedanken uns herzlich bei Herrn Rainer Knewitz für seine großzügige Spende an die STIFTUNG MAINZER HERZ anläßlich seines 70. Geburtstages.



# 80. Geburtstag von Günter Bley

Wir bedanken uns herzlich bei Herrn Günter Bley für seine großzügige Spende an die STIFTUNG MAINZER HERZ anläßlich seines 80. Geburtstages.



# Mercedes Benz Niederlassung Mainz spendet 10.000 Euro für Kinderakademie Gesundheit

Anlässlich der Wiedereröffnung der Mercedes Benz Niederlassung in Mainz im Januar 2018 spendet das Unternehmen der STIFTUNG MAINZER HERZ 10.000 Euro für die Kinderakademie Gesundheit.

Professor Thomas Münzel, Vorstandsmitglied und Initiator der STIFTUNG MAINZER HERZ nahm den Scheck für das Vorzeigeprojekt der STIFTUNG MAINZER HERZ entgegen:

"Die Kinderakademie Rheinland-Pfalz ist eines der Herzensprojekte der STIFTUNG MAINZER HERZ in der Präventionsarbeit gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Insbesondere die Aufklärung zum Thema Rauchen, der Unterricht zum Herz-Kreislauf-System und die Anleitung zur Wiederbelebung für Laien, auch schon im Kindes- und Jugendalter, stehen bei uns hier im Fokus", kommentiert Münzel.

"Wir freuen uns daher sehr über die Unterstützung durch die Mercedes Benz Niederlassung Mainz und bedanken uns herzlich."

Hartmut Swietlik, Vertriebsdirektor Rhein-Main und Mitglied der Kuratoriums der STIFTUNG MAINZER HERZ, erläutert: "Kinder liegen uns am Herzen. Daher freuen wir uns, die Kinderakademie Gesundheit zu fördern und somit einen großen Betrag zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Suchtkrankheiten und falscher Ernährung leisten zu können."

Übrigens, Thore Schölermann, bekannt aus Funk und Fernsehen, hat angeboten einen Termin der Kinderakademie Gesundheit dieses Jahr mit zu moderieren.

Wir werden darauf zurückkommen...

















**GOURMET-RESTAURANT** • Idyllisch gelegen im Stadtpark mit einmaligem Rheinblick: Ein Hotel mit allem was man für einen erholsamen Aufenthalt begehrt. Die Küche des FAVORITE restaurants, unter der Leitung von Daniele Tortomasi lässt dem Genießer keine Wünsche offen. Schöner Biergarten und Terrasse. 1.300 m² Event-Fläche für 5 - 500 Personen. Catering-Service.





#### DIE WEINBAR

Das Traumpaar Wein und Genuss findet hier die perfekte Location und wird in entspannter, stilvoll moderner Atmosphäre serviert. DER TREFFPUNKT IN MAINZ.







GANZJÄHRIGE WEINBERGSGASTRONOMIE mit Hofgarten, Panoramaterrasse, Vinothek und Hofscheune (750 m² Event-Location). Perfekt für Ihre Veranstaltung! www.hofgut-laubenheimer-hoehe.de

Karl-Weiser-Straße 1 55131 Mainz · GERMANY · Fon: +49 (0)6131-80150 www.favorite-mainz.de

# Udo Lindenbergs neues Bild "Fein(d)staub" für die Stiftung Mainzer Herz

2018 hat Udo Lindenberg der Stiftung ein Bild gemalt, das das Thema Luftverschmutzung behandelt. Es hat den Titel: FEIN(D)STAUB und ist an Aktualität nicht zu überbieten.

Das Bild zeigt uns die Luftverschmutzung, die durch Autos, Kreuzfahrtschiffe und Industrieanlagen verursacht wird.

In die Luft gepustet werden der Feinstaub (PM, particulate matter), Stickoxide (NO, NOx) Schwefeldioxid und Kohlendioxid (CO2).

Udo wird vor dem Feinstaub durch seine Musen geschützt und er selbst hat einen herausragenden Beitrag zur Reduktion der Feinstaubproduktion geleistet: Die Zigarre ist aus!

Fotograf Peter Pulkowski und Professor Thomas Münzel haben das Bild persönlich beim Künstler im Hotel Atlantik in Hamburg abgeholt!

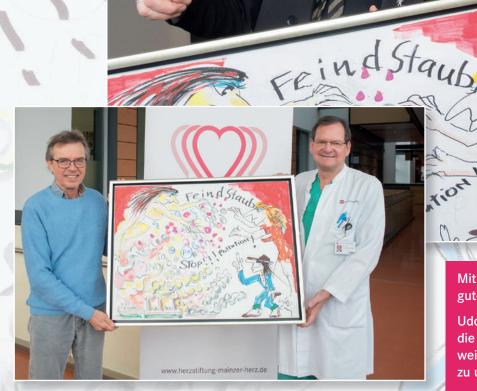
Das Bild wurde anlässlich des 9. Mainzer Herzballs für den Rekordpreis von 20.000 Euro versteigert, wobei der Erlös zu 100% der Feinstaubforschung gewidmet werden.

Der anonyme Käufer hat das Bild der Stiftung geschenkt und diese hat "FEIN(D)STAUB" dem Max-Planck-Institut für Chemie in Mainz, Professor Johannes Lelieveld weitergegeben, einem Institut, das sich schwerpunktmäßig mit dem Ausmaß und den Ursachen der Luftverschmutzung beschäftigt.









Von links: Professor Johannes Lelieveld und Professor Thomas Münzel

Mit fantastischen Werken gute Werke tun:

Udo Lindenberg hat zugesagt, die STIFTUNG MAINZER HERZ weiter mit seiner Kunst zu unterstützen.

Freuen wir uns auf das, was noch kommt!

49

# Die Udo-Lindenberg-Galerie

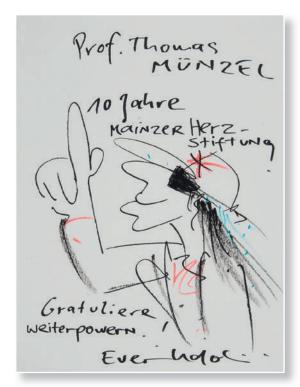




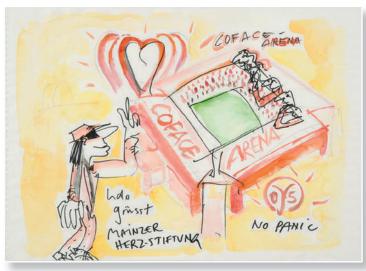


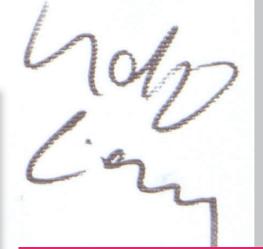




















# Spendenlauf des Gutenberg-Marathons 2018 zu Gunsten der Stiftung Mainzer Herz

Ärzte des Zentrums für Kardiologie und ein Kuratoriumsmitglied erlaufen 4.500 Euro für die Stiftung Mainzer Herz beim Spendenlauf des Gutenberg-Marathons

Anlässlich des Gutenberg Marathons 2018 haben insgesamt 25 Mitarbeiter des Zentrums für Kardiologie und das Kuratoriumsmitglied Dr. Dieter Römheld 4.500 Euro "erlaufen".

Für die Läufer konnte man Patenschaften übernehmen und entsprechend Geld spenden. Das Geld kommt vor allem dem Vorzeigeprojekt der Stiftung, der Kinderakademie Gesundheit zu Gute.

Professor Thomas Münzel nahm den Scheck für die Stiftung Mainzer Herz entgegen:

"Ich bin begeistert, was ich doch für leistungsfähige Mitarbeiter habe. Dass sie hart arbeiten in der Lage sind, einen Halbmarathon durchzustehen, wusste ich noch nicht", kommentierte

können, wusste ich schon, aber dass viele auch Thomas Münzel.

"Die Kinderakademie Gesundheit ist eines der Leuchtturmprojekte der STIFTUNG MAINZER HERZ in der Präventionsarbeit gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Start

Insbesondere die Aufklärung zum Thema Rauchen, der Unterricht zum Herz-Kreislauf-System und die Anleitung zur Wiederbelebung für Laien, auch schon im Kindes- und Jugendalter, stehen bei uns hier im Fokus", so Münzel weiter,

"Wir freuen uns sehr über diese Unterstützung und bedanken uns herzlich bei den Mitgliedern des Freundeskreises und des Kuratoriums der STIFTUNG MAINZER HERZ für das Übernehmen der Patenschaften."







# Einlochen für einen guten Zweck: 30.000 Euro für die Gutenberg-Gesundheitsstudie

84 Teilnehmer nahmen am 6. Benefiz-Golfturnier der STIFTUNG MAINZER HERZ am 19. 6. 2018 auf dem Gelände des Golfclubs im rheinhessischen Sankt Johann teil und erspielten 30.000 Euro. Der Betrag kommt wieder der Gutenberg-Gesundheitsstudie (GHS) zugute.

Der Initiator des Turniers und Vorstandsmitglied der STIFTUNG MAINZER HERZ, Professor Thomas Münzel, zeigte sich zufrieden: "Ich freue mich über den eingespielten Spendenbetrag für die Gutenberg-Gesundheitsstudie, eine der wichtigsten Bevölkerungsstudien weltweit."

Ziel der im Jahr 2007 gestarteten GHS ist unter anderem die Entschlüsselung von Ursachen für Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen wie Herzinfarkt und Diabetes mellitus der Einwohner von Rheinhessen.

Zudem soll untersucht werden, inwieweit neue Risikofaktoren wie Lärm und Luftverschmutzung die Lebenserwartung verändern.



Scheckübergabe von Professor Thomas Münzel an Professor Philipp Wild, den Leiter der Gutenberg-Gesundheitsstudie

Mehr zum 6. Benefiz-Golfturnier der STIFTUNG MAINZER HERZ?

Lesen Sie weiter auf Seite 93

# Benefiz-Golfturnier der Stiftung Mainzer Herz



zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie

Freitag, 5. Juli 2019

im Golfclub Rheinhessen Hofgut Wißberg St. Johann e.V.

12.00 Uhr Kanonenstart
Das Turnier ist vorgabewirksam.



## Weitere Informationen

Stiftungsbüro Mainzer Herz

Telefon 06131 - 62 31 473 Fax 06131 - 62 31 584 info@herzstiftung-mainzer-herz.de

## Bankverbindung

**Sparkasse Mainz** 

IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03 BIC MALADE51MNZ

# Mainzer Herz-Stiftungsball erzielt 125.000 Euro für die Stiftung Mainzer Herz

Professor Thomas Münzel übergibt dem Schatzmeister der Stiftung Mainzer Herz, Ralf Hauck, einen Scheck in Höhe von 125.000 Euro, den Erlös des 9. Herz-Stiftungsballs vom November 2018.

Der Herzball 2018 im Mainzer Schloss war ein großer Erfolg und ein Highlight zum Jubiläum "10 Jahre Stiftung Mainzer Herz".

Erstmals moderiert durch Sandra Maria Gronewald vom ZDF, war der Auftritt des Magiers Simon von Berlepsch mit einem Zauberer- und Hypnoseteil sicherlich ein Highlight der Veranstaltung.

Die Versteigerung des Udo Lindenberg Bildes "FEIN(D)STAUB, die während des Herzballs beendet wurde, ergab ein Rekordgebot von 20.000 Euro.

Die erlösten Gelder werden komplett der Feinstaubforschung des Zentrums für Kardiologie der Universitätsmedizin gewidmet

"Diese große Summe hat alle unsere Erwartungen übertroffen", kommentierte Ralf Hauck, der Vorstandsvorsitzende, "und wir bedanken uns vor allem bei dem großen Engagement

von Frau Heidrun Münzel, der Geschäftsführerin der STIFTUNG MAINZER HERZ, die diesen Event perfekt organisierte."

"Mit diesem Geld werden wir wiederum die Kinderakademie Gesundheit, die Gutenberg-Gesundheitsstudie und unsere Herz-Kreislauf-Forschung im Bereich Lärm und Feinstaub unterstützen. Darüber hinaus bleiben immer noch Mittel, um die Ausbildung unserer Pfleger und Schwestern zu finanzieren," so Professor Thomas Münzel.



te und Informationen

62 31 473



Von links: Ralf Hauck und Thomas Münzel

Mehr zum Mainzer Herz-Stiftungsball? Lesen Sie diesen Stiftungsbericht doch einmal von hinten nach vorne.



# Testen Sie eine neue Kutsche.

Die neue B-Klasse ist der Inbegriff des Familienautos. Sportlich und überaus praktisch, kompakt und äußerst geräumig. All das mit einer Vielzahl von innovativen Fahrassistenz-Systemen. Erleben Sie es selbst auf einer exklusiven Probefahrt bei Ihrer Mercedes-Benz Niederlassung Mainz.

# Jetzt Probefahrt vereinbaren.



## Mercedes-Benz

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart Partner vor Ort: Mercedes-Benz Vertrieb PKW GmbH Niederlassung Mainz Mercedesstraße  $1\cdot55128$  Mainz · www.mercedes-benz-mainz.de

# STIFTUNG MAINZER HERZ verleiht

# den Wissenschaftspreis 2018 der Stiftung dotiert mit 100.000 Euro an Professor Daiber

Am 17. November 2018 wurde im Mainzer Schloss im Rahmen des 9. Herzballs der Wissenschaftspreis der STIFTUNG MAINZER HERZ verliehen.

Mit 100.000 Euro ist er einer der am höchsten dotierten in Deutschland.

Verliehen wurde der Preis durch den wissenschaftlichen Vorstand der Universitätsmedizin Univ.-Prof. Dr. Ulrich Förstermann an Univ.-Prof. Dr. rer. nat. et med. habil. Andreas Daiber.

Professor Daiber hat im Jahre 2000 im Fachbereich der Biologie der Universität Konstanz promoviert und ist 2002 an das Universitäre Krankenhaus Eppendorf nach Hamburg in die Arbeitsgruppe zu Professor Münzel gewechselt.

2004 wechselte er an die Johannes Gutenberg-Universität in Mainz und wurde hier Leiter der molekularen Kardiologie. 2006 folgte die Habilitation und 2008 der Ruf auf eine W2-Professor Molekulare Kardiologie.

2014 bis 2016 leitete er eine COST ACTION, ein Europäisches Netzwerk für Zusammenarbeit im Bereich Wissenschaft und Technologie mit dem Thema oxidativer Stress und Redoxbiologie.

Er hat mittlerweile knapp 400 Publikationen veröffentlicht und seit 2004 mehr als 3 Millionen Euro Drittmittel erworben.

Seit 2 Jahren erforscht Prof. Daiber mit großem Erfolg die Auswirkungen von Fluglärm auf die Gefäßfunktion.

Den Preis erhält Professor Daiber für seine herausragenden Leistungen im Bereich der Gefäßbiologie.

Das Geld wird in erster Linie für die Forschung zu dem Thema Lärm und Luftverschmutzung sowie deren Auswirkungen auf die Gesundheit verwandt werden.



Verleihung des Wissenschaftspreis 2018 der STIFTUNG MAINZER HERZ Von links: Professor Münzel, Professor Daiber, Professor Förstermann und Frau Gronewald

# STIFTUNG MAINZER HERZ unterstützt

# Feinstaubforschung an der Universitätsmedizin Mainz

Unsere wohl wichtigste Errungenschaft 2018 war der Erwerb unserer Feinstaub generierenden Maschine, die weltweit wohl als Prototyp angesehen werden kann. Die Finanzierung der Expositionsanlage wurde zu Teilen von der Universitätsmedizin und von der STIETUNG MAINZER HERZ Übernommen.

Wie der Presse zu entnehmen ist, gibt es ja fast kein Thema, dass die Deutschen so sehr beschäftigt wie die Luftverschmutzung und hier insbesondere die Frage, was ist in Bezug auf die Dieselabgase besonders schädigend: der Feinstaub oder das Stickstoffdioxid.

In Kürze werden wir in der Lage sein, Feinstaub jeglicher Größe, von der Feinstaubgröße von  $10\mu m$  bis zu Ultrafeinstaub, generieren zu können. Weltweit einmalig ist die Tatsache, dass wir in einer Expositionskammer Lärm, und hier insbesondere Fluglärm, mit Feinstaub ko-exponieren können und damit in der Lage sind, eine Aussage darüber zu treffen, ob Feinstaub und Lärm additiv oder sogar exponentiell das Herz-Kreislauf-System schädigen.

Feinstaubexpositionsanlage

Diese Untersuchungen werden in Kooperation mit dem Max-Planck-Institut für Chemie in Mainz, der Gruppe um Professor Dr. Johannes Lelieveld, durchgeführt werden.

Expositionskammer mit Lautsprechern zum Einspielen von Fluglärm





STIFTUNG MAINZER HERZ unterstützt Fort- und Weiterbildung in der Krankenpflege

# Fort- und Weiterbildung des Pflegepersonals - gefördert durch die STIFTUNG MAINZER HERZ

Auch im Jahr 2018 erfuhr das Zentrum für Kardiologie wieder Unterstützung bei der Fort- und Weiterbildung des Pflegepersonals durch die STIFTUNG MAINZER HERZ mit einem Gesamtvolumen von ca. 10.000 Euro.

Gefördert wurden Gesundheits- und KrankenpflegerInnen aus der stationären Krankenversorgung, die ihre Kenntnisse in unterschiedlichen Schwerpunktbereichen erweitern wollten.

Inzwischen haben alle sechs Mitarbeiter-Innen ihre Fachweiterbildungen erfolgreich abgeschlossen.

# Die Personen und ihre verschiedenen Weiterbildungen im Überblick

Weiterbildung für Intermediate Care Bereiche (IMC)

Frau Franziska Wirths und Lucien Schmitt-Böhm arbeiten in der Chest Pain Unit und Heart Valve Unit. Sie starteten im Januar 2018 berufsbegleitend die Weiterbildung für Intermediate Care Bereiche (IMC), die über einen Zeitraum von 12 Monate ging. Inzwischen haben beide die berufliche Maßnahme mit der Gesamtnote – sehr gut – erfolgreich abgeschlossen.

- Die Weiterbildung umfasst 236 Stunden theoretischen und praktischen Unterricht.
- Hospitationstage auf externen Intermediate Care Stationen (IMC – "Zwischenstation zwischen Normal- und Intensivstation") und Intensivstationen komplettieren das Programm. Der Umgang mit kritisch-kranken Menschen auf einer IMC Station verlangt ein hohes Maß an Kompetenz.



Professor Münzel mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern an den von der STIFTUNG MAINZER HERZ geförderten Weiterbildungsprogrammen des Zentrums für Kardiologie an der Universitätsmedizin Mainz
Von links nach rechts: Pierre Lusien Schmidt-Böhm, Daniela Schneider, Prof. Münzel, Pia Zuppke, Franziska Wirths

 Ziel der Weiterbildung ist es, den Teilnehmern spezifische Kenntnisse zu vermitteln, mit denen sie den komplexen Herausforderungen begegnen können.

# Unter anderem werden folgende Lerninhalte vermittelt:

- Überwachung und Diagnostik
- Therapie und Durchführung invasiver Maßnahmen
- Auswirkungen kritischer Störungen auf spezifische Organsysteme
- Die Begleitung von Patienten und Bezugspersonen in existentiell bedrohlich erlebten Situationen
- Spezielle Krankheitsbilder und Pflegekonzepte
- Interaktion und Kommunikation
- Rechts- und Berufskunde

## Weiterbildung zur Pflegeberatung und Case Management

Frau Monika Kirsch arbeitet im stationären Entlassungsmanagement. Seit 2017 absolvierte sie berufsbegleitend die Weiterbildung zur Pflegeberatung und Case Management. Diese Weiterbildung hat sie im Juni 2018 mit der Abschlussnote – sehr gut – erfolgreich abgeschlossen.

- Der Umfang dieser Weiterbildung umfasst 434 Stunden Seminar und 9 Tage Tätigkeit in Praktika.
- Die Inhalte richten sich nach den Empfehlungen des Spitzenverbandes der Gesetzlichen Krankenversicherungen zur Qualifikation der Pflegeberater, den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Care und Case Management, sowie den Gesetzbüchern SGB V, IX und XI. Aufgrund weitreichender Gesetzesänderungen im Entlass-Management sind die Anforderungen im Bereich der Pflegeberatung enorm gestiegen.
- Die Schulungsmaßnahme verfolgt das Ziel, die Teilnehmenden zu befähigen, Patienten und deren Angehörige zur Erbringung von Gesundheitsleistungen optimal beraten zu können.

#### Zu den Lerninhalten gehören beispielsweise:

- Sozial- und Versicherungsrecht
- Pflegefachwissen für Pflegeberatung
- Konfliktmanagement
- Theoretische und praktische Grundlagen des Case Managements

# Weiterbildung zum Pflegeexperten für Herzinsuffizienz

Die Weiterbildung zum Pflegeexperten für Herzinsuffizienz startete für Frau Daniela Schneider und Frau Pia Zuppke zum 26. Januar 2018; beide arbeiten im Bereich Heart Valve Unit. Auch diese beiden haben inzwischen Ihre Prüfungen mit sehr gutem Erfolg abgelegt.

- Der Lernkatalog lehnt sich an das europäische Curriculum zur Heart Failure Nurse an und umfasst 400 Stunden, gegliedert in 100 Stunden Präsenz- und 300 Stunden Selbstlernanteile.
- Die Weiterbildung trägt den speziellen Bedürfnissen und Ansprüchen der Patienten sowie deren Angehörigen Rechnung.
- Pflegende sollen dazu befähigt werden, der komplexen Versorgungssituation von Menschen mit Herzinsuffizienz adäquat zu begegnen. Dazu bedarf es verschiedener Kompetenzen, u.a. aus den Bereichen Diagnostik, Psychologie und Pädagogik.
- Ziel des speziellen Schulungsprogramms ist es, die Teilnehmenden dahin gehend zu befähigen, die gestellten Aufgaben professionell zu bewältigen und eine Schlüsselrolle in der Versorgung der Patienten einnehmen zu können.
- International hat sich die Weiterbildung bereits etabliert: "Heart Failure Nurses" werden zunehmend eingesetzt.

#### Lerninhalte sind beispielsweise:

- Pflegerisches Symptom Management bei Herzinsuffizienz
- Beratung und Schulung von Patienten und deren Angehörigen
- Anatomie, Therapie sowie Verständnis für Evidenzbasierung

### Weiterbildung Palliative Care

**Frau Sabine Moll** arbeitet auf der Intensivstation 2 A. Sie hat ihre **Weiterbildung Palliative Care** bereits im März 2017 begonnen und diese 2018 erfolgreich abgeschlossen.

- Die berufsbegleitende Weiterbildung umfasst insgesamt 160 Stunden und vermittelt ein ganzheitliches Betreuungskonzept für unheilbar kranke Menschen.
- Im Rahmen dieses Kurses fließt disziplinübergreifend das Fachwissen medizinischer, pflegerischer, sozialer, seelsorglicher und therapeutischer Berufe mit ein.
- Hierbei wird das Ziel verfolgt, den Patienten und deren Angehörigen möglichst lange, die Lebensqualität zu erhalten bzw. zu verbessern. Die Betreuung von Patienten in dieser speziellen Lebenssituation erfordert umfangreiche Kompetenzen von den Pflegenden.

Mit einem Curriculum, das sich nach den Autoren Aurnhammer, Müller und Kern richtet, werden Inhalte wie:

- Tumorschmerztherapie
- Kommunikation
- Umgang mit Sterben, Tod und Trauer
- Spezielle Pflegemaßnahmen
- Ethische Aspekte

an die Teilnehmer vermittelt.

Die Bereitschaft der Mitarbeiter sich ständig weiterzuentwickeln und vorhandene Kompetenzen auszubauen, dient nicht nur der persönlichen Entwicklung, sondern stellt einen wesentlichen Bestandteil der qualitativen Patientenversorgung dar. Auch im Hinblick auf Zertifizierungen wird durch die Teilnahme an Weiterbildungen der Qualitätssicherung Rechnung getragen.

Alle Teilnehmer haben die Weiterbildungen mit viel Freude und persönlichem Einsatz absolviert.

Mein Dank gilt der STIFTUNG

MAINZER HERZ, ohne deren Unterstützung eine Spezialisierung und Weiterentwicklung unserer Pflegekräfte nicht möglich wäre.

#### Gabriele Maas

Diplom-Pflegewirtin (FH)
Klinikmanagerin und
Leitung Case Management
im Zentrum für Kardiologie
der Universitätsmedizin Mainz

# Durchgeführte Veranstaltungen 2018

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
27. Februar	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	<ul> <li>Highlights Herzstudien 2017</li> <li>Gesunde Ernährung mit Prof. Thomas Münzel und Johann Lafer</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505
14. Mai – 15. Juni	Frühjahrs- Kinderakademie Gesundheit	<ul> <li>Raucherprävention</li> <li>Gesunde Ernährung</li> <li>Herz-Kreislauf-System</li> <li>Begehbares Herz</li> <li>Wiederbelebungstraining</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum
23. Mai	Frühjahrs- Kinderakademie Gesundheit	Sondertermin mit fünf Schulklassen inklusive Besuch von Schirmherrin Frau Ministerpräsidentin Malu Dreyer	Opel Arena
8. Juni	6. Benefiz-Golfturnier	Fundraising für die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Golfclub Rheinhessen Wissberg Kanonenstart 12.00 Uhr
12. Juni	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	<ul><li>Wiederbelebung</li><li>Prof. Bernd W. Böttiger,</li><li>Köln</li></ul>	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505
18. September	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	Abendvorlesung für Kinder  Gesunde Ernährung  E-Zigaretten und Shishas mit Prof. Thomas Münzel und Dr. Johannes Oepen	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
523. November	Herbst- Kinderakademie Gesundheit	<ul> <li>Raucherprävention</li> <li>Gesunde Ernährung</li> <li>Herz-Kreislauf-System</li> <li>Begehbares Herz</li> <li>Wiederbelebungstraining</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum
17. November	9. Mainzer Herz-Stiftungsball	Fundraising Event für die Kinder- akademie Gesundheit und die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Kurfürstliches Schloss zu Mainz
20. November	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert" Abend, für Patienten, Angehörige und Interessierte	<ul> <li>Bluthochdruck und         Blutverdünnung         bei Vorhofflimmern         mit Prof. Thomas Münzel         und Prof. Thomas Meinertz</li> </ul>	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505
28. November	"STIFTUNG MAINZER HERZ informiert"	Neue Leitlinien Bluthochdruck	DRK Krankenhaus Alzey

# Die "STIFTUNG MAINZER HERZ informiert..."

## 27. Februar 2018 - Gesunde Ernährung mit Johann Lafer

Der Hörsaal war voll: Das lag zum einen an den interessanten Themen, zum anderen auch an der Tatsache, dass mit **Johann Lafer** Prominenz angesagt war.

In seinem Vortrag fokussierte sich **Professor Münzel** auf die Themen Herzklappen-Erkrankungen, Übergewicht, koronare Herz-Erkrankung und Bluthochdruck.

- Regelmäßig Sport treiben und den Body Mass Index niedrig halten, sind hierbei nach wie vor wichtige Grundprinzipien.
- Im Bereich Herzklappen-Implantationen hat das Zentrum für Kardiologie mittlerweile die Spitzenpositionen insbesondere im Bereich der Versorgung der undichten Mitralklappe mit dem MITRACLIP® erreicht.

In Bezug auf Gewichtsreduktion bevorzugt der Mediziner Low Carb Diät, also eine Diät mit wenigen Kohlenhydraten.

- Ein wichtiger Vorteil hierbei ist, dass man extrem schnell abnimmt und Studien auch nachweislich ein besseres und längeres Leben in Aussicht stellen, wenn man weniger Kohlenhydrate isst und interessanterweise auch mehr Fett zu sich nimmt.
- Auch die Tatsache, dass viel Kaffee trinken das Leben verlängert, findet mehr und mehr Beachtung.

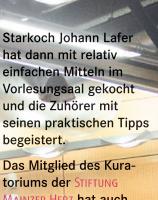












Das Mitglied des Kuratoriums der STIFTUNG MAINZER HERZ hat auch für die Zukunft seine Unterstützung bei Veranstaltungen zugesagt.





STIFTUNG

MAINZER HERZ informiert

- Highlights Herzstudien 2017
   Prof. Dr. med. Thomas Münzel
- Wie nehme ich als Herzpatient gesund ab?

Prof. Dr. med. Thomas Münzel

 Johann Lafer gibt Ernährungstipps für das tägliche Leben.



Johann Lafer Kuratoriumsmitglied der Stiftung Mainzer Herz

tum: Dienstag, 27. 02. 2018

Beginn: 18.30 Uhr

Ort: Universitätsmedizin

lainz

Gebäude 505

Horsaal

Langenbeckstraße





# Die "STIFTUNG MAINZER HERZ informiert..."

## 12. Juni 2018 - Thema Wiederbelebung mit Prof. Böttiger, Köln

Da zu der Veranstaltung mit gleichem Thema im Jahr 2017 nur 30 Zuhörer gekommen waren, haben wir dieses klinisch so wichtige Thema noch einmal in unsere Veranstaltungsreihe 2018 aufgenommen. Dieses Mal hatten wir einen vollen Vorlesungssaal!

In seinem Vortrag hat Prof. Böttiger auf die Empfehlung der europäischen Leitlinien hingewiesen:

- 30 x drücken und 2 x beatmen, wenn derjenige, der die Herzdruckmassage durchführt, die Beatmung beherrscht und diese auch durchführen möchte.
- Ansonsten ist hier die alleinige und kontinuierliche ununterbrochene Herzdruckmassage die richtige Wahl
  - Man drückt 100 bis 120 mal pro Minute
  - in der Mitte des Brustkorbs zwischen den Brustwarzen
  - 5 cm tief beim Erwachsenen.
  - Das ist schnell ganz nach dem Rhythmus der Bee Gees bei "Staying Alive" –, tief und fest, man sagt auch
  - "HHH: Hauptsache Heftige Herzmassage".
  - Eine solche Laienreanimation verdoppelt bis vervierfacht das Überleben.

Prof. Böttiger berichtet weiter, dass sich die Situation in Deutschland zwar gebessert habe, aber im Vergleich zu den nordischen Ländern traut sich nur eine Minderheit zu, wiederzubeleben, obwohl in 60 – 70 % der Fälle mindestens ein Zeuge dabei ist, wenn ein Mensch einen Herzstillstand erleidet.

Allermeist passiert das übrigens zu Hause, wo vor allem Familienmitglieder helfen könnten (siehe auch Bericht der Wiederbelebung von Katti Himmerich auf Seite 38).

Aber nur in etwa 20% der Fälle beginnt derzeit bei uns ein Zeuge mit der Wiederbelebung.

Ein Herzstillstand ist die dritthäufigste
Todesursache in Deutschland – und
im Vergleich zu Krebs und anderen
Krankheiten so kinderleicht zu bekämpfen.

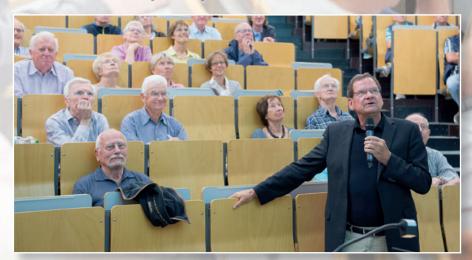
Dabei ist festzuhalten: Jeder kann Leben retten. Alle Gesellschaftsschichten und Altersgruppen – vor allem schon Kinder – müssen die Laienreanimation lernen.

Prof. Böttiger lobte hierbei das Engagement der STIFTUNG MAINZER HERZ, die im Rahmen der Kinderakademie Gesundheit das Thema Wiederbelebung in das Programm aufgenommen hat. So erlernen pro Jahr ca. 1.200 bis 1.300 Kinder in praktischen Übungen Wiederbelebungsmaßnahmen, die diese mit Begeisterung angenommen und umgesetzt haben.

Laienhelfer sind entscheidend für das Überleben bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand.

Der Rettungsdienst ist in Deutschland nach durchschnittlich acht bis zwölf Minuten vor Ort, mitunter dauert es noch länger. Während das Herz oft auch nach 10 bis 15 Minuten wieder in Gang gebracht werden kann, überleben Gehirnzellen nur drei bis fünf Minuten ohne Sauerstoff. Danach wird das Hirn irreparabel geschädigt.







Deshalb hieß es nach dem Vortrag, selbst Hand anlegen und Wiederbelebung üben, üben, üben...

... und alle machten mit.



Danke hier auch an unsere fleißigen Helfer, die mit großem Einsatz, Wiederbelebung vermittelten und an alle, die mitmachten und bewiesen haben, Wiederbelebung lernen, kann jeder...









# Die "STIFTUNG MAINZER HERZ informiert..."

# im Herzmonat gemeinsam mit der Deutschen Herzstiftung

20. November 2018 -

Themen: Bluthochdruck, Vorhofflimmern und Blutverdünnung

## Was sind die optimalen Blutdruck-Werte?

Das war die Frage, die sich Professor Münzel in seinem Vortrag gestellt hat. Interessanterweise sind die Ansichten in den USA und Europa deutlich divergent (wie in anderen Punkten aktuell wohl auch).

Während in den neuesten Leitlinien zur Therapie des Bluthochdruckes in Europa nach wie vor die 140/80 mmHg gelten, hat man in den USA die Normalwerte auf jetzt 120/80 mmHg gesenkt. Dies wiederum bedeutet, dass es auf einen Schlag in den USA 35 Millionen mehr Hochdruckkranke gab.

Verantwortlich für diese Einschätzung ist vor allem die SPRINT-Studie, eine Untersuchung, die in den USA an knapp 10.000 Patienten mit Bluthochdruck durchgeführt wurde.

Die Studie wurde vorzeitig, etwa ein Jahr vor dem geplanten Studienende, von dem zuständigen studienbegleitenden Monitoringkommitee gestoppt. Der Grund war, dass eine Zwischenauswertung eine deutliche Überlegenheit des niedrigeren Zielblutdrucks zeigte.

In der Gruppe mit dem Zielblutdruck von < 120 mmHg systolisch gab es fast ein Viertel weniger Todesfälle und fast ein Drittel weniger kardiovaskuläre Ereignisse als in der Zielblutdruckgruppe < 140 mmHg. Damit war es nach Einschätzung des Monitoringkommitees ethisch nicht vertretbar, die Studie fortzuführen.

Wichtig ist festzuhalten, dass bei dieser Studie die Studienteilnehmer den Blutdruck zu Hause selber gemessen haben und damit die sogenannte "Weißkittel-Hochdruckkomponente" weggefallen ist, die durchaus eine Blutdrucksteigerung von 10 bis 20 mmHg ausmachen kann.

Vereinfacht gesagt bedeutet dies, dass möglicherweise die Werte aus den USA denen in Europa entsprechen!

Wichtig ist, dass sich die Situation in Bezug auf den hohen Blutdruck in Deutschland in den letzten Jahren deutlich gebessert hat.

Hier die wichtigsten Punkte der <mark>Deutschen Hochdruckliga</mark>

- Jeder 3. Deutsche hat einen Bluthodhdruck
- Es ist primär eine Erkrankung des älteren Menschen; ab dem 70. Lebensjahr haben 3 von 4 Personen einen hohen Blutdruck
- 88% wissen, dass sie einen Bluthochdruck haben
- 3 von 4 Patienten erreichen unter der Blutdrucksenker-Therapie gute Werte
- Männer wissen weniger von ihrer Krankheit und lassen sich auch weniger behandeln
- Mehrere 100.000 Kinder haben heute bereits erhöhte Blutdruckwerte mit zunehmender Tendenz





### Therapie des Bluthochdruckes

Bei der Therapie des Bluthochdruckes steht initial eine Änderung des Lebensstils im Vordergrund. Dies wird auch als nicht medikamentöse Therapie der Blutdrucksenkung bezeichnet

 Nichtmedikamentös: durch sogenannte Lebensstiländerungen kann man schon bedeutende Blutdrucksenkungen erzielen. In der folgenden Tabelle sind die wichtigsten zusammengefasst:

Nichtmedikamentöse Therapie des Bluthochdrucks				
Änderung	Empfehlung	Blutdrucksenkung		
Gewichts- reduktion	Normalgewicht (BMI 18,5 bis 24,9 kg/m²)	5 bis 20 mmHG / 10 kg		
Ernährungs- umstellung	Viel Obst und Gemüse Wenig Fett	8 bis 14 mmHG		
Salzrestriktion	Reduktion auf max. 6 g Kochsalz pro Tag	2 bis 8 mmHG		
Bewegung	Mind. 30 Minuten 3 mal pro Woche	4 bis 9 mmHG		
Moderater Alkoholkonsum	< 30 g für Männer: 680 ml Bier, 280 ml Wein	2 bis 4 mmHG		
	> 20 g für Frauen: 450 ml Bier, 185 ml Wein			

Medikamentöse Therapien sind dann erforderlich, wenn trotz der Lebensstiländerungen weiterhin Blutdruckwerte > 140/90 mm Hg gemessen werden.

Hierbei ist zu beachten, dass es mehrere Medikamente gibt, die gleichberechtigt als erste Wahl zur Blutdrucksenkung eingesetzt werden können, wie

- ACE-Hemmer, Calciumantagonisten, Betablocker und Diuretika (Wassermittel).
- In der Regel sind Kombinationspräparate zu bevorzugen.
- Absetzen darf man die Medikamente bei normalisiertem Blutdruck nicht, da er sonst wieder ansteigt.

## Vorhofflimmern und Blutverdünnung

Professor Thomas Meinertz sprach an dem Patientenabend über Vorhofflimmern und Blutverdünnung.

Aktuell geht man davon aus, dass das Vorhofflimmern für 20 – 30% aller Schlaganfälle verantwortlich ist. Die Entscheidung zur Behandlung mit gerinnungshemmenden Medikamenten (Antikoagulation) wird vom behandelnden Arzt nach sorgfältiger Nutzen-Risiko-Abwägung getroffen. Bei der Mehrzahl der Patienten mit Vorhofflimmern ist eine Gerinnungshemmung notwendig. Durch Gerinnungshemmung kann die Mehrzahl der Patienten vor dem Schlaganfall geschützt und ihr Leben verlängert werden.

Die Entscheidung für oder gegen Gerinnungshemmer wird auf Basis des CHA<sub>2</sub>DS<sub>2</sub>-VASc Scores gefällt. Wie hoch das Risiko für Schlaganfall beim einzelnen Patienten ist, hängt von den Risikofaktoren des Scores ab.

The second secon	
Risikofaktoren Schlaganfall	Punkte
Herzschwäche	1
Bluthochdruck	1
Alter über 75 Jahre	2
Diabetes	1
Schlaganfall / TIA / Thrombembolie	2
Gefäßerkrankung	1
Alter 65 bis 74 Jahre	1
Weibliches Geschlecht	1
Maximale Punktzahl	9

#### TIA: transitorisch, ischämische Attacke

Zählt man alle Punkte zusammen, erhält der Arzt das individuelle Schlaganfallrisiko des Patienten. Für die Therapieempfehlung ist letztlich entscheidend, welcher Risikokategorie der Punktwert zugeordnet ist:

Geringes Risiko	0 bis 1 Punkte
Mittleres Risiko	2 Punkte
Hohes Risiko	3 bis 6 Punkte

Der CHA<sub>2</sub>DS<sub>2</sub>-VASc-Score hilft vor allem bei der Entscheidung über eine Behandlung mit Gerinnungshemmern, wie z.B. neuen oralen Antikoagulanzien.

- Bei geringem Risiko (0 Punkte) kann vielen Leitlinien zufolge eher auf eine gerinnungshemmende Therapie verzichtet werden.
- Ab einem mittleren Risiko, wird eine solche in der Regel empfohlen.

Der CHA<sub>2</sub>DS<sub>2</sub>-VASc-Score ist aber nur einer von vielen Faktoren, die über eine gerinnungshemmende Behandlung entscheiden. Deshalb kann der Arzt im Einzelfall von diesen allgemeinen Empfehlungen abweichen. Fragen Sie als Betroffener oder Angehöriger bei Unklarheiten einfach nach – Ihr Arzt wird Ihnen die Hintergründe seiner Therapieempfehlung erklären.

Zur Blutverdünnung werden heute in erster Linie die neuen Medikamente eingesetzt,

#### auch NOAKs genannt: neue orale Antikoagulanzien (Blutverdünner)

Medikament	Wirkstoff	
Edoxaban	Lixiana	
Eliquis	Apixaban	
Pradaxa	Dabigatran	
Xarelto	Rivaroxaban	
Xarelto	Rivaroxaban	

während das Marcumar® weniger Anwendung findet.

#### Die Vorteile der NOAKs

- Verhindern Schlaganfälle ebenso gut wie Marcumar
- Risiko für die gefürchteten Hirnblutungen ist im Vergleich zu Marcumar deutlich niedriger
- Bedürfen keiner ständigen Gerinnungskontrolle
- Einfachere Handhabung bei Operationen und Eingriffen
- Halbwertszeit NOAKs: ca. 8 bis 14 Stunden (Wirkdauer!)
- Halbwertszeit Phenprocoumon (Marcumar®): ca. 160 Stunden (Wirkdauer!)

#### Die Nachteile der NOAKs sind

- Nicht einsetzbar bei Herzklappen-Erkrankungen
- Hoher Preis

Für Patienten, die die NOAKs nicht vertragen bzw. Nebenwirkungen wie starke Blutungen haben, gibt es die Möglichkeit durch ein Schirmchen das linke Vorhofohr zu verschließen.

Eine Methode, die mehr und mehr auch in Mainz eingesetzt wird.

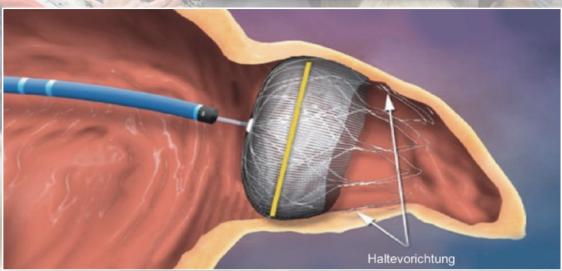
Die Kardiologie der Universitätsmedizin ist ein Zentrum mit hohen Implantationszahlen und Erfahrungen in dem Bereich.

Abbildung rechts: Vorhofohr-Verschluss-System: Watchman









# Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz 2018



IGS Gerhard Ertl

### Son-Mande Die Auslosung

Im Rahmen der Ausschreibung über das Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur der Landes Rheinland-Pfalz für die Kinderakademie 2018 hatten sich in diesem Jahr 81 Schulklassen beworben.

Die Schirmherrschaft hatte wieder – wie in den letzten Jahren auch – die Ministerpräsidentin von Rheinland-Pfalz Frau Malu Dreyer übernommen.

Geplant waren eine Frühjahrsakademie und eine Herbstakademie mit insgesamt 42 Schulklassen und ein Sondertermin in der OPEL Arena beim 1.FSV Mainz 05 mit fünf Schulklassen.

Wieder musste das Los entscheiden, welche Schulklassen teilnehmen konnten.

Die Auslosung fand am 23. März 2018 statt.

#### Teilnehmer der Auslosung waren

- Dr. Stephan Becker von "Together with Friends e.V.",
- Heidemarie Stoll vom Vorstand der STIFTUNG MAINZER HERZ und
- Frau Gisela Goerisch von "Mainz 05 hilft e.V.",
- Herr Udo Hoffmann von der AOK Rheinland-Pfalz Saarland - Die Gesundheitskasse,
- Professor Thomas Münzel.







Realschule | Langenlons





### in der OPEL Arena am 23. Mai 2018

- Die Veranstaltung begann mit einem Vortrag von Professor Münzel zum Thema Raucherprävention mit Schwerpunkt E-Zigaretten und Shisha-Rauchen
- Anschließend wurde den Schülern von Frau Dr. Susanne Karbach der Herz-Kreislauf in einem interaktiven Vortrag näher gebracht
- Nach einem gesunden Mittagessen folgte der Höhepunkt mit dem Besuch von Frau Malu Dreyer, Ministerpräsidentin des Landes Rheinland-Pfalz, die den Kindern viele Fragen zu den Themen Rauchen und Suchtprävention beantwortete

 Anschließend wurden die Kinder systematisch in Theorie und Praxis zu dem Thema Wiederbelebung unterrichtet

Nicht zu vergessen, die Highlights dieses Tages: die Stadionbegehung mit Besuchen...

- der Kabinen der Spieler,
- des Pressekonferenzraumes und
- dem Stadioninnenraum mit Sitzprobe auf der Trainertribüne



## Es war einiges zu erleben in Theorie...





## ...Praxis...































## ...und rund um das Stadion...





DE BLASIS







**BROSINSKI** 





Veranstaltungen und Aktionen 2018



## Frühjahrs-Akademie Gesundheit 2018















Wir danken allen Klassen der Frühjahrs-Akademie, die der Stiftung Mainzer Herz die Erlaubnis zur Veröffentlichung ihres Gruppenfotos gegeben haben.

# Diese Schulen waren dabei:

Albert-Schweitzer-Realschule plus Winnweiler, Winnweiler

Anne Frank Realschule plus, Mainz

Diesterweg Schule Koblenz, Koblenz

Diltheyschule, Wiesbaden

Geschwister-Scholl-Schule

(Realschule plus), Waldböckelheim

Gymnasium Theresianum, Mainz

Gymnasiums Traben-Trarbach, Traben-Trarbach

Heuss-Adenauer Mittrelrhein-Realschule plus Oberwesel, Oberwesel

Hilda Gymnasium Koblenz, Koblenz

IGS Gerhard Ertl, Sprendlingen

IGS Kandel, Kandel

Marc-Chagall-Grundschule , Mainz

Maria-Ward-Schule, Mainz

Martinus-Gymnasium-Linz, Linz

Max von Laue Gymnasium Koblenz, Koblenz

Realschule plus Untermosel, Kobern-Gondorf

St.-Katharina-Realschule Landstuhl,

Landstuhl

Stefan-Andres-Realschule plus,

Unkel

Williges Gymnasium, Mainz

## Herbst-Akademie Gesundheit 2018



















## Diese Schulen waren dabei:

Are-Gymnasium, Bad Neuenahr-Ahrweiler

Ev. Gymnasium Bad Marienberg, Bad Marienberg

Freie Waldorfschule Frankenthal, Frankenthal

Gymnasium an der Heinzenwies, Idar-Oberstein

IGS Ernst Bloch, Ludwigshafen

IGS Stromberg, Stromberg

Mannlich Realschule plus Zweibrücken, Zweibrücken

Marion-Dönhoff-Gymnasium, Lahnstein

Megina-Gymnasium, Mayen

Nelson-Mandela-Schule (Realschule plus), Dierdorf

Otto-Hahn-Schule Westhofen, Westhofen

Realschule plus Neustadt/Weinstraße, Neustadt

Schule am Litermont (Gemeinschaftsschule Nalbach), Nalbach-Saarland

St.-Katharina-Realschule Landstuhl, Landstuhl

Werner-Heisenberg-Gymnasium, Bad-Dürkheim

Wilhelm-Remy-Gymnasium, Bendorf



Wir danken allen Klassen der Herbst-Akademie, die der Stiftung Mainzer Herz die Erlaubnis zur Veröffentlichung ihres Gruppenfotos gegeben haben.

# Preisträger 2018 – "Beste Internetpräsentation" bei der Frühjahrs-Kinderakademie Gesundheit:

## Klasse 6 c der IGS Gerhard Ertl, Sprendlingen

Die Schulklasse ist mir schon beim Unterricht aufgefallen, hochkonzentriert und mit vielen wertvollen Beiträgen im Unterricht.

Die eingereichten Beiträge der verschiedenen Arbeitsgruppen beinhalteten:

- Ein kleines Comic zum
   Thema Rauchen und dessen Folgen
- Ein Quiz zum Thema Herz / Herz-Kreislauf und Rauchen
- Brief an den Bürgermeister mit der Bitte die Zigarettenautomaten abzuhängen
- 3 kleine Videos, bei denen Kinder aktive Raucher um Feuer gebeten haben
- Eine tolle Powerpointpräsentation zum
   Thema Rauchen (siehe rechte Seite)

Insgesamt ein gelungener Beitrag, der dann auch in der Tat die

#### 500 Euro Prämie

verdient hat.

Morrel

Wir gratulieren herzlich und hoffen, dass ihr weiterhin diese Power auch in anderen Projekten zu dem Thema Gesundheit entwickelt.

#### Thomas und Heidrun Münzel

## Sehr geehrte Mitarbeiter der Mainzer Herzstiftung,

Wir, die Klasse 6c der IGS Gerhart Ertl, möchten Ihnen danken, dass wir am 6. Juni zu Ihnen in die Klinik kommen durften. Nachdem wir die Klinik verlassen haben, wussten wir mehr über das Herz als vorher. Wir fanden die Vorträge der einzelnen Ärzte sehr interessant. Der Vortrag von Kardiologe Dr. Münzel hat uns besonders gut gefallen, denn er hat uns die Augen geöffnet wie gefährlich Rauchen ist, sowohl für Kinder als auch für Erwachsene.

Zum Schluss noch ein großes Dankeschön an die Mainzer Herzstiftung und den Kardiologen Dr. Münzel und die anderen Ärzte die uns Vorträge gehalten haben. Das Essen hat uns allen sehr gut geschmeckt.

Viele Grüße von der Klasse 6c und unseren Lehrern





#### Die Powerpointpräsentation

Geschichte





#### Geschichte des Rauchen

#### Verbreitung von Tabak

- Mitte des 16. Jahrhunderts zuerst als Heilpflanze sp\u00f6ter Genussmittel (Pfeifentaback, Zigarre) nach Europa eingef\u00fchrt
- > 1586 labakrauchen in England

#### um 1850 zum ersten Mal in den Zigarrenfabriken in Frankreich und Südspanien

 Tabakreste in Papier gewickelt und von den Arbeiterinnen der Fabriken geraucht (greiswert)



## Auswertung der Umfrage zum Thema Rauchen

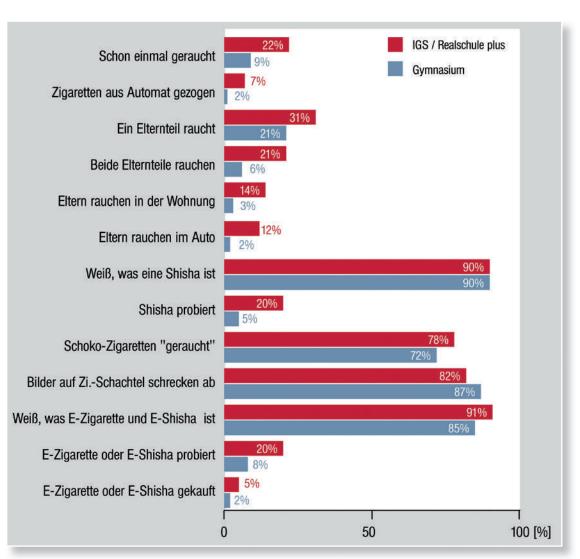
Auch in diesem Jahr haben wir wieder unsere Schüler befragt, ob sie schon einmal geraucht haben, ob die Eltern zu Hause rauchen, ob diese in der Wohnung bzw. im Auto rauchen und ob die Schüler sich schon mal Zigaretten aus dem Zigarettenautomaten geholt haben.

Weiterer Schwerpunkt waren neben dem Passivrauchen auch die Fragen zum Gebrauch von E-Zigaretten und E-Shisha sowie dem Shisha-Rauchen.

#### Hier sind die Ergebnisse:

Das soziale Gefälle in Bezug auf das Thema Rauchen ist weiterhin nachzuweisen:

- Im Vergleich zu Gymnasiasten haben die IGS/Realschule Plus Schüler
  - Schon einmal geraucht
  - Rauchen deren Eltern mehr
  - Sind sie mehr dem Passivrauchen zu Hause und im Auto ausgesetzt
  - Haben sie mehr Shisha und E-Zigaretten geraucht



Auswertung der Kinderbefragung im Rahmen der Kinderakademie 2018 zum Thema Rauchen

Schlussfolgerungen Zukünftige Antiraucherkampagnen sollten sich auch mehr auf das Shisha-Rauchen und die E-Zigaretten konzentrieren, ohne allerdings die konventionellen Zigaretten zu vergessen. Zum Einen schießen die Shisha-Bars wie Pilze aus dem Boden, zum Anderen ist 20 bis 30 Minuten Shisha-Rauchen genauso gesundheitsgefährdend wie das Rauchen von 100 Zigaretten.





### 6. Golfturnier der Stiftung Mainzer Herz

### 8. Juni 2018 im Golfclub Rheinhessen

Erneut nahmen beim nunmehr 6. Mainzer Herz Golfturnier mehr als 80 aktive Teilnehmer teil. Das Turnier war vorgabewirksam und entsprechend wurde heftig um die Punkte gekämpft.

Bedanken möchten wir uns bei der wie immer perfekten Organisation des Turniers, insbesondere bei Jan Pelz und Dirk Eckgold sowie dem Präsidenten Prof. Dr. Bernd-Dieter Wieth für die Überlassung des Platzes für einen sehr günstigen Tarif.

Die Einnahmen des Golfturnieres gehen wie immer an die Gutenberg-Gesundheitsstudie, einer der weltweit größten prospektiven Bevölkerungsstudie, die uns Erkenntnisse darüber liefern soll, warum die Rheinhessen einen Herzinfarkt, Diabetes, Tumore oder auch einen Bluthochdruck bekommen.

Die Erlöse von 30.000 Euro überstiegen wieder die Erwartungen und setzten sich aus Teilnehmergebühren und Einzelspenden zusammen.

Professor Münzel war es eine große Freude den Scheck der Stiftung Mainzer Herz über



# STIFTUNG MAINZER HERZ unterstützt Herzsportgruppe des Zentrums für Kardiologie mit Defibrillator

Seit August 2017 gibt es solch eine Herzsportgruppe auch am Zentrum für Kardiologie der Universitätsmedizin Mainz in Kooperation mit dem Institut für Physikalische Therapie, Prävention und Rehabilitation sowie dem Verein "Gesundheit für alle".

Die Herzsportgruppe bietet ein breites Spektrum an Bewegung, Sport mit Gymnastik, Ausdauer und Spiel.

- Es ist ein wöchentliches, angeleitetes Training über 60 Minuten, abgestimmt auf den jeweiligen aktuellen Leistungsstand der Teilnehmer.
- Während der Übungseinheiten erfolgt eine regelmäßige Kontrolle von Herzfrequenz und Blutdruck durch unser Ärzte-Team, was den Teilnehmern eine persönliche Sicherheit durch direkte Anbindung an das Zentrum für Kardiologie bietet.

Die STIFTUNG MAINZER HERZ hat nun der Herzsportgruppe einen neuen Defibrillator gestiftet, der natürlich mit zur Grundausstattung einer Herzsportgruppe gehört.

Treten Sie Ihrer Herzerkrankung aktiv entgegen und werden Sie Teil unserer Herzsportgruppe. Neue Mitglieder jeden Alters sind uns jederzeit willkommen!

#### **Treffpunkt**

Montags, 17.45 bis 18.45 Uhr, in der Sporthalle der Schule für Physiotherapie der Universitätsmedizin Mainz, Am Pulverturm 13, 55131 Mainz

#### Ansprechpartner für Rückfragen:

- Dr. med. Franziska Koppe Franziska.Koppe@unimedizin-mainz.de
- Dr. med. Julian SchmeißerJulian.Schmeisser@unimedizin-mainz.de







# Förderer der Stiftung Mainzer Herz: Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse

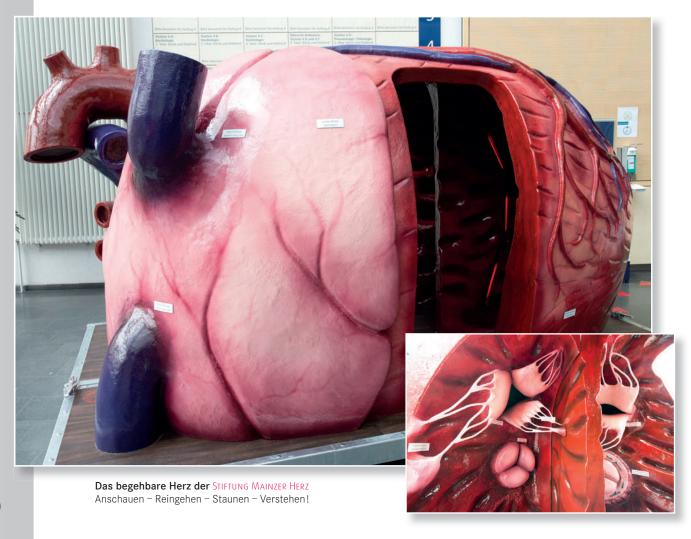
In der Region Rheinland-Pfalz und dem Saarland setzt sich die AOK, als größte Krankenversicherung, seit über 30 Jahren für die Gesundheit ihrer Versicherten ein.

Damit nimmt die Gesundheitskasse auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und Prävention eine zentrale Vorreiterrolle ein. Gesundheitsförderung und Prävention haben dabei viele Facetten: Betriebliche Gesundheitsförderung, unterschiedlichste Gesundheitskurse sowie Prävention in der Pflege, Schulen und Kindergärten – sogenannte Settingansätze, die alle gleichermaßen erreichen.

Gesundheit zu fördern, heißt deshalb, ganz unmittelbar in der Familie, bei der Arbeit und in Kindergärten und Schulen Bedingungen zu schaffen, die es den Menschen erleichtern gesund zu leben und somit länger gesund zu bleiben. Daher fördert die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland gerne die großartigen und überaus erfolgreichen Initiativen der STIFTUNG MAINZER HERZ für eine gesunde Lebensweise von Kindern und Jugendlichen.

Die Unterstützung des begehbaren Herzens, welches neue Möglichkeiten der altersgerechten Darstellung und Erklärung bietet, ist besonders spannend.

- Die Schüler können das begehbare Herz durch unmittelbare Anschauung direkt erleben und somit auch gleichzeitig seine Funktionsweisen und Risiken besser verstehen, ein gelebter, nahtloser Anschluss an den Biologieunterricht in der Schule.
- Praxisnah und ohne erhobenen Zeigefinger erfahren die Jugendlichen, wie Rauchen, Bewegungsmangel und falsche Ernährung die Gesundheit beeinträchtigen.





Daher bietet die AOK zusammen mit der STIFTUNG MAINZER HERZ unter anderem Workshops für die teilnehmenden Schulen der Kinderakademie an.

Die AOK-Ernährungsexperten vermitteln den Schülern in der Theorie und in der Praxis, wie gesundes Essen aussehen kann und wie Sport und Bewegung die eigene Energiebilanz positiv und nachhaltig beeinflussen.

Fortbildung der AOK zum Thema "Gesundes Essen" Hier wird fleißig geübt: Kochen mit gesunden und leckeren Zutaten



Darüber hinaus berät die AOK Schulen und Lehrkräfte, bietet Fortbildungen an und bildet Multiplikatoren aus.

Das Engagement setzt dabei auf Nachhaltigkeit und schafft hierfür die idealen Voraussetzungen: alle Beteiligten werden einbezogen, befähigt selbst aktiv zu werden und all dies wird in bestehende Strukturen integriert.

Udo Hoffmann, Beauftragter der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse freut sich über die erfolgreiche langjährige Partnerschaft:

"Gerne unterstützen wir dieses gelungene Präventionsprojekt, denn aktive Jugendarbeit gehört in einer alternden Gesellschaft zu unser aller Aufgabe und ist gerade bei der AOK als Gesundheitskasse ein zentrales Thema.

Wir alle müssen die Kinder und Jugendliche aufklären und die Lust auf gesunde Lebensweise wecken.

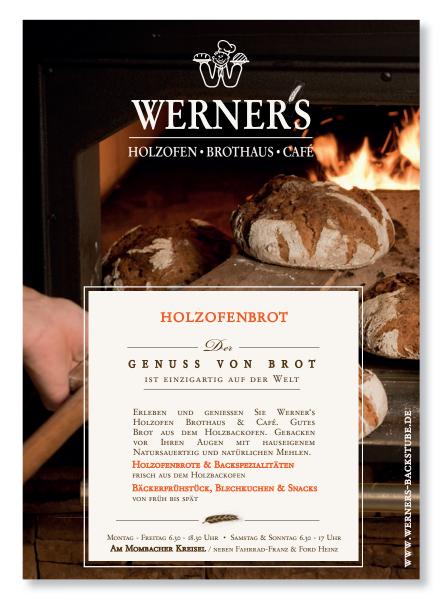
Hierbei im schulischen Umfeld anzusetzen, ist eine hervorragende Initiative – zumal die AOK durch altersgerechte Präventionsprogramme in Schulen und Kindergärten stets präsent ist.

So versteht es sich von selbst, dass die wertvolle Kooperation auch im Jahr 2019 fortgesetzt wird. Hier können sich 40 Schulen über individuelle und bedarfsgerechte Workshops durch Fachkräfte der Gesundheitskasse zum Thema Ernährung freuen."



## Nach dem gesunden Kochen kommt natürlich das Essen Die selbst zubereiteten Speisen werden mit großem Hunger vertilgt – und?...es scheint allen zu schmecken!









## Neue Abteilung nur für Herzklappen-Patienten

Vor zehn Jahren sagte man, dass Lärm nervig ist, heute gibt es erhebliche Beweise, dass Siltero Ditienten emp-rung als an-n besonders dass das Ri-Lärm krank macht,

ch sich e Nähe

he ist meis der Herz. Die Mainzer Fotocher der nübrigens ir beitsgruppe Unweit und Gematheit um Professor Münzel alz tut ein alz tut ein sein einer Liemforscherin der Epidermiologin vom Daniticht" der Krebsforschungssinstihut ag zeigt Kopenhagen, die neuesten wesenliche gebense zum Thema Lürm ankungen die Herzkrankeit in dem minister. n Bun-

Von Michael Bemeitinger

MAINZ. Die Forschungsärbeit an der Mainzer Universätzenen der Disammenhang den Die der Disammenhang von Liem und Herz-Kreislauf-Erkranken sie deutschlandErkranken sie deutschlandErkranken sie deutschlandErkranken sie deutschlandErkranken sie deutschlandErkranken sie der Bemis um Professor
Anders Münzel. Direktor des
Krantiologischen Zehrtums.
Aber regetrecht um die Welt.
Nachde abs wichtigste amerikanische Kardiologen-Magazin
"Journale Kardiologen-Magazin
"Journale of de American College die Cardiology" (JACC)
einen Übersichtsarikle über die
wichtigsten und aktuellsten
Studionigsten und her sich die die
wichtigsten und her sich die die
wichtigsten und menschen einsthalt krank macht: Time
Magazine, Weshington Post,
das TW-Network ABC oder die
brüsschen Zestungen Guardian
und Daily Mail.

Fluglärm schädigt die Gefäße und kar in Mainz, nachgewiesen, Seine Studios der häufigsten Erkrankungen sind die des Herz-Kreislauf. Systems, so Münzel gegenüber der Washington Post. In dem Übersichtsertikel für die Kardiologen Magezin wurden von deitologen Magezin wurden von dem Vorgeselle, mit denen unn den Mette Sarensen auch Stategein Autor. Autos. Plugzeitge Lärm durch Autos. Plugzeitge und Züge weminden kann. geschätzt, geschätzt,

gesunden Probanden und be Patienten mit koronarer Herzer-krankung schädigt und dass Vi-tamir. Cd is schlechte Gefäs-funktion verbessem kann.\* Das bedeut: Das bedeut Bildung freier Radikale in den Gefäß wänden sämlert. Mit einem neu entwickelten Tier-modell wurdes.\*



MAINZ (aen). Lärm strapaziert nicht nur die Nerven, sondern macht auch krank. So hat die Arbeitsgruppe um Professor Tho-mas Münzel, Direktor Kardiologie I, nachgewiesen, dass insbeson-dere Fluglärm die Freisetzung von Stresshormonen fördert, den Blut druck steigert und so die Gefäßfunktion beeinträchtigt.

Ein neues Projekt erforscht nun inwiefern Patienten, die schon unter Blutdruck leiden, durch Fluglärm noch zusätzlich gefähr det werden. Für diese Arbeit hat Dr. Sebastian Steven aus der Arbeitsgruppe Münzel bei der El-sa-Kröner-Fresenius-Stiftung einen Förderantrag gestellt, der nun angenommen wurde und dem Projekt 230000 Euro bringt. Weitere Förderung kommt von der Boehringer-Ingelheim-Stiftung so-wie der Stiftung Mainzer Herz.



Thomas Münzel und Sebastian Steven (r.) erforschen die Auswirkung von Fluglärm. Foto: Pulowski

Lärmstudie geht um die Welt HERZ-ERKRANKUNGEN Veröffentlichung von Mainzer Unimedizin-Forschem stößt in USA auf großes Interesse

# Golfturnier fördert Studie



Stellvertretend für die Uni-Medizin nehmen Tho-Gran und Philipp Wild den Spenden-Foto: Mainzer Hez

MAINZ (ahe). 84 Teilnehmer nahmen am sechsten Benefiz-Golfturnier der "Stiftung semänzer Herz" auf dem Gelände des Golfclubs im rheinhessischen Sankt Johann am 8. Juli teil und erspielten 30 000 Euro. Danach wurde der Scheck vom Turnier-Eriös der Stiftung zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie von Prof. Thomas Münzel an Prof. Philipp Wild übergeben. Münzel, der zugleich Initiator des Turniers und Vorstandsmitglied der Herz-Stiftung ist, zeigte sich zufrieden: "Ich freue mich über den eingespielten Spendenbetrag für die Gutenberg-Gesundheitsstudie, einer der wichtigsten Bevölkerungsstudien weltweit." Ziel der Studie ist unter anderem die Entschlüsselung von Ursachen für Herzkreisluf- und Stoffwechselerkrankungen wie Herzinfarkt und Diabetes mellitus der Einwohner von Rheinwechselerkrankungen wie Herzinfarkt und wechselerkrankungen wie Herzinfarkt und Diabetes mellitus der Einwohner von Rhein-

Stiftung Mainzer Herz
MANZ. In den USA wurden
die Richtweter für Bluthschchen den Stehen der Stehen
den Stehen der Stehen
den den Stehen der Stehen
den sicht mitziehen, ist ein
Thema des Patientenabends
er Stiftung Mainzer Herz am
nächsten Dienstag, Wir sprachen mit Professor Thomas
Münzel, Direktor Escafdiologischen Zentrums der Umimedizin, über die Blutdruckwerte
und über das zweiter Themat des
Abends – das Verhofflimmenn.

INTERVIEW

hält Europa am Wett von Husselst?
Prof. Münzel: Für die große
US Studie, die der dortigen
Neubewertung zugrunde lag
haben die Teilnehmer selbs
ihren Blutdruck gemessen. Daergbt niedrigere Werte, weil de
sogenannte "Weißkitteleffekt
telbit, und ist mit europäische
Studien nicht vergleichbar.

JS Studie, die der dortigen Nerbewertung zugrunde lag haben die Teilnehmer selbs herne Blufdruck gemessen. Die eight niedrigere Wette, weil de sognamnte. Weilktitteleffekt lehlt, und ist mit europäische Studien nicht vergleichbar. Aber ist ein niedrigerer Blutdrucht generell gut? Bet älteren Leuten ist er eh noch zu niedrig und damit m unter schäftlich. Diese Hypot nie kann zu Niersefunktior störungen. Aber ist ein niedrigerer Blutdrucht generel gut? Bet älteren Leuten ist er eh noch zu niedrig und damit m unter schäftlich. Diese Hypot nie kann zu Niersefunktior störungen. Schwindel ur Kreislaufproblemen (führ Auch den bei beleben wir den neueu europäischen Leinger der her der bisterigen Deck nieden der bisterie der bisterien de

### Forscher finden "Fluglärm-Enzym" UNI-MEDIZIN Mainzer Wissenschaftler sprechen

von "Durchbruch" / Auswirkungen auf Gefäßwände

Stiller Killer und

Vorhofflimmern Stiftung Mainzer Herz informiert auch zu modernen Blutverdünnern

MAINZ Fluglärm kann zu Er-krankungen des Herz-Kreislauf-Systems führen. Das ist mittler-weile unstiritig. Doch welche blochemischen Vorgänge sind afür verantwortlich? Wissen-schaftler des Zentrums für Kar-diologie der Unimedizin Mainz-haben in einer neuen Studie ein Enzym identifiziert, das für flug-lämbedingte Gefäßschäden verantwortlich ist. Sie sprechen von einem "weiteren Durch-

flugläm das Stresshormon Ad-renalin erhöhe, die Schlafquali-tät vermindere und einen Gefäß-schaden auslöse. Bei Tests an Mäusen fanden die Wissen-schaftler heraus, dass Flugläm unter anderem zu vermehrten Stresshormonen führe und Aus-wirkungen auf die Gefäße habe. Münzel: "Mit unserer neuen Studie können wir erstmals

Der Kardiologe Professor Tho-mas Münzel spricht von einem "Durchbruch". Foto: Uni-Medizin

Nachtfluglärm – also Lärm während der Schlafphase der Mäuse – und nicht Lärm während der Wachphase für Gefäßfunktionsstörungen verantwortlich ist."
Zudem zeigten die Studien auf,
dass die Ausschaltung eines bestimmten Enzyms, welches hauptsächlich in Entzündungs-zellen vorkomme, die Auswir-

ernen Blutverdünnern Sauren Weise dass offiziell die Häufigkeit bei als en

Von Tobias Illing

das die Ausschaltung eines bestimmten Enzyms, wehrebe hauptsächlich in Enzimdungszellen vorbourme, die Auswirzellen vorbourden, und der Stiftung Mainzer Herz' ein der Gesundheit mit dem enstmaß die Auswirzellen von der Wissenchaftler eines Enzym vermitiet werden son die Wissenchaftler.

Möglicherweise haben die Michael der Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mainzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Herz', am Mittwoch ein von Rocklegende Udb Lindenzer Stiftung Mittwoc



Der Kardiologe Thomas Münzel, Vorstandsmitglied der "Stiftung Mainzer Herz". Lindenberg gemalte Bild, das die Feinstaubthematik verdeutlicht. Dæ Bild soll Erlös dient der medizinischen Forschung.

sichung.

sucht werden. Hierfür stelle das amerikanische National Institute of Standards and Technologie (NIST) Proben aus Zahleichen Städten der Welt zur Verfügung. Die Untersuchung der kombinierten Ennfüsse von Feinstaub und Lärm werde spärestens 2019 beginnen und auf den früheren Ergebnissen aufmauen, kindigte Daiber an. Das nund 300000 Euro teure Gerät sei in der Lage, Feinstaubgrößen von der Lage, Feinstaubgrößen von

foto hbz/Judit westerus

10 p bis 0,1 p künstlich herzustellen. Dass man die eingesetzstellen. Dass man die eingesetzstellen beschallen kann, ist laut
Läm beschallen kann, ist laut
Daiber einzigartig. Das Gerät
sei spezielt für die Bedürfnisse
der Mainzer Kardiologie entwickeit und gebaut wonden. Dass
System ist hochkomplex. aber
unseren Anfonderungen entspechend", betonte der Wissenschaftler. An der Unimedizin hofft man auf Ergebnisse,

rg-Bild wird versteigert

mit denen die von Peinstaub
ausgehende Gefahr verdeutlicht
werden kann. Bislang gellen in
Deutschland vor allem von Dieselmotoren produziere Stickoxide als Verursacher von HerzKreislauf Erkrankungen. Studien zeigen der dass der von
Industne und Verkehr produzierte Peinstaub zum Beispiel
das Herzinfarkrisko erheblich
stärker beeinflusse, erklärte
Professor Münzel. Das größe
Professor Münzel. Das größe
Risiko gehe von künstlichem
Feinstaub mit Nanopartikeln
einstaub mit Nanopartikeln
einer O.111 aus. Zudem werde
der Mensch. mit Lärm zugemillt", so Münzel. Man wolle
daher untersuchen, ob die
Kombination die Gefart von
Herz-Kreislauf-Erkr ankungen
zusätzlich erhöhe: Es ist extrem wichtig nachzuweisen,
dass die Umweit Einfluss auf
dass die Umweit Einfluss auf
unsere Gesundheit hat."

Erlös der Versteigerung dient medizinischer Forschung

medizinischer Forschung
Einen kreativen Feinstaubschutz zeig Kinstler und
Schutz zeig Kinstler und
Deutsch-Rocker Udo Lindenberg in seinem Gemälde "Feindstaub", die erklusiv für die
"Stiftung Mainzer Herz" gemak
hat. Allerdings kann wohl nicht
jeder auf die wehnhaften Musen
zurückgreifen, die den Musiker
vor Fein(dis aub bewahren.
Das Bild soll daher bewahren.
Das Bild soll daher venzeigert und auf
dem Herzball im November
übergeben werden. "Wir hoffen
auf ein Rekordergebnis", so
Stiftungsvorstand Münzel.
Bislang konnten mit zehn Bildem von Udo Lindenberg mehr
das 100000 Euro für die Stiftung
gesammelt wenten.

dem von Udo Lindenberg mehr als 100000 Euro für die Stiftung gesammeit werden.

100



## "Shisha viel giftiger als Zigaretten"

Jugendvorlesung an Unimedizin über Alkohol und Nikotin

Jugendvorlesung
MAINZ Dass Rauchen schädlich ist, wissen auch Jugendliche, aber wie verhält es sich
mit Shisha oder Ezigaretten?
Und wie sieht der Einstige in
eine gesunde Ernährung im
Kinder- und Jugendalter aus?
Diese Fragen stehen bei der
Vorlesung für Kinder und Jugendliche der Stiffung Mainzer
Herz auf dem Programm, zu
der auch Eltern oder Lehrer
eingeladen sind. Wir sprachen
mit Professor Thomas Münzel,
Direktor der Kardiologie der
Unimedzin, und Dr. Johannes
Oepen, Ärztlicher Direktor der
Klinik Viktoriasuft in Bad
Kreuznach.

nisse? Minzel: Die negativen Aus-wirkungen des Rauchens auf die Geläßfunktion sind in der Tat bekannt, auch die Beziehung von Dosis und Wirkung - weniger klar war dies beim Al-kohol-Konsum. Hier hat nun eine Studie zu Rauch

die Gefäß

TERN Termin: Dienst tember, 17.30 Uh dizin, Hörsaal Chiru 505 H

Ab 16 Uhr: Parcours mit l



harauchen sagen...
Ja. Das verbreitet sich immer mehr und ist viel gefährlicher als Zigarettenkonsum. Durch die niedrigere Temperatur ist der Rauch giftiger, hat eine ext-rem hohe Konzentration etwo-





# Wissenschaftspreis über 100 000 Euro

Stiftung Mainzer Herz verleiht hochdotierte Auszeichnung / Lindenberg-Bild wird versteigert

Von Michael Bermeitinger

MAINZ. Seit 2013 vergibt die Stiftung Mainzer Herz Forschungspreise an Mitarbeiter des Zentrums für Kardiologie, doch in diesem Jahr wird die Auszeichnung deutlich aufgewertet. Waren die Auszeichnungen für jeweils drei bis fünf Wissenschaftler mit je 1000 Euro dotlert, wird der Wissenschaftspreis nun an eine Person vergeben und stüßt mit einer Dotierung von 100 000 Euro in die Riege der großen wissenschaftlichen Auszeichnungen vor. MAINZ. Seit 2013 vergibt die

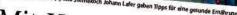
wor.

Wer der erste Preisträger des hochwertigen Wissenschaftspreises sein wird. Ist zwar schon entschieden, wird aber erst am Samstag, 18. November, beim 9. Herzball der Stiftung im answerkauften Kurber, beim 9. Herzball der Stif-tung im ausverkauften Kur-fürstlichen Schloss bekannt ge-geben. Die Veranstaltung leis-tet mit ihren Einnahmen einen

wichtigen Beitrag für die Stif-tungsarbeit, etwa für die Kinderakademie Gesundheit" kinderakademie Gesundneu und die "Gutenberg Gesund-heitsstudie", Professor Thomas Mürzel, Direktor der Kardiolo-gie der Universitätsmedizin und Vorstand der Stiftung; "Al-lein im vergangenen Jahr lein im vergangenen Jahr konnten wir beim Ball einen Reinerlös von 160 000 Euro er-zielen "

Ein weiterer, fast traditionel ler Baustein ist die Versteige-rung eines Udo-Lindenberg-Bildes, deren Finale ebenfalls beim Ball stattfindet. Bei 8500 beim Ball stattfindet. Bei 8500
Euro steht derzeit das Gebot,
allerdings lässt der Paulk-Rocker ausrichten, dass er für
sein Bild "Fein(d) Istaub" deut
lich über 10000 Euro für die
Stiftung erwartet. Der Etdis
fließt ausschließlich in die Feinstaub-Forschung. Wer mitbeten will, kann bei info@herzstiftung-mainzer-herz.de noch
ein Gebot abgeben.







# Mit Hund und Ehe lebt man länger STIFTUNG MAINZER HERZ Infoabend; Prof. Münzel über Abnehmen für Herzkranke / Johann Lafer sagt, was schmeckt

auch angepasst?

Die Deutsche Hochdruckliga
hat die Grenze auf 135 ger

Fett doch nicht schädlich is

Das sagen Studien?

In November wurde eine Studien in 34000 Pelinehmem veröffentlicht, die über zwölf Jahre für und eindeutug zeigt, auch der Besitz eines Hundes die Wahrschein lächkeit früher zu versteben, senkt. Her schneiden Besitzer von Jagdhunden am besten al.

Und was bedeutet dies für da

Low Carb ist das Stichwort -Low Carb ist das Stichwort -weniger Kohlehydrate. Kartof-feln, Nudein, Reis und Brot stark reduzieren oder weglas-

STIFTUNG MAINZER HERZ – INFOABEND

► Termin: Dienstag, 27. Febru-at, 1830 Uhr

## Das Herz leidet unter Lärm

UNIMEDIZIN Kardiologische Studie belegt Zusammenhang mit Zunahme des Vorhofflimmerns

Dauer Wohlbefinden, Leesun-heit und Lebensqualität.
Die Auswirkungen von Lärm-belästigung waren Gegenstand-einer Forschungsarbeit im Rah-men der Gutenberg-Gesund-

es einen signifikanten Anstieg der Fluglärmbelästigung

nach Einführung des Nachtflugverbots und auch beim Nachtschlaf.

heitsstudie (GHS). Bei der CHS handelt es sich um eine der welt-weit größten Studien ihrer Art, din die über 15000 Frauen und Min-ner aus der rheinland-pfälzi-schen Landeshauptstadt und dem Landkreis Mainz-Bingen im Alter zwischen 35 und 74 Jahren

dafür den Zusammenhang zwi-schen unterschiedlichen Lärm-

hofflimmern.

Die Fluglärmbelästigung betraf, so die Studie, 60 Prozent der Be-Die Fluglismbellistigung betraf, so die Studie, 60 Prozent der Bevöllkerung, also mehr als jeden zweiten in der Region Mainz-Bingen. Somit übertraf sie ander Lärmquellen wie Straßen, Schiener- oder Nachbarschaftsim deutlich. Die Studienleiter weisen darauf hin, dass Lärmbellistigung gemessen wurde und nicht der physikalische Lärm. "Der Zusammenhang zwischen Lärmbellistigung und Vorhofflimmern ist ein wichtiger Bernd, der vielleicht auch erklärt, warum Lärm zu mehr Schlagarfallen führen kann. Man darf aber nicht vergessen, dass Lärm auch zu gesundheitlichen Schäden führt, ohne dass eine Ärgereaktion vorliegen muse", so

Prof. Münzel. Zudem wurde untersucht, welche Auswirkungen das vom Flughafen Frankfurt am Main eingeführte Nachtfugwerbot (23 bis 5 Uhr) vom an
Öktober 2011 auf die von den die
Fleinehmem angegebene Fluglämbellästigung hatte. "Interessanterweise gab es einen signifin des
Santerweise gab es einen signifin des
Santerweise gab es einen signifin des
Nachtflugverbots und das sowohl am Tag als auch beim
Nachtschlaf", kommentiert
Münzel. "Dies könnte daran liegen, dass trotz des Nachtflugvetotes insgesamt die Zahl der
Flugbewegungen micht abgenommen hat und man die Flugbewegungen mein den Randstunden von 22 bis 23 Uhr und 5 bewegungen mehr in den R stunden von 22 bis 23 Uhr u



Wir trauern um den ehemaligen Vorsitzenden der Stiftung Mainzer Herz

### Herrn Hans-Artur Bauckhage - Staatsminister a.D. -

Er ist unerwartet am 16.06.2018 im Alter von 75 Jahren verstorben.

In seiner langjährigen ehrenamtlichen Leitungsfunktion nahm die Stiftung einen positiven Aufschwung; die stete Weiterentwicklung des stifterischen Engagements für das Projekt "Kinderakademie" war ihm eine besondere "Herzenssache". Hier zeigte er sich nicht nur als Ideengeber, sondern auch seine Durchsetzungsfähigkeit war wichtiger Bestandteil erfolgreicher Gremienarbeit.

Ein großartiger Mensch und guter Freund ist von uns gegangen.

Kuratorium und Vorstand Stiftung Mainzer Herz

## Bisherige Jahresberichte der Stiftung Mainzer Herz





## Bisherige Sonderhefte der Stiftung Mainzer Herz





## DER NEUE VOLVO XC40.



#### TYPISCH VOLVO. TYPISCH ANDERS.

Er ist Shoppingexperte. Er ist Tekkie. Er ist Modell. Er ist Organisationsgenie. Und er ist alles, was Sie von einem Volvo erwarten.

#### Serienmäßig mit:

LED Scheinwerfer "Thors Hammer" • Alufelgen • Klimaautomatik • Sensus Connect mit 9"-Touchscreen • Geschwindigkeitsregelanlage • Digitale Instrumentierung • Verkehrszeichenerkennung • Regensensor • Außenspiegel elektrisch einklappbar

HAUSPREIS	JETZT FÜR 27.900 €¹
UVP	33.340 €²
PREISVORTEIL	5.440 €

Kraftstoffverbrauch Volvo XC40 Basis T3, 120 kW (163 PS), in I/100 km: innerorts 7,6, außerorts 5,5, kombiniert 6,3, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 146 g/km. (gem. vorgeschriebenem Messverfahren).

Die Verbrauchs- und Emissionswerte wurden nach dem WLTP-Prüfverfahren ermittelt und gemäß der gesetzlichen Bestimmung zur besseren Vergleichbarkeit auf NEFZ-Werte umgerechnet. Die Kfz-Steuer wird seit dem 1.9.2018 bereits nach den in der Regel höheren WLTP-Werten berechnet.

<sup>1</sup> Barpreisangebot für den Volvo XC40 Basis T3 6-Gang Schaltgetriebe, 120 kW (163 PS). <sup>2</sup> Unverbindliche Preisempfehlung inklusive Überführungskosten für einen nicht zugelassenen Neuwagen. Gültig bis 30.09.2019. <sup>3</sup> Quelle: www.caroftheyear.org. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.

VOLVO HEINZ AUTOCENTER GMBH & CO. KG AM MOMBACHER KREISEL 3 55120 MAINZ

TEL: 06131/9962250 WWW.AUTOCENTER-MAINZ.DE

Die in diesem Jahresbericht abgebildeten Jahresberichte,
Sonderhefte und Flyer können Sie auf unserer Homepage
www.herzstiftung-mainzer-herz.de
als PDF-Dateien herunterladen.
Den Flyer Freundeskreis
der STIFTUNG MAINZER HERZ finden Sie zum Ausschneiden auf den
Seiten 123 und 124.

Unterstützen Sie die Arbeit der STITUNG Mannte Hier und geben Sie uns damit die Möglichkeit, dieses lehrreiche Herzmodel auch in Zukantz eigen zu können! Sollten Sie Interesse haben, das Begehba Herz bei hrer Veranstaltung auszustellen, sprechen Sie uns gerne an:

Kontakt: STIFTUNG MAINZER HERZ Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel Niklas-Vogt-Straße 14 55131 Mainz

Telefon: 06131 - 62 31 473 E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-h www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Sparkasse Mainz IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03 BIC MALADE51MNZ

Volksbank Alzey-Worms IBAN DEBO 5509 1200 0000 2020 10 BIC GENODE61AZY



## Das begehbare Herz der Stiftung Mainzer Herz

Das begehbare Herz der Stiffung MANZER HERZ Das begehbare Herz ist ein überdimensionales Herz-Modell, das den anatomischer Auffbau des Herzens sichtbar und "begehbar macht.

Sie können das begehbare Herz auch ausleihen! Ausleihgebühr pro Tag: 500,- Euro (zzgl. Transportkosten)

Maße des Modells: Länge 3,50m / Breite 3,50m Höhe 4,50m / Gewicht: 600kg min. Türbreite: 1,70m min. Türböhe: 2,22m











Ārzte: 06131 17-7777 pflege: 06131 17-2933 Notarzt: 112

# Was kann ich für mich der meine(n) Angehörige(n) bei akutem Brustschmerz tun?

- Ruhe bewahren
   Den Notarzt ruten (Tel.: 112)
   Genäu die Situation beschreiben
   Genau den Standort beschreiben
   Informationen über
   Vorerkrankungen und
   Medikation bereitlegen
   Stentausweis und
   Schrittmacherausweis
   bereitlegen
   Nicht seibst fahren

Bei Herzinfarkt zählt jede Mir

Notarzt: 112





#### Offensiv gegen Brustschmerz mit der

**Chest Pain Unit** 



















The Kiwal





106



## Vorstand

**Dem Vorstand** der Stiftung Mainzer Herz gehören an:





**Rudolf Hammerschmidt** 



Thomas Münzel



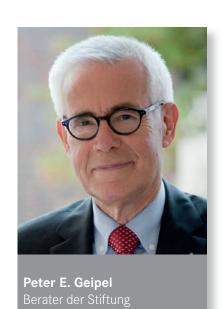
Thorsten Mühl



### Geschäftsführung



Stiftungsberatung



Wissenschaftlicher Beirat



### Kuratoriumsvorsitzende

Dem Kuratorium der Stiftung Mainzer Herz stehen derzeit vor:





Fritz-Eckhard Lang
Stellvertretender



### Mitglieder des Kuratoriums und Freundeskreises der Stiftung Mainzer Herz

Im letzten Jahr verzeichneten wir einen deutlichen Zuwachs in unserem Freundeskreis und in unserem Kuratorium. Mittlerweile sind in den Gremien 85 Kuratoriums- bzw. 230 Freundeskreismitglieder vertreten.

### Das Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ besteht derzeit aus folgenden Mitgliedern:

- Uwe Abel
- Christian Barth
- Gisela und Helmut Beitz
- Jens Beutel
- Karlheinz Bindewald

- Martina Bockius
- Otto Boehringer
- Peter Borgas
- Matthias Bossong
- Rudi Cerne

- Peter Ditsch
- Malu Dreyer, Ministerpräsidentin von Rheinland-Pfalz
- Michael Ebling,
   Oberbürgermeister von Mainz
- Harald Eckes-Chantré
- Frank Elstner
- Dr. h.c. Helmut Fahlbusch
- Prof. Dr. Ulrich Förstermann
- Ernst Chr. Frankenbach
- Dirk Fuhrmeister
- Andreas Gaul
- Peter E. Geipel
- Dirk Gemünden
- Klaus Hammer
- Prof. Dr. Dr. Rudolf Hammerschmidt
- Dr. Peter Hanser-Strecker
- Ralf Hauck
- Frank Heckelmann
- Michael Heinz
- Prof. Dr. Walter E. Hitzler
- Wolfgang Huch
- Günter Jertz
- Sibylle Kalkhof-Rose
- Johannes Kaluza
- Andrea Kiewel
- Julia Klöckner
- Henrik Knodel
- Prof. Dr. Peter Kohlgraf, Bischof von Mainz
- Gerd Krämmer
- Univ.-Prof. Dr. Georg Krausch
- Gerhard Kunz
- Ellen Küppers
- Dipl.-Ing. Walter Kützing
- Johann Lafer
- Fritz-Eckhard Lang
- Uwe Langer
- Willy Leykauf
- Udo Lindenberg
- Hans-Günter Mann

- Hans-Joachim Metternich
- August Moderer
- Thorsten Mühl
- Dr. Henning Münch
- Ruth Nachreiner
- Edith Neidlinger
- Frank Rathey
- Kim Ricci-Schlaak
- Dr. Dieter Römheld
- Prof. Dr. Thomas Rostock
- Lisa Ruhfus
- Markus Schächter
- Dr. Simone Schelberg
- Prof. Dr. Heinz Schmidberger
- Tobias Schmitz
- Hans Georg Schnücker
- Horst Schömbs
- Harald D. Schuck
- Aldo Sottile
- Theo Stauder
- Klaus Steidl
- Alexander Steinhoff
- Heidemarie Stoll
- Harald Strutz
- Hartmut Swietlik
- Prof. Dr. Manfred Thelen
- Prof. Dr.-Ing. Udo Ungeheuer
- Bettina van der Broeck
- Richard Sebastian Wagner
- Fred Wedell
- Helmut Weil
- Manfred Werner
- Prof. Dr. Philipp Wild
- Gabriele Wilde-Schlaak
- Karlheinz Wirth

### Ehrenkuratoriumsmitglieder:

- Prof. Dr. Peter Kohlgraf, Bischof von Mainz
- Udo Lindenberg





Der Assistentenvertreter Dr. Simon Diestelmeier stellte noch das Marathonprojekt 2018 vor, wie Kuratoriumsmitglieder Patenschaften für unsere Marathonläufer erwerben können als Fundraisingprojekt für die Gutenberg Gesundheitsstudie.



- . KABELVERLEGUNG
- . ROHRLEITUNGSBAU
- . STRASSENBAU
- . HORIZONTALBOHRUNGEN
- . DURCHPRESSUNG
- . KABELPFLÜGEN
- . TIEFBAU
- . CONTAINER-SERVICE
- . BAUSCHUTTRECYCLING
- . BAUMASCHINENVERMIETUNG

WORMSER STRASSE 100 . 55294 BODENHEIM TEL. +496135 9252-0 . FAX +496135.9252-90 INFO@LANG-BAU.DE . WWW.LANG-BAU.DE













### Neue Kuratoriumsmitglieder

### der Stiftung Mainzer Herz

Während der Kuratoriumssitzung wurden auch die neuen Mitglieder des Kuratoriums feierlich begüßt.

Die Kuratoriumsvorsitzenden Hans-Günter Mann, Fritz-Eckhard Lang und Michael Heinz überreichten den neuen Mitgliedern ihre Urkunden.

- Ellen Küppers
- Dr. Henning Münch
- Kim Ricci-Schlaak
- Bettina van der Broeck
- Richard Sebastian Wagner
- Gabriele Wilde-Schlaak



Ellen Küppers, Verstärkung für das Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ



Dr. Henning Münch: volle Kraft voraus im Kuratoriums der STIFTUNGMAINZER HERZ

Frauenpower im Doppelpack für das Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ: Gabriele Wilde-Schlaak und Kim Ricci-Schlaak





Bettina van der Brock mit Engagement ins Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ:



Neue Unterstützung erhält das Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ von Richard Sebastian Wagner

## Prof. Dr. Peter Kohlgraf, Bischof von Mainz neues Ehrenkuratoriumsmitglied

### der Stiftung Mainzer Herz

Prof. Peter Kohlgraf nutzte den Termin zur Übergabe der Ehrenkuratoriumsurkunde der STIFTUNG MAINZER HERZ zu einer Besichtigung des Zentrums für Kardiologie der Universitätsmedizin Mainz.

Hierbei informierte er sich über die Bereiche

- interventionelle Herzklappentherapie (Dr. von Bardeleben),
- interventionelle Herzinfarkttherapie (Prof. Gori) und
- Elektrophysiologie (Prof. Rostock).

Besonders beeindruckt zeigte er sich hierbei von den Möglichkeiten, minimalinvasiv Herzklappenfehler zu korrigieren.

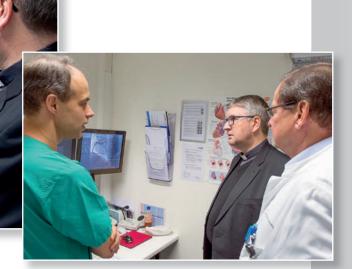
Mittlerweile ist die Universitätsmedizin Mainz mit über 700 implantierten Herzklappen eines der größten Zentren in Deutschland.













### Mitglieder des Freundeskreises

### Einzelpersonen

- Dr. Klaus Adam
- Jürgen Alsfasser
- Susanne Augter
- Prof. Dr. Dieter Augustin
- Claus Peter Aulenbacher
- Johanna Bachmann
- Kurt Bachmann
- Britta Barthelmes
- Torsten Bauer
- Doris Baum
- Waltraud Beck
- Dr. Lothar Becker
- Horst Beetz
- Kirsten Behle
- Jürgen Behle
- Kerstin Beier
- Friederike Beissmann
- Roswitha Besier
- Volker Besier
- Erika Best
- Dimitrios Bideris
- Mario Blättel
- Artur Blattner
- Jürgen Blicke
- Helga Blicke
- Kirsten Böhm
- Roland Boller
- Otto Börensen
- Kurt Bremer
- Ulrike Buschlinger
- Peter-Jesko Buse
- Dr. Ernst-Ludwig Büsser
- Edith Bussmann
- Carl Walter Cloos
- Kurt Czora
- Anton David
- Sigrid David
- Martin Decker

- Paul Werner Dehlzeit
- Friedrich Demmler
- Elke Demmler
- Prof. Dr. med. Wolfgang Dick
- Gerd Dickhoff
- Reinhold Dörschug
- Udo Dziwas
- Michael Ebling
- Inge Eckert
- Jürgen Eckl
- Heinz Emrich
- Ute Engelmann
- Hans Helmut Felten
- Sabine Flegel
- Helmut Foss
- Gert Franke
- Dr. Wilhelm Froelke
- Frank Fröhlich
- Gerhard Galloy
- Christian Gambla
- Siegfried Gärtner
- Bernd Gattner
- Werner Geier
- Dr. Karlgeorg Giesbert
- Hans-Wilhelm Goetsch
- Ute Granold
- Liselotte Grimm
- Norbert Grubusch
- Tutku Güvemli
- Brigitte Haessler
- Marliese Hammer
- Klaus Hammer
- Prof. Dr. Dr.
  - Rudolf Hammerschmidt
- Steffen Hannemann
- Kirsten Harnischfeger-Zimmer
- Hartmut Harreß
- Christa Hauck
- Frank Heidrich
- Dietmar Hein
- Dirk Heine
- Karla Heinrichs
- Barbara Helmstetter-Albinus

- Peter Hendrich
- Manfred Hermann
- Olaf Hermans
- Angela Herrlein
- Irma Herrmann
- Jork Herrmann
- Erika Himmel
- Waldemar Himmel
- Walter Hoffmann
- Frauke Hoffmann
- Marius Hohmann
- Rosemarie Holzheid
- Ludwig Holzheid
- Dipl.-Ing. Wolfgang Huch
- Angelika Huster
- Bernhard Ihle
- Gabi Ihle
- Stefan Indra
- Steffen Jans
- Angela Jaschke
- Brigitte Jennerich
- Hans Wilhelm Jost
- Wolfgang Kaiser
- Hans-Georg Kappes
- Reinhold Kern
- Hannelore Kern
- Karl KirchhoffHelmut Kleefeld
- Sigrid Klehr
- Günter Kling
- Jürgen Klingler
- Dr. Peter Knobling
- Bettina Knobling
- Bernd Koch
- Gudrun Konrad
- Dr. Christian Körner
- Peer Kraatz
- Thomas Kratzmeier
- Ralf Krieger
- Helma Krone
- Helga Kuhn
- Uwe Langer

- Heiner Lauber
- Anja Lenk
- Ruth Löbbe
- Hans-Dieter Lohnes
- Lydia Lüdke
- Ralf Ludwig
- Elisabeth Mägdefessel
- Wolfgang Mägdefessel
- Daniela Mann
- Beatrix Mathea
- Konrad Meier
- Wolfgang Michaelis
- Ingrid Michel
- Jürgen Michel
- Christian Möckel
- Wilfriede Moghtader
- M.A. MHA MHBA Dr. med. Gerhard Alexander Müller
- Dr. med. Hendrik Müller
- Wolfgang Münzel
- Klaus Neuberger
- Peter Nickolaus
- Hans-Dieter Nolting
- Walter Nungesser
- Sigrid Oehler
- Jochen Ollenik
- Lothar Pächer
- Volker Parthun
- Hermann Paul
- Prof. Dr. Rolf Peffekoven
- Elfriede Pegels
- Hedwig Philippi
- Peter Pitzen
- Beate Preißinger-Gambla
- Helga Quint-Diemer
- Reinfred Rehbein
- Reinhold Rehwald
- Harald Reinheimer
- Gisela Reuter
- Claus Peter Richter
- Siegfried Ritscher
- Karin Roberto

- Pasquale Roberto
- Klaus Rohde
- Rosemarie Röhm
- Karin Ronde
- Karl Helmut Ronde
- Harald Rosin
- Dr. Hans-Peter Rösler
- Ingrid Roth
- Ludwig Sand
- Hans Sander
- Gerwin Schallenberg
- Thomas Schelberg
- Hugo M. Schild
- Karlheinz Schmidt
- Prof. Dr. Erwin Schmidt
- Hermann Schmitz
- Tobias Schmitz
- Hansjürgen Schnurr
- Andrea Schnurr
- Rudolf Schock
- Hans-Joachim Schöne
- Christiane Schubert
- Hans Udo Schuch
- Alfons Schüler
- Gisela Schüler
- Andreas Schulz
- Bernd Senner
- Dr. Detlef Skaletz
- Rainer Sobotta
- Lutz Speith
- Waldemar Stabroth
- Bernhard Steeg
- Reinhard Stern
- Walter Strutz
- Erwin Stufler
- Peter Süße
- Ursula Sutter
- Dr. Christa Thomassen
- Frederic Thonhofer
- Franz-Josef Thümes
- Marie-Luise Thüne
- Lieselotte Thyroff-Riedmann

- Heinz-Ulrich Vetter
- Dieter Wachter
- Dieter Walch
- Albert Weber
- Günter Weber
- Beate Weber
- Sabine Wegner
- Josefine Weinbrecht
- Alois Weinbrecht
- Renate Weineck
- Theo Welter
- Martin Wichert
- Gisela Wiese
- Prof. Dr. Bernd-D. Wieth
- Günter Wirth
- Felizitas Wittemann
- Ewald Wohn
- Florian Wolf
- Hildegard Wüstenhaus
- Klaus Zimmer
- Prof. Dr. Clemens Zintzen
- Lothar Zirbes

### Firmen:

- Ephodos GmbH
- Riga Mainz GmbH & Co. KG
- Speyer & Grund GmbH & Co. KG
- Von Poll Immobilien Mainz





## 10. Mainzer Herz-Stiftungsball

## Samstag, 16. November 2019

Für weitere Auskünfte und Informationen wenden Sie sich bitte an das Stiftungsbüro.

Telefon: +49 (0)6131 - 62 31 473

E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-herz.de



### Der Online-Shop der Stiftung Mainzer Herz

Hier können wir Ihnen eine kleine Auswahl anbieten. Jeder Euro geht hier zu 100% in das Stiftungskapital über.









### STIFTUNG MAINZER HERZ

### Kontakt

Für Fragen und Anliegen erreichen Sie die Stiftung Mainzer Herz über:

info@herzstiftung-mainzer-herz.de

#### Telefon 06131/6231473

Sie erreichen das Stiftungsbüro telefonisch: Montag und Donnerstag von 9.00-13.00 Uhr

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

### **Online**

### Homepage

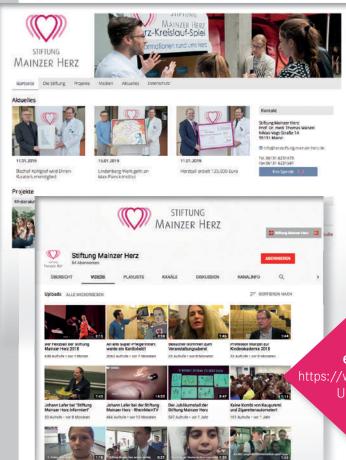
### www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Auf unserer Homepage finden Sie auch sämtliche Links zu Filmen, Projekten, Flyern und Informationsmaterialien rund um die Stiftung.

### **Postalische Anschrift**

#### STIFTUNG MAINZER HERZ

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel Niklas-Vogt-Straße 14 55131 Mainz



### Videos und Informationsmaterial

Alle Videos über die Stiftung finden Sie in unserem Youtube-Kanal. Weitere interessante Videos rund ums Thema Herz:

"Der Rauch hat sich verzogen – 10 Jahre Qualmverbot in Rheinland-Pfalz" SWR aktuell RP vom 15.2.2018

"How loud noise exposure is linked to heart disease"

Time Magazine, Februar 2018

"Herzinfarkt-Verdacht bei FCK-Trainer Jeff Strasser" (MP4 - 31,4 MB) SWR aktuell RP vom 24.01.2018

"Herzschwäche rechtzeitig therapieren" – Die HEART FAILURE UNIT der Mainzer Unimedizin (MP4 - 12,2 MB) SWR Landesschau Rheinland-Pfalz vom 12.12.2017

"Bahnlärm kann krank machen" SWR aktuell Rheinland-Pfalz vom 05.11.2017

"(Flug-)Lärm und seine Auswirkungen" ZDF-Magazin "Volle Kanne" vom 26.04.2017 www.zdf.de/verbraucher/volle-kanne/ umweltlaerm-macht-krank-102.html

"Die Story -

Verkehrslärm: ohnmächtig gegen den Krach" Bayerischer Rundfunk, kontrovers vom 01.03.0217: www.youtube.com/watch

"Große Unterschiede bei den Geschlechtern" SWR Landesschau aktuell Rheinland-Pfalz vom 21.04.16

"Bio-Zigaretten sind genau so schädlich" (MP4 - 3,8 MB)

SWR Landesschau aktuell Rheinland-Pfalz vom 21.05.2016:

"Eine Pumpe für die Pumpe" SWR Landesschau aktuell Rheinland-Pfalz vom 21.07.2016:

"Rätselhafter Bluthochdruck" SWR Odysso vom 31.10.2013

"Fraglicher Nutzen der Cholesterinsenker" SWR Odysso vom 21.06.2012:

Und noch mehr Interessantes entdecken auf unserem Youtube-Channel

https://www.youtube.com/channel/ UCdRqJEmZlvB0KdD9qTJ6PAA

Unser Tipp: Channel abonnieren und nichts mehr verpassen!

# Freundeskreis



# Mainzer Herz

und Patientenversorgung Stiftung zur Förderung von Forschung

am Zentrum für Kardiologie

der Johannes Gutenberg-Universität Mainz Universitätsmedizin

der gemeinnützigen STIFTUNG MAINZER HERZ Durch Ihr Engagement in dem Freundeskreis und mehr Lebensqualität für die Betroffenen tragen Sie direkt dazu bei, Leben zu retten zu schaffen.

# Spendenkonten:

# STIFTUNG MAINZER HERZ

Mainzer Volksbank IBAN DE38 5519 0000 0006 1610 61 BIC MVBMDE55

Sparkasse Mainz

IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03 **BIC MALADE51MNZ** 

IBAN DE80 5509 1200 0000 2020 10 Volksbank Alzey Worms eG **GENODE61AZY** 

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

## Kontakt:

# STIFTUNG MAINZER HERZ

Jniv.-Prof. Dr. Thomas Münzel Niklas-Vogt-Straße 14 55131 Mainz

E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-herz.de

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Wir haben dieses Formular für einen bequemen Versand vorbereitet. Einfach hier an dieser Linie abtrennen, in einen Briefumschlag stecken und abschicken.

55131 Mainz Niklas-Vogt-Straße 14 Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel der Stiftung Mainzer Herz An den Freundeskreis

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe PatientenInnen,

Jedes Jahr erleiden etwa 300.000 Menschen in Deutschland einen Herzinfarkt und ungefähr 48.000 Menschen sterben daran. Experten schätzen, dass insbesondere aufgrund eines Ansteigens der Herz-Kreislauf-Risikofaktoren wie Übergewicht und Diabetes mellitus sich die Zahl bis 2040 wieder verdoppeln wird.

Die STIFTUNG MAINZER HERZ hat es sich daher zur Aufgabe gemacht, den Herzinfarkt und Frühstadien von Herz-Kreislauf-Erkrankungen rechtzeitig zu erkennen und effektiv zu bekämpfen, um so der vorhergesagten Entwicklung entschieden entgegen zu wirken.

Dazu gehört die Erforschung der Krankheitsursachen und der Krankheitsmechanismen, dazu gehört die Prävention, also die Vorbeugung und Vorsorge dieser Erkrankungen und endet bei der optimalen Versorgung von Patienten mit einem akuten Herzinfarkt.



Zur Verwirklichung dieser Ziele sind eine intensive Forschungstätigkeit, eine erstklassige Apparateausstattung und eine gute Ausbildung unseres Ärzteund Pflegeteams erforderlich

Unterstützen Sie unsere Arbeit durch eine Mitgliedschaft im Freundeskreis der STIFTUNG MAINZER HERZ!

Herzlichst Ihr

Thomas Kinal

Vorstandsmitglied und Initiator der Stiftung Mainzer Herz

Der Freundeskreis unterstützt aktiv die Ziele der STIFTUNG MAINZER HERZ:

- den Kampf gegen den Herzinfarkt und andere Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor Ort, vor allem durch die Brustschmerzeinheit "Chest Pain Unit" (CPU) weiter zu intensivieren
- die Forschung und Ausbildung von Schwestern, Pflegern und Ärzten weiter zu fördern
- eine der weltweit größten Kohortenstudien, die Gutenberg-Gesundheitsstudie, zu unterstützen
- die Patientenversorgung am Zentrum für Kardiologie kontinuierlich zu verbessern
- Diagnostik und Behandlung von koronarer Herzerkrankung (KHK), Herzrhythmusstörungen und der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit sowie deren Risikofaktoren zu optimieren

Wir haben dieses Formular für einen bequemen Versand vorbereitet. Einfach hier an dieser Linie abtrennen, in einen Briefumschlag stecken und abschicken.

- die Apparateausstattung am Zentrum für Kardiologie zu verbessern
- Forschungs-/Ausbildungsstipendien einzurichten
- Präventionsmaßnahmen wie die Rheinland-Pfalz-weite Kinderakademie Gesundheit zu unterstützen

Die STIFTUNG MAINZER HERZ bietet mehrere Informationsveranstaltungen im Jahr an. Die konkreten Termine finden Sie auf unserer Homepage:

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Bitte beachten Sie auch Ankündigungen in der Presse und Aushänge!

SEPA-Lastschriftmandat für SEPA-Basis-Lastschriftverfahren Name und Anschrift des Zahlungsempfängers (Gläubiger) STIFTUNG MAINZER HERZ Niklas-Vogt-Straße 14 • 55131 Mainz Gläubiger-Identifikationsnummer DE09 ZZZO 0000 6111 98

Ich werde Mitglied im Freundeskreis der Stiftung Mainzer Herz

Ort, Datum Unterschrift	Name des Kreditinstituts	BIC	IBAN	Kontoinhaber	Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.	Ich beauftrage die STIFTUNG MAINZER HERZ bis auf Widerruf die jährliche Spende □ von € 100,- (Einzelperson) □ von € 1.500,- (Firma) mittels Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.	E-Mail	Telefon	PLZ, Ort	Straße	Name, Vorname
					and mit dem gs verlangen. arten Bedingungen.	if Widerruf person) )					

# mpressum

### **Impressum**

### Herausgeber:

#### STIFTUNG MAINZER HERZ

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel Niklas-Vogt-Straße 14 D-55131 Mainz

www.herzstiftung-mainzer-herz.de E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-herz.de

### Redaktion

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel Bianca Jörger

### Logo

Peter Schmidt

### Illustrationen und Grafiken

Margot Neuser

### **Sonstiges**

Thilo Weckmüller Illustration Herz-Kreislauf-Spiel (Seite 6)
Heike Oswald Illustration Totenkopfrauch (Seite 22)

### Fotos ©

Margot Neuser (Seite 12)

Fotos Mitraclip® -

mit Erlaubnis von Abbott Structural Heart (Seite 17)

Creative Collection (Seite 12, 13)

Pixaby (Seite 12, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30)

Hyatt - mit Erlaubnis von Frank Heckelmann Hyatt (Seite 43)

#### Quelle Fotos Mercedes ??? (Seite 46)

IGS Gerhard Ertl, Sprendlingen (Seite 88-89)

AOK Rheinland-Pfalz -

Die Gesundheitskasse (Seite 97-98)

Klaus Benz

Thomas Böhm

Anne Keuchel

Peter Pulkowski

Markus Schmidt

Private Fotos mit Genehmigung

### Artikel, Medien, Presse

British Medical Journal BMJ (Seite 13)

New England Journal of Medicine (Seite 14, 16, 18, 20)

The Lancet 2017 (Seite 14)

IGS Gerhard Ertl, Sprendlingen (Seite 88-89)

Mainzer Allgemeine Zeitung,

Rhein Main Presse (Seite 100 - 101)

### **Anzeigen**

Die Anzeigen wurden vom dem jeweiligen Inserenten zur Verfügung gestellt

### Layout und Satz

Creative Graphics
Heike Oswald Medien, Satz und Druck
Am Polygon 3 – 5
55120 Mainz

### **Druck**

Servicecenter Technik und Wirtschaftsbetriebe SC 5- Druckerei der Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

© 2019

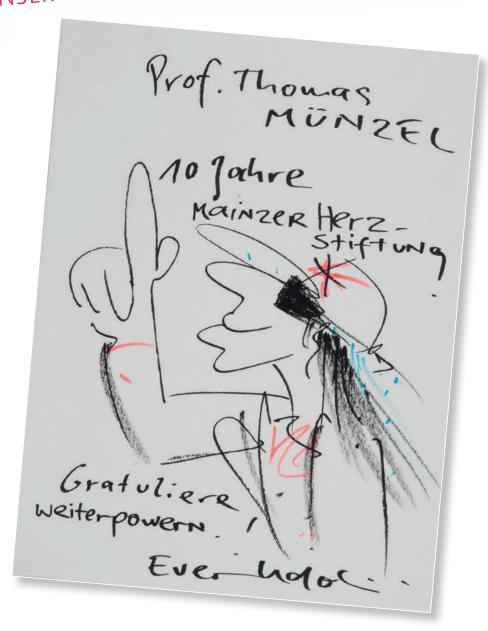


### Der Stiftungsbericht 2018

der Stiftung Mainzer Herz

ist erschienen
mit freundlicher
Unterstützung
der zahlreichen
Inserenten und
derer, die mit Text
und Bild zum Gelingen
beigetragen haben.

# Weiterpowern WOTTO FÜR DIE NÄCHSTEN 100 JAHRE





Die Fotos in dieser Ballzeitung wurden gemacht von: Thomas Boehm, Peter Pulkowski und Markus Schmidt.



















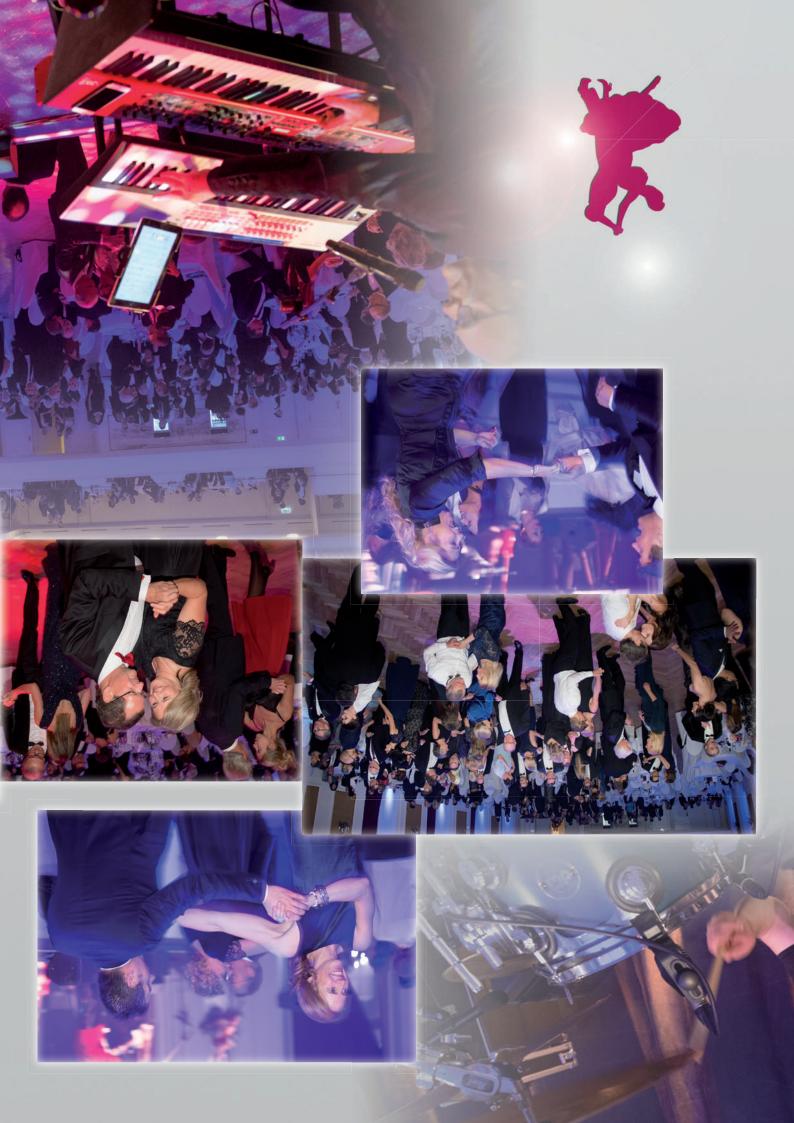








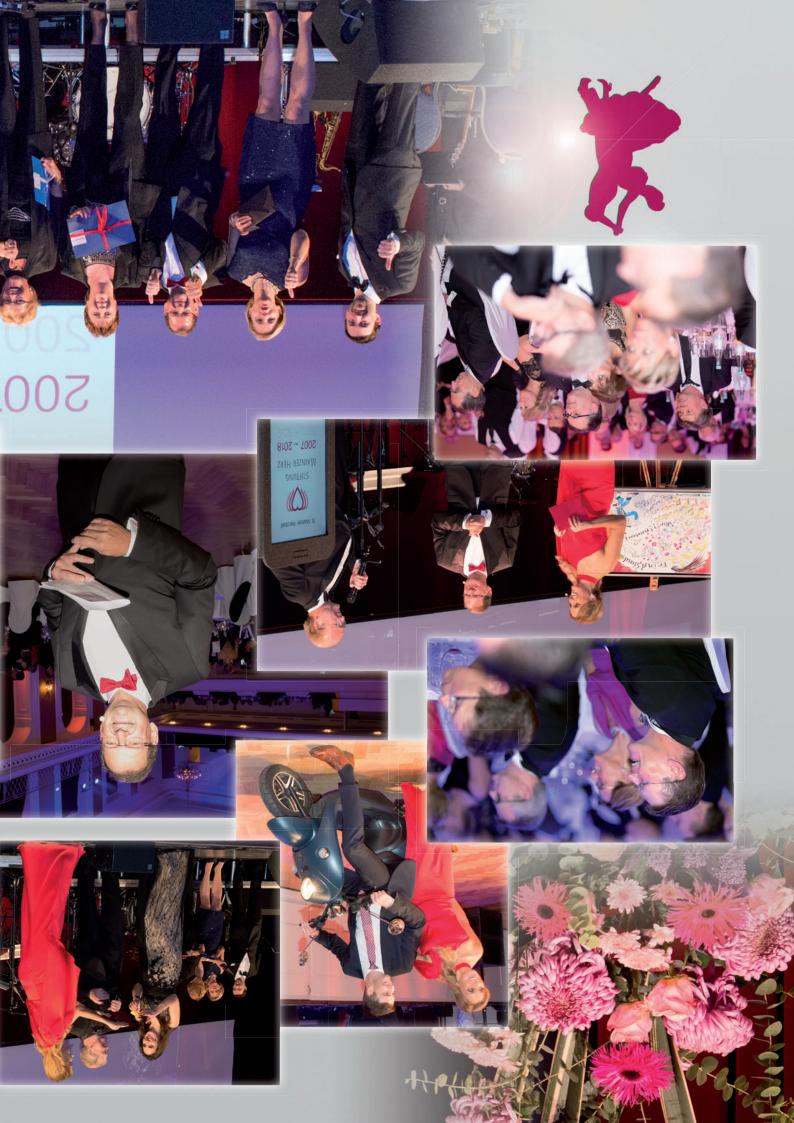




















### STIFTUNG MAINZER HERZ

Herzlich Willkommen zum 9. Herzball der Stiftung Mainzer Herz im Mainzer Schloss















