

nieren-aktuell-nrw

Das Magazin für Betroffene und Angehörige

der I.G. Niere NRW e.V.
Bonner Str. 71, 41468 Neuss
Tel.: 02131-30317 - Fax: 02131-33638
E-Mail: igknnrw@aol.com - <http://www.niere-nrw.de>

Ausgabe Nr.: 2 - 2015



Herbststimmung: Der Golfplatz in Moyland

**Für alle, die uns unterstützen wollen:
Unsere Bankverbindung: Sparkasse Neuss
Konto Nr.: 122069 BLZ: 305 500 00
IBAN: DE27 3055 0000 0000 1220 69
SWIFT-BIC: WELA DE DN XXX**

Das Redaktionsteam



Das Redaktionsteam
von rechts: H. Oettgen, S. Hilscher, H. Klapdohr

Titelbild: Herbststimmung: Der Golfplatz in Moyland von Helmut Oettgen

Impressum

Für diese Ausgabe ist verantwortlich:

Horst Klapdohr, Paul-Klee-Strasse 10, 47877 Willich
E-Mail: igknnrw@aol.com

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der I.G. Niere NRW e.V. wieder. Änderungen und Kürzungen eingereicherter Manuskripte behält sich die Redaktion vor. Wenn Sie einen Artikel aus dieser Mitgliederzeitschrift nachdrucken wollen, bitten wir Sie zuvor unser Einverständnis einzuholen. Für Beiträge aus anderen Publikationen können wir keine Nachdruckgenehmigungen geben.

Druck: Walter Perspektiven GmbH, Pfälzer Str. 78, 46145 Oberhausen
E-mail: info@wa-p.net

EDITORIAL

Liebe Mitglieder unserer I.G. Niere NRW e.V.,
liebe Leserinnen und Leser!

Nicht nur das Kalenderjahr neigt sich dem Ende zu, sondern auch unser 40-jähriges Jubiläumsjahr. Unser „Bundesverband Niere e.V.“ und einige andere Selbsthilfeorganisationen feierten ebenfalls in diesem Jahr ihr 40-jähriges Bestehen.

Grund genug, einmal darüber nachzudenken, was alles in diesem Jahr geschehen ist, nicht zu vergessen, was sich in den vergangenen 40 Jahren ereignet und geändert hat. Jeder hat seine persönliche Geschichte, die ihn in diesem Zeitraum geprägt hat.

Aber auch Anlass zu reflektieren, was sich alles für uns als „Nierenkranke“ geändert und verbessert hat. Welche unglaublichen Fortschritte in der Medizin und Medizintechnik gemacht wurden, wie ausgereift die Transplantationsmedizin inzwischen geworden ist. Nicht zu vergessen, welche Veränderungen in der Gesetzgebung dazu geführt haben, die Situation der Patienten zu verbessern.

Einige von uns können sich noch an die Dialyse vor 40 Jahren erinnern: Wie viel länger dauerte diese Prozedur? Was waren das damals noch für Maschinen? Wie viel größer waren die Einschränkungen und Nebenwirkungen? Und auch nach einer Transplantation, wie hoch war da die Dosis der Medikamentengaben und die Transplantatüberlebensraten?

In dieser schnelllebigen Zeit haben wir „chronisch Kranke“ gelernt, in kürzeren Zeitabschnitten zu denken und zu planen. Um so bemerkenswerter sind die angesprochenen vergangenen 40 Jahre. Wir alle sollten nicht vergessen dankbar zu sein. Dankbar für das, was wir erreicht haben, was uns geblieben ist und dass wir noch da sind (Hurra, wir leben noch!)

Blicken wir alle mit guten Gedanken dem neuen Jahr entgegen und hoffen auf eine positive Weiterentwicklung.

Im Frühjahr werden wir wie immer unsere Informationsveranstaltung, diesmal mit dem Thema: „Bewegung und Sport für nierenkranke Patienten“ durchführen und anschließend unsere jährliche Mitgliederversammlung. Wir freuen uns sehr über eine große Beteiligung von Ihnen, zumal auch in diesem Jahr ein neuer Vorstand gewählt wird.

Es wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen eine besinnliche Weihnachtszeit und viel Gesundheit für ein gutes Jahr 2016.

Ihre
I.G. Niere NRW e.V.

Für den Gesamtvorstand:
Klaus Holthuysen

Neuss, im Oktober 2015

In dieser Ausgabe:

2/2015 Niere-aktuell nrw

Heft 2 - 2015

Unsere Organisation

Das Redaktionsteam 2
Impressum

Editorial

Inhaltsverzeichnis 3

Dialyse und Soziales

Jahrestagung der 4
DGfN –Neues zu Zys-
tennieren
Die Unabhängige Pa- 5
tientenberatung
Rechte für Menschen 6
mit Behinderung
Uni Essen 7
Dank an Spender

Aus den Sektionen

Neuss 8
Essen 9
Niederrhein 10
Siegerland und Olpe 11
Aachen 12

Sonstiges

Beitrittserklärung 13

In eigener Sache

40 Jahre I.G.Niere 14
NRW e.V.
Weihnachtliches 15
Jubilare 16
Malteser Apotheke
Jubilare 17
Dialyse Westerstede
Sudoku 18
Versand Zeitung 19
Annonce Astellas 20

Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie 2015

Neues zu Zystennieren

Von den Zystennieren sind Nieren mit einzelnen Zysten zu unterscheiden. Einzelne Zysten kommen relativ häufig in einer Niere vor, aber sehr selten beidseits. Erst ab etwa dem 50. Lebensjahr sieht man gelegentlich auch Zysten in beiden Nieren.

Während einzelne Nierenzysten meist harmlos sind, handelt es sich bei der Zystennieren-Erkrankung (ADPKD) um eine chronische und fortschreitende Erbkrankheit der Nieren, die häufig im Laufe des Lebens zur Niereninsuffizienz führt. In Deutschland sind ca. 100.000 Menschen von dieser erblichen Krankheit betroffen, weltweit etwa 12 Millionen. Der Erkrankung liegt eine genetische Störung zugrunde, die entweder das PKD1- oder PKD2-Gen betrifft.

Die Diagnose von Zystennieren ist heute im Erwachsenenalter absolut zuverlässig durch Nachweis von 10 oder mehr Zysten in beiden Nieren durch hochsensitiven Ultraschall möglich, wobei dabei die Verteilung der Zysten über die ganze Niere charakteristisch ist. Andererseits kann die Erkrankung praktisch sicher ausgeschlossen werden, wenn im Alter von 30 Jahren bei Mitgliedern einer betroffenen Familie keine Zysten in den Nieren nachweisbar sind.

Im Verlauf der Erkrankung werden die Nieren größer, bedingt durch das Wachstum der Zysten. Bezüglich der Niere können folgende Symptome auftreten: Flankenschmerz, Eiweiß und Blut im Urin, Infektionen der Zysten, nachlassende Konzentrationsfähigkeit, d.h. die Urinausscheidung steigt bei heller werdendem Urin. Nierensteine sind möglich, der Blutdruck steigt aufgrund der Nierenschädigung. Weiterhin kann die Krankheit verbunden sein mit: Leberzysten, Herzklappenveränderungen und Dickdarmaussackungen (Divertikel). Bei Kopfschmerzen sind die Patienten aufgefordert, unverzüglich beim Arzt vorstellig zu werden, weil es sich um eine gefährliche Blutung aufgrund eines geplatzten

Aneurysmas (Gefäßsaussackung) im Kopf handeln könnte.

Die Erkrankung schreitet unterschiedlich schnell fort. Beeinflussbare Faktoren, die mit einem raschen Fortschreiten der Erkrankung verbunden sein können, sind: Bluthochdruck, Harnwegsinfektionen, Rauchen, Alkohol. Deshalb ist u.a. eine aggressive Blutdrucksenkung zumindest bei jüngeren Patienten sinnvoll. Es konnte ein geringer ausgeprägtes Zystenwachstum durch eine Blutdruckeinstellung auf 95/60 bis 110/75 nachgewiesen werden, ebenso eine geringere Eiweißausscheidung. Für die Praxis empfiehlt sich daher eine Blutdruckeinstellung auf unter 120/80. Was ist darüber hinaus eventuell sinnvoll? Sicherlich eine mediterrane Diät, weil Nierenkranke mit einem erhöhten Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall leben müssen. Darüber hinaus scheinen kochsalzarme Ernährung und eine erhöhte Trinkmenge sinnvoll.

Seit dem 27. Mai 2015 ist ein Medikament (Jinarc® - Wirkstoff Tolvaptan) zugelassen zur „Behandlung von erwachsenen Zystennieren-Patienten mit Niereninsuffizienz im Stadium 1-3 zu Behandlungsbeginn mit Anzeichen für eine rasche Krankheitsprogression“. In Studien wurde nachgewiesen, dass das Medikament das Zystennierenwachstum und den jährlichen Nierenfunktionsverlust reduziert. Deshalb ist es wahrscheinlich, dass bei Zystennieren-Patienten der Beginn der Dialyse hinausgezögert und das Überleben verlängert werden kann. Das Medikament hat also einen „krankheitsmodifizierenden“ Effekt; es kann die Krankheit nicht heilen. Nebenwirkungen der Medikation sind vermehrte Urinausscheidung (bis zu mehreren Litern) und vermehrter Durst, Leberfunktionsstörungen und Erhöhung der Harnsäure. Es bleibt abzuwarten, welche Erfahrungen mit diesem neuen Behandlungsansatz gemacht werden, wenn das Medikament bei zunehmend mehr Patienten eingesetzt

wird.

Der Wirkstoff Tolvaptan ist in niedrigerer(!) Dosierung übrigens bereits seit 2009 in Deutschland zugelassen. Er wurde bisher eingesetzt, wenn es - aus ganz verschiedenen Ursachen - zu einer Überwässerung des Körpers mit einem erniedrigten Natrium kommt.

W.

Weitere Informationen über das Thema Zystennieren können Sie auch gerne über unseren Bundesverband erhalten.

Website: www.bundesverband-niere.de und www.pkdcure.de

Dort können Sie auch Ihre regionalen Ansprechpartner für Zystennieren finden.

PATIENTENBERATUNG VOR DEM AUS

Wie der „Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.“ am 10. Juli 2015 mitteilt, soll der bisherige „Verbund der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland“ (UPD nicht über das Jahresende 2015 hinaus finanziert werden. 21 Beratungsstellen stehen damit vor dem Aus. Die Befürchtungen der Gesellschafter der UPD gehen aus dem nachfolgenden Artikel hervor.

**Auszug aus Diatra-Journal 3-2015
Horst Klapdohr**

Die I.G. Niere NRW e.V. erhielt folgende Mail vom „Der Paritätische NRW“:

DIE UNABHÄNGIGE PATIENTENBERATUNG DEUTSCHLANDS (UPD) WIRD AN DIE SANVARTIS GMBH VERGEBEN

Prof. Dr. Marie Luise Dierks, Hannover
Prof. Dr. Rolf Rosenbrock, Berlin

Berlin, den 21.09.2015

An den Patientenbeauftragten
Der Bundesregierung
Herrn Karl Josef Laumann

c/o Bundesministerium für Gesundheit vorab
per Mail

Sehr geehrter Herr Laumann,

Am Freitag, den 18.9.2015 haben Sie uns offiziell darüber informiert, dass die unabhängige Verbraucher- und Patientenberatung nach § 65b SGB V für 7 Jahre an die Sanvartis GmbH vergeben wird. Bereits in den Sitzungen und Gesprächen im Rahmen des Vergabeverfahrens wurden von Mitgliedern des Beirats schwerwiegende Bedenken gegen das Verfahren und die sich abzeichnende Entscheidung für dieses Unternehmen formuliert. Die Bedenken wurden zudem mit Schreiben vom 11.7.2015 gegenüber dem Bundesgesundheitsminister ausführlich dargelegt und begründet.

Neben all den geäußerten Einwänden und Bedenken gegenüber dem Angebot der Sanvartis GmbH v. a. im Hinblick auf Beratungsqualität, regionale Zugänglichkeit und Zielgruppenorientierung sind wir vor allem nach wie vor der Auffassung, dass das ausgewählte Unternehmen den gesetzlich geforderten Nachweis der Neutralität und Unabhängigkeit nicht erbracht hat.

Wir haben viele Jahre, zum Teil vom Anfang im Jahr 2001 an, die Entwicklung der unabhängigen Patientenberatung mit Engagement und unserer Sachkunde begleitet und unterstützt, weil wir in dieser Einrichtung einen der ganz wenigen Orte authentischer Patientenorientierung in unserem Krankenversorgungssystem gesehen haben; und wir haben in der UPD über die Jahre mit Befriedigung die Tragfähigkeit und Ausbaufähigkeit dieses Ansatzes beobachten können. Diese Entwicklung wird mit der Vergabe an die Sanvartis GmbH und ihr Angebot definitiv abgebrochen.

Dialyse und Soziales

Unter diesen Umständen sehen wir für uns keinen Sinn darin, eine absehbar gegen den Geist der unabhängigen Patientenberatung gerichtete Entwicklung beratend zu begleiten.

Deshalb stehen wir für eine weitere Mitarbeit im Beirat nicht mehr zur Verfügung und erklären mit dem heutigen Tag unseren Austritt aus diesem Gremium.

Mit freundlichen Grüßen

gez. Prof. Dr. Marie Luise Dierks, Medizinische Hochschule Hannover / gez. Prof. Dr. Rolf Rosenbrock, Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB) und „Der Paritätische“ Gesamtverband, Berlin

Rechte für Menschen mit Behinderung

Wir möchten auf Informationen für Menschen mit Behinderungen hinweisen, weil die Informationen in leicht verständlicher Sprache dargeboten werden.

Die **BAR** (**B**undesarbeitsgemeinschaft für **R**ehabilitation) ist Herausgeber von insgesamt 5 Heften, die als Weg-Weiser für Rehabilitation und Teil-Haber in leichter Sprache bezeichnet werden.

Heft 1: „Rechte für Menschen mit Behinderungen“

Heft 2: „Regeln für die Schule, die Ausbildung und die Arbeit“

Heft 3: „Regeln für die Gesundheit und für die Pflege“

Heft 4: Regeln für das Persönliche Budget und für Familie, Freizeit und Wohnen“

Heft 5: „Adressen, wo Menschen mit Behinderung Hilfe bekommen“

Seit einigen Jahren gibt es viele neue Regeln und Gesetze für Menschen mit Behinderungen. Diese sind von Fach-Leuten aufgestellt worden und oftmals schwerverständlich aufgeschrieben worden.

Die Informationshefte von **BAR** sind für Laien dagegen gut verständlich und oft durch Bilder und Symbole ergänzt worden.

Das ist wichtig, zumal es in Deutschland eine Fülle von Regeln für die soziale Sicherheit für Menschen mit Behinderungen gibt.

Diese Regeln stehen in Sozial-Gesetz-Büchern.

Es gibt in Deutschland 12 Sozial-Gesetz-Bücher.

Für uns als Nierenkranke ist insbesondere das **Sozial-Gesetz-Buch 9** wichtig, da es die Rehabilitation und Teil-Habe regelt. Es wird in schwererer Sprache so geschrieben: **SGB IX** Wir können hier nicht näher auf alle Details der Hefte und Sozial-Gesetz-Bücher eingehen.

In den Heften sind aber alle Begriffe, wie „Rehabilitation“ oder kurz „Reha“ erklärt.

Reha heißt, **medizinische Versorgung**.

Zum Beispiel mit Hilfs-Mitteln.

Oder mit Kranken-Sport. Dadurch soll die Gesundheit wieder hergestellt werden.

Reha heißt auch **Förderung bei der Arbeit**.

Zum Beispiel durch eine Berufs-Ausbildung oder durch Hilfs-Mittel am Arbeits-Platz.

Reha heißt auch **soziale Unterstützung**.

Zum Beispiel durch Geld.

Oder durch Hilfe von Assistenten.

Oben genannte Auszüge sollen nur an einem Beispiel darstellen, wie einfach komplizierte Gesetze erläutert werden können.

Es lohnt sich auf jeden Fall mal einen Blick in die Hefte der BAR zu werfen.

Weiter Informationen erhalten Sie unter folgender Adresse:

Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (BAR) e.V.

Solmsstraße 18

60486 Frankfurt

Tel.: 069 605018-0

E-Mail: info@bar-frankfurt.de

Website: www.bar-frankfurt.de

Die aufgeführten Angaben sind auszugsweise aus **Heft 1** der **BAR** entnommen.

Horst Klapdohr

Dialyse und Soziales

UNIVERSITÄTSKLINIKUM ESSEN

Das Universitätsklinikum in Essen sucht für eine „Studie zur Untersuchung der Konditionierung des Immunsystems bei Patienten nach Nierentransplantation“ noch männliche Nierentransplantierte.

Die Teilnehmer erhalten eine Aufwandsentschädigung in Höhe von € 250,-.

Kontakte:

Fr. Anna Lena KAHL (M.Sc. Psych.), Tel.: 0201 723 3975, E-Mail: AnnaLena.Kahl@uk-essen.de

Julia KIRCHHOF (M.SC. Mol. Biol.), Tel.: 0201 723 3975, E-Mail: Julia.Kirchhof@uk-essen.de

Anmerkung der Redaktion:

Bitte melden Sie sich bei den angegebenen Kontaktadressen für diese Studie an.

Sie hilft nicht nur Ihnen selbst, sondern auch allen Transplantierten, die durch die Forschung möglicherweise die Medikamente reduzieren können.

Die Patienten, die Advagraf einnehmen, können an der Studie nicht teilnehmen.

Rufen Sie an und Sie werden kompetent und freundlich informiert.

Bitte informieren Sie unsere Leser über Ihre Erfahrungen, wenn Sie teilgenommen haben.

Horst Klapdohr

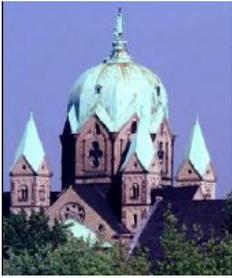
Dank an alle Spender

Ganz herzlich danken wir allen Spendern und Förderern (Privatpersonen, Ärzte und Firmen), die im Jahr 2015 dazu beigetragen haben, dass die I.G. Niere NRW e.V. weiterhin Hilfe zur Selbsthilfe für Nierenkranke leisten kann!

Auch in diesem Jahr haben wir von der Sparkasse Neuss eine Zuwendung aus dem PS-Zweckertrag zur Anschaffung neuer Kommunikationsmittel für die Geschäftsstelle erhalten, über die wir uns sehr gefreut haben!

Bitte unterstützen Sie uns auch weiterhin!

Aus den Sektionen



Sektion Kreis Neuss

Harald Karis
Tel.: 02131/540324
Natalie Czerner
Tel.: 02137/9989893
Irmgard Bonk
Tel.: 02131/43114
Heinz Beitel
Tel.: 02633/4898589

Wieder zurück in Neuss haben wir den Tag mit noch 14 Personen in einem nahegelegenen Restaurant ausklingen lassen.

Einstimmig wurde dieser schöne Ausflug gelobt und wir freuen uns schon auf eine Fortsetzung im nächsten Jahr, mit noch besserer Vorausplanung.

SEKTIONS-AUSFLUG ZUM BALDENEYSEE IN ESSEN

Am Sonntag, den 23.8.2015 startete unser Ausflug nach Essen am Hauptbahnhof in Neuss. Gemeinsam fuhren wir mit der S-Bahn zum Baldeneysee in Essen.

Dort trafen wir uns mit den selbst angereisten Teilnehmern und bestiegen pünktlich das, für 15:10 Uhr gemietete Boot.



Die Neusser Sektion auf großer Fahrt

Bei herrlichstem Sommerwetter und einem erfrischenden Wind fuhren wir am Ufer des Sees entlang. Bei Kaffee und Kuchen konnten wir die herrliche Landschaft bewundern und auch der Gesprächsstoff ging uns nicht aus.

Alle waren bei bester Stimmung, als wir, 21 Teilnehmer, nach zwei Stunden wieder am Ausgangspunkt anlegten. Leider war der „Aufstieg“ zur S-Bahn-Haltestelle doch steiler und länger, als gedacht. Deshalb waren wir um zwei Mitglieder besonders besorgt (siehe E-Mail-Auszug).

Auszug aus der E-Mail eines Mitgliedes vom 23.8.2015: **MURPHY'S LAW - wenn etwas schief geht....**

Danke für den „abenteuerlichen Tag“ am heutigen Sonntag.

Dass wir uns im Bahnhof Neuss verpasst haben, ist eigentlich eine Witznummer. Wenn etwas „schief“ gehen soll, dann geht es auch „schief“... So musste ich meine Fähigkeiten, „ein Ziel zu erreichen“ einmal wieder aktivieren und selbständig handeln. Jedenfalls haben wir die Gruppe ja pünktlich am Schiff erreicht. Und „Kaffee & Kuchen“ waren somit sauer und wohl verdient...

Bei der Rückfahrt musste ich beim „Berganstieg“ passen. Das hätte ich nie geschafft! Aber unten gab es ein Restaurant, quasi ebenerdig. Dort haben wir erst einmal einen kleinen Imbiss genommen und dann ein Taxi bestellt. Mit dem sind wir nach Kettwig zur S-Bahn-Station, weil diese dort treppenlos, ebenerdig erreichbar ist (wusste der Taxifahrer...). Wir sind gut wieder nach Hause gekommen – in einem Stück und ohne „Luftnot“...

Diese Art „Abenteuer“ hätten wir ohne die I.G. nicht erlebt! Naja, und wir haben gelernt, dass die nächste Tour noch ein wenig sorgfältiger zu planen ist...

Harald Karis
Sektionsleiter „Kreis Neuss“

Aus den Sektionen

Sektion Neuss mit Info-Stand in Neuss am Öffentlichkeitstag.

Am Samstag den 10.10.2015 veranstaltete die Paritätische Kreisgruppe Neuss vor dem Rathaus den "Tag der Öffentlichkeit". 11 Selbsthilfegruppen, sowie der Paritätische und ein Selbsthilfebüro hatten sich vor dem Rathaus und unter den Arkaden um 11 Uhr aufgebaut. Für das leibliche wohl sorgte ein kleiner Imbiss und frisch gebackene Waffeln wurden an einem Selbsthilfestand angeboten. Für die Kinder gab es eine Hüpfburg und eine Band sorgte immer wieder für musikalische Unterhaltung.



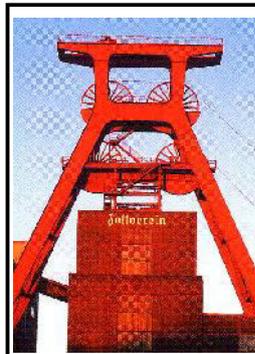
Die Standbesetzung in den Neusser Arkaden Irmgard Bonk, Natalie Czerner, Heinz Beitel

Der Stand der I.G. Niere NRW e.V. war mit Irmgard Bonk, Natalie Czerner und Heinz Beitel gut besetzt. Der Info-Stand war schnell aufgebaut und mit reichlich Material ausgestattet. Wir waren überrascht, dass trotz Herbstferien unser Stand gut besucht wurde. Die Bevölkerung scheint sich doch langsam wieder mit dem Thema Organ spende zu beschäftigen. Auch die Frage nach den Organ spenderausweisen war gut.

Leider war es an dem Tag recht kalt und öfter pfiff der Besatzung unseres Standes ein eisiger Wind um die Ohren.

Um 14:00 Uhr endete die Veranstaltung, alle hatten durchgehalten und waren letztendlich mit dem Ergebnis zufrieden.

Heinz Beitel



Sektion Essen

Siegfried Hilscher
Humboldtstr. 159a
45149 Essen
Tel.: 0201/74 34 34
Fax: 0201 / 7 49 59 57
eMail: S.Hilscher@t-online.de
Karin Pollmann
Tel.: 0201 / 53 62 81

Unsere letzten Termine für das Jahr 2015:

- 14.11.2015** Info-Stand auf der Gesundheitsmesse in Essen
- 20.12.2015** Adventskaffee zum Jahresausklang

(Einladungen an die Mitglieder werden rechtzeitig per Post verschickt.)

Siegfried Hilscher

Aus den Sektionen



Sektion Niederrhein

Brigitte Künzer

Moerser Str. 243
47475 Kamp-Lintfort
Tel.: 02842 / 55669
Fax: 02842 / 928960
eMail: BKuenzer@gmx.net
<http://niederrhein.niere-nrw.de>

Rolf Michels

Offenbachstr. 8
47623 Kevelaer
Tel.: 02832 / 4826
eMail: rolf.michels@gmx.net

Selbsthilfetag in Geldern

Wir, die Sektion Niederrhein, haben uns vor ca. 1,5 Jahren der Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen für Geldern und Umgebung (AG Geldern) angeschlossen.

So haben wir am Samstag, den 29. August 2015 in der Zeit von 11 bis 16 Uhr auf dem Marktplatz in Geldern einen Informationsstand aufgebaut und am 2. Selbsthilfetag teilgenommen. Elf Selbsthilfegruppen und der „Paritätische“ Verband Kleve haben sich dort präsentiert.



Frau B. Künzer steht für alle Auskünfte zur Verfügung

Da es ein besonders heißer Tag war, kamen nur sehr wenige Leute auf den Marktplatz. Trotzdem konnten wir etliche Spenderausweise an die Frau, bzw. Mann bringen und drei intensive, interessante Gespräche führen. Wären die störenden Wespen nicht gewesen, wäre es trotz Hitze ein interessanter und erfolgreicher Tag geworden. Wir kommen gerne im nächsten Jahr wieder nach Geldern zum Selbsthilfetag.

Brigitte Künzer**Rolf Michels****Sektion Niederrhein**

7. Klever Gesundheitstag unter dem Motto: „Gut versorgt in Kleve“

Am Sonntag, den 27. September 2015 fand in der Zeit von 11 bis 16 Uhr in der Stadthalle in Kleve der 7. Gesundheitstag statt.

So fuhren unsere Sektionsleiterin, Frau Brigitte Künzer und ich um 10 Uhr mit Sack und Pack in Richtung Kleve. Voll guter Hoffnung hatten wir unseren Stand rechtzeitig aufgebaut und reichlich Informationsmaterial bereit gelegt. Der Standplatz lag zwischen den insgesamt 40 Ständen an einer recht günstigen, vom Wetter unabhängigen Stelle in der Stadthalle.

Durch kostenlosen Eintritt, verschiedenste Gesundheitschecks und vier interessante Vorträge war der allgemeine Besucherandrang sehr groß und auch unser Stand wurde während der ganzen Zeit von sehr vielen Interessierten aufgesucht.

Unzählige Gespräche wurden geführt, über Nierenerkrankung, Nierentransplantation und Organspende. Unsere mitgebrachte Informationsmaterial, Organspendeausweise und Werbepostkarten gingen wahrhaftig weg wie „warme Semmel“!

Aus den Sektionen



Ein erfolgreicher Tag in Kleve mit vielen Besuchern

Es war ein sehr gelungener und erfolgreicher Tag und es hat sich mal wieder gelohnt, in Kleve mit unserem Infostand dabei gewesen zu sein.

Im nächsten Jahr sind wir garantiert wieder mit dabei!

Rolf Michels

| | |
|---|---|
|  | <p>Siegerland u. Olpe</p> <p>Dieter Hoffmann Im Rissfeld 18 57548 Kirchen Tel.: 02741 / 6 24 03 E-Mail: shg.niere@t-online.de Web: www.shg-niere.de</p> |
|---|---|

Tagesfahrt der Selbsthilfegruppe Dialysepatienten und Nierentransplantierte Siegerland-Olpe nach Cochem

Bei gutem Wetter traf sich am 24. September 2015 die Selbsthilfegruppe Dialysepatienten und Nierentransplantierte Siegerland-Olpe mit

16 Personen an unserem Gruppentreffpunkt, dem Kolpinghaus in Siegen und bestieg den kleinen Reisebus in Richtung Mosel. Die Tour ging über den Westerwald und nach der Rheinüberquerung bei Koblenz zuerst zum Autohof Bolz-Platz in der Nähe von Koblenz, wo wir unser schon traditionelles Fleischwurst-Frühstück einnahmen.

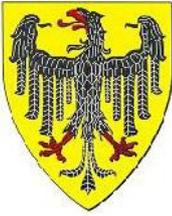
Von dort fuhren wir auf dem kürzesten Weg zur Mosel und folgten dem malerischen und mit Sehenswürdigkeiten gespickten Flusslauf bis hinauf nach Cochem. Da angekommen ging's zur Schiffsanlegestelle und nur kurz darauf legte unser Moselschiff zur Besichtigungsfahrt ab. Wir sahen die Stadt Cochem, die Reichsburg oberhalb von Cochem und die Nachbarorte von der Flussseite - auch hier für die Gegend charakteristische Weinorte mit starkem Flair. An Bord wurden gute Gespräche geführt und Genüsse in Form von Wein, Eis oder sonstigen leckeren Dingen gab es auch. Nach Ende der etwas mehr als einstündigen Schiffstour besichtigten wir noch in einem kleinen Rundgang die Innenstadt von Cochem mit Marktplatz und ließen uns zu einem kleinen Mittagssmahl in einer der zahlreichen und von Touristen reich frequentierten Gaststätten an der Mosel nieder. Nach einer erneuten kleinen Tour durch die Stadt lenkten wir unsere Schritte schon wieder Richtung Busparkplatz - schöne Stunden gehen halt schnell vorbei.

Die Rückfahrt führte uns dann schnell zur Autobahn zurück und von dort über den kürzesten Weg heim nach Siegen. Um die Tour in einem schönen Rahmen ausklingen zu lassen, hatten wir beschlossen, im Anschluss in unserem Vereinslokal Kolpinghaus, in dem wir uns auch sonst jeden zweiten Donnerstag im Monat treffen, bei einem Abendessen mit Geselligkeit den Tag nochmals Revue passieren zu lassen. Es war ein schöner, gefälliger Tag in beeindruckender Landschaft und bei guter Gesellschaft gewesen - positiv gestimmt fuhren wir nach Ende unseres Treffens heim und freuen uns schon auf die nächste Fahrt mit unserer Selbsthilfegruppe!

Ulrich Röcher

Aus den Sektionen

Sektion Aachen (Stadt u. Land)



Maya Hügler
Malmedyer Str. 32
52066 Aachen
Tel.: 0241 / 5682784

Erntedank- und Stadtfest in der Herzogstadt Jülich Informationsveranstaltung : "Schwerpunkt Nierenerkrankung "

Ein kühler, trockener, zeitweise mit sonnigen Abschnitten, schöner Herbstsonntag. Genau richtig für eine Veranstaltung.
Nach der Beendigung der Sonntagsmesse, läuten der Glocken, fiel der Startschuss des Erntedank- und Stadtfestes.

Schausteller, Fressbuden, Karussells öffneten, Musik spielte, die Stadt fing an zu leben. Es duftet nach Zuckerwatte, Currywurst, Mandeln, heißen Waffeln und nicht zu vergessen der selbstgemachte Reibekuchen mit Apfelmus (den muss man gegessen haben!). Das alleine ist es schon wert, nach Jülich zu kommen. Damit es jedem in guter Erinnerung bleibt, konnte man sich eine limitierte Sammeltasse mit dem Motiv der Stadt Jülich kaufen.

Unser Stand wurde gut besucht. Zu unserer Überraschung zeigte man mehr Interesse für Organspende. Nicht nur Flyer über verschiedene Erkrankungen wurden verteilt. Die bestehenden alten Ausweise tauschten wir aus, ersetzten sie in Form der neuen Scheckkarte. Unsere kleinen Präsente wie Kuli, Feuerzeuge usw. waren schnell vergriffen.

Durch die Vorankündigung im Jülicher Stadtanzeiger, hat man unseren Stand sehr gut besucht.

Seit Jahren, das weiß man mittlerweile, konnten wir mit fachlichem, medizinischem Wissen behilflich sein.

Auch privates und mit Stammkunden ein Schwätzchen halten, vor allem wurde viel gelacht.

Rundum ein gelungener Tag, der Spaß machte. Um 17.00 Uhr gab es keinen Reibekuchen mehr, ausverkauft.



Unser Team in Jülich war, wie immer, perfekt vorbereitet.

Langsam neigte sich ein schöner Tag dem Ende zu. Alle waren zufrieden.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an meine Schwester Cornelia Langen und Ihre Familie.

Ein herzliches Dankeschön an die Straßengemeinschaft „Kleine Rurstraße“, die uns jedes Jahr unterstützt.

Recht herzlichen Dank an Frau Dr. Eva Bücher, Innere Medizin II / Nephrologie Universitätsklinikum Aachen, die uns mit medizinischem Fachwissen behilflich war.

Ich freue mich, auf das nächste Jahr, ein Wiedersehen in der Herzogstadt Jülich.

Macht's gut und bleibt gesund.

Maya Hügler
Sektionsleiterin

In eigener Sache

1975 bis 2015 40-jähriges Jubiläum der I.G. Niere NRW e.V.

Mit einer kleinen Feier am 31. Mai 2015 hat die I.G. Niere NRW e.V. Ihr Jubiläum in Düsseldorf gefeiert.

Leider haben nicht sehr viele Mitglieder den Weg nach Düsseldorf unternommen, sodass die ganze Arbeit der Organisation nur von wenigen Teilnehmern belohnt worden ist. Dafür aber sehr positiv.

Wie unser Vorsitzender, Klaus Holthuysen geschrieben hat, richten wir jetzt wieder den Blick nach vorn, dann schaffen wir das **50-jährige** Jubiläum auch noch.

Am 2. August 2015 fand in Neuss eine Vorstands- und Beiratssitzung statt, die nicht nur rückblickende Belange diskutierte, sondern auch Regelungen für die Zukunft. Diese Runde besteht aus den Vorstandsmitgliedern und den Sektionsleitern. Damit sind die Stimmen der sogenannten „Basis vor Ort“ auch vertreten.

Es wurden, wie üblich, auch die finanziellen Aspekte diskutiert.



Ein Blick in die Runde der Vorstands- und Beiratssitzung der I.G. Niere NRW e.V.

Das wichtige Thema „Hirntod“ im Rahmen eines Projektes ausführlicher zu behandeln, fand keine Mehrheit. In unserer letzten Zeitschrift hat unser Wunsch, dass sich die Leserschaft bei Interesse zum Thema „Hirntod“ melden möchte, keine Resonanz gefunden. Daher ist jetzt auch kein Bericht zum dem Thema geschrieben worden.

Wie Sie alle auf der vorletzten Seite sehen, möchten wir Sie an den Vorschlägen beteiligen. Daher bitten wir Sie, uns zu unterstützen und sich die Zeitung per E-Mail zuschicken zu lassen.

Ein weiterer wichtiger Punkt für die Zukunft sind die Wahlen bei der nächsten Mitgliederversammlung im **Frühjahr 2016**.

Es wird ein neuer Vorstand für die nächsten drei Jahre gewählt.

Bitte merken Sie sich jetzt schon vor an der nächsten Mitgliederversammlung teilzunehmen.

Wir brauchen Ihre Meinung und Stimme.

Unterstützung ist ohnehin bei allen Sektionen willkommen, da ohne Ihre Hilfe die Arbeit vor Ort an wenigen, engagierten Mitgliedern hängen bleibt. Das hat zur Folge, dass einige Sektionen nicht mehr aktiv sein können.

Wenn es von Ihrer Seite noch Anregungen, Unterstützung oder andere Ideen gibt, dann zögern Sie nicht, sich bei uns zu melden. Wir haben ein „offenes Ohr“ für Sie.

Die Zukunft können wir nur mit Ihnen gemeinsam gestalten.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen allen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Übergang ins Neue Jahr.

Ihnen und Ihren Familien viel Glück und Gesundheit für das Jahr **2016**.

Horst Klapdohr

In eigener Sache

ETWAS WEIHNACHTLICHES

Der erschöpfte Weihnachtsbaum

Am zweiten Weihnachtstag um zehn
ist etwas Seltsames gescheh'n,
und zwar geschah - man glaubt es kaum -
dies Seltsame dem Weihnachtsbaum.

Er stand bis dahin ungerührt,
mit Schmuck und Kerzen reich geziert,
wie ein Symbol der Friedlichkeit
in all dem Trubel dieser Zeit.

Ganz regungslos hat er seit Tagen
die neue Umwelt hier ertragen,
hat nicht gewackelt, nicht gebebt
und alle Hektik miterlebt.

Er trug, wenn auch vielleicht nicht gern,
die Kerzen, Kugeln und den Stern.
Hat sich gewiss **nicht** wohlgeföhlt
und trotzdem alles mitgespielt.

Um zehn Uhr war er dann geschafft.
Ihm fehlte plötzlich alle Kraft.
Man hat's ihm gar nicht angesehen,
doch konnt' er einfach nicht mehr steh'n.

Im Fernsehen sang man Weihnachtslieder,
da beugte er sich langsam nieder.
Die Kerzen waren ausgebrannt
und wie von unsichtbarer Hand

Geföhrt - nach neuesten Methoden -
ging er ganz still und sacht zu Boden.
Da liegt der „Abgeschlafte“ nun
um sich vom Feste auszuruhen.

Als ich ihn da so liegen sehe,
merk' ich, wie gut ich ihn verstehe
und wünsch' mir - meiner Kräfte wegen -
mich etwas neben ihn zu legen...



Wann fängt Weihnachten an?

Wenn der Schwache dem Starken die Schwäche vergibt,
wenn der Starke die Kräfte des Schwachen liebt,
wenn der Habewas mit dem Habenichts teilt,
wenn der Laute bei dem Stummen verweilt
und begreift, was der Stumme ihm sagen will,
wenn das Leise laut wird und das Laute still,
wenn das Bedeutungsvolle bedeutungslos,
das scheinbar unwichtige wichtig und groß,
wenn mitten im Dunkel ein winziges Licht Geborgenheit -
helles Leben verspricht und du zögerst nicht,
sondern du gehst so wie du bist darauf zu,
dann, ja dann fängt Weihnachten an!



ETWAS BESINNLICHES

Wofür es sich zu leben lohnt

- Für das Vogelkonzert am frühen Morgen
- Für die Sonnenstrahlen, die uns hinauslocken in die Natur
- Für die ersten Frühlingsblumen nach dem Winter
- Für die langen, lauen Sommerabende
- Für den Geschmack des Sommers auf unserer Zunge
- Für den Anblick herbstlich leuchtender Bäume
- Für einen warmen Tee in kalter Jahreszeit
- Für Musik, die das Herz berührt
- Für die Atempause im Alltag
- Für die Menschen, die wir lieben
- Für unsere Dankbarkeit und die unermüdete Hoffnung

(Claudia Peters)

Gesundheit erleben



Malteser Apotheke

Venloer Str. 103 • 41462 Neuss
Tel. 02131/541985 • Fax 02131/272956
malteser-apotheke.neuss@t-online.de

Öffnungszeiten:
Mo- Fr 8:30 - 13:00 und 15:00 - 18:30 Uhr
Sa 9:00 - 13:00 Uhr

JUBILÄUM UNSERER MITGLIEDER IM JAHR 2015

40 Jahre:

Dr. Dieker, Peter
Haubrock, Günter,
Apotheke am Schwanneck, Neuss
Dr. Junker, Gundolf
Kahl, Christine
Lasheras-Hakobian, Bella
Prof. Lasheras Montes, Edmundo
Piroth, Reinhard
Sandkuhl, Marianne

35 Jahre:

Fischer, Falko
Höner, Uwe
Hoor, Peter
Korn, Heinz

Mauritz, Beate
Mauritz, Wolfgang
Schwarz, Günther
Tischler, Karin
Wiesel, Friedhelm

30 Jahre:

Böttger, Frank
Brase, Helene
Czastrau, Michael
Dialyse-Praxisgroßhandel, Düsseldorf
Führen, Franz
Gerling, Felix
Hansl, Heidi
Hecker, Hildegard
Heinigk, Anita
Hellmann, Gertrud
Henk, Johanna
Kellermann, Dorothea
Lehmann, Heinz
Lozano, José Miguel
Paßmann, Frank
Peters, Birgit
Schneider, Irene
Speck, Wolfgang
Steffens, Eva-Maria
Surkamp, Hubertus
Thiele, Johanna
Tiso, Benjamino
Tschanter, Annette
Wellenkötter, Gisela
Wenke, Monika

25 Jahre:

Gunsch, Eberhard
Dr. Heinzler, Peter
Herden, Felix
Hinze, Oliver
Dr. Hofmann, Klaus
Horn, Gerhard
Prof. Dr. Kleophas, Werner
Kuckertz, Philipp
Kurek, Reiner
Lohrsträter, Detlef
Pope, Petra
Propach, Dietmar

Feriodialyse Westerstede im schönen Ammerland

in unserer 2009 neu erstellten, großzügigen Dialyse bieten wir Ihnen alle modernen Behandlungsverfahren der Blut- und Bauchfelldialyse, sowie LDL-Apherese
24h Rufbereitschaft, Facharztbetreuung auch für Hep. B und Hep. C (separat) individuell TV, Radio, WLAN Internet und eine herzliche, umfassende Betreuung!



Nierenzentrum Ammerland

Dr. Sibille Tröster, Dr. Ralf Müller, Dr. Martin Behrend -Partnerschaft-
Mozart Straße 30, 26655 Westerstede
Fon: 04488 84 41 0 Fax: 04488 84 41 41 Mail: dialyse-westerstede@t-online.de

JUBILÄUM UNSERER MITGLIEDER IM JAHR 2015

25 Jahre:

Rahenbrock, Ingrid
Rotermund, Hans
Seidel, Helmut
Dr. Vallomtharoyil, Thomas
Wittebur, Maria

20 Jahre:

Bonner, Kai
Gemeinschaftspraxis, Schl. Holte-Stukenbr.
Golzem, Marion
Hasperger, Karsten
Heinowski, Wolfgang
Hellhake, Christa
Kalder, Jürgen
Dr. Knierehm, Ralf
Körner, Irmgard
Linnemann, Bernhard
Dr. Merker, Ludwig
Meyer-Hardt, Rotraut
Schlüter, Helmut
Weski, Karin
Dr. Wimmers, Manfred

15 Jahre:

Heun, Rudolf
Köber, Bernd
Lundt, Viola
Rehm, Maria-Elisabeth
Dr. Rossmann, Stephanie
Schmeil, Erika

10 Jahre:

Cebeci, Mustafa
Chandon, Dorothea
Conrad, Christa
Heinzl, Hans-Jörg
Heller, Anna
Neumann, Erika
Oelser-Zinda, Regina
Römer, Karl-Heinz
Rummeling, Heinrich
Waller, Helga
Zimmer, Horst

Für unsere Rätselfreunde

LÖSUNG: 156

Gewinner aus Heft 1/2015:

Angelika Neumann
Astrid Tsipitsoudis

SUDOKU

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | | | 9 | | 8 | | 1 | |
| | | 6 | | ○ | 7 | | 8 | 9 |
| 4 | 9 | | | 6 | 1 | | | |
| | | | 6 | | | 1 | 5 | 2 |
| | 7 | 1 | 2 | | | 8 | | |
| | | 2 | | 8 | 9 | | 4 | ○ |
| | 1 | | 4 | 3 | | | 6 | 8 |
| 6 | 8 | 4 | | 9 | 2 | 5 | | |
| ○ | 5 | 3 | | | | 7 | | 4 |

Für unsere Rätselfreunde

Bitte schreiben Sie die drei Zahlen in den Kreisen von oben nach unten auf eine Postkarte und schicken diese an:

I.G. Niere NRW e.V., Bonner Str. 71, 41468 Neuss, oder per E-Mail an igknnrw@aol.com.

Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2015

Zu gewinnen gibt es 2 Bücher: „Das Dunkelste Blau“ von Tracy Chevalier

Die Gewinner werden bei richtiger Lösung ausgelost, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Und nun viel Spaß beim Rätseln!

In eigener Sache

WICHTIG!! WICHTIG!! WICHTIG!! WICHTIG!! WICHTIG!! WICHTIG!!

Liebe Mitglieder

Der Vorstand der I.G. Niere NRW e.V. möchte Sie um Ihre Mitarbeit bitten:

Die Erstellung und der Versand der **Zeitung „niere-aktuell-nrw“** verursacht hohe Kosten, die unser Verein auf Dauer bei rückläufigen Mitgliederzahlen nicht mehr verkraften kann.

Sie können uns helfen, auf einfache Art die Kosten zu senken.

Bitte schicken Sie uns eine E-Mail an die Adresse unseres Büros in Neuss, wenn Sie die **Zeitung und aktuelle Informationen** zukünftig per Mail erhalten wollen.

Die E-Mail-Adresse lautet:

igknnrw@aol.com

Die **Vorteile** für Sie und uns sind:

- Sie bekommen zusätzlich zur Zeitung ganz aktuelle Informationen (z.B. zu Dialyse, Transplantation oder Behindertenrecht) und können außerdem mit uns per E-Mail ganz einfach kommunizieren
- Sie bekommen die Zeitung etwas schneller zugesandt
- Sie können die Zeitung selbst archivieren
- Der Speicherplatz ist sehr gering, etwa 3-4 MB als pdf-Datei
- Ihr Postfach wird durch den geringen Speicherplatz nicht unnötig belastet
- Ihre „Papierberge“ werden geringer
- Wir alle sparen wertvolle Ressourcen wie Papier, Versandmaterial, Briefmarken und Benzinkosten

Machen Sie bitte mit und helfen Sie uns Kosten zu sparen.

Vielen Dank im Voraus, Ihre I.G. Niere NRW e.V.

069 / 678 675 90
www.kiophone.de

**Für
junge
Transplantierte
und für
alle Fragen!**

Ruf einfach an!

Dienstag (11-13 Uhr) und Freitag (14-16 Uhr)