



NIERE SAAR *aktuell*

Rundbrief per E-Mail

Die Niere Saar e.V. bietet die Möglichkeit, an interessierte Mitglieder den Rundbrief „NIERE SAAR aktuell“ per E-Mail zu versenden. Sie müssen dafür nur eine E-Mail mit dem Text „Bitte senden Sie mir ab sofort den Rundbrief auch per E-Mail zu“ an die E-Mailadresse H.Maass@niere-saar.de senden. Sie erhalten selbstverständlich weiterhin den Rundbrief in Papierform! Ihrem Einverständnis vorausgesetzt, werden wir Ihnen auch interessante Neuigkeiten und Informationen vom Bundesverband Niere und anderen regionalen Landesverbänden zusenden.

Wichtig: Ihre E-Mailadresse werden wir aus Datenschutzgründen natürlich nicht weitergeben.

Helmut Maaß
1. Vorsitzender

Kaffeenachmittag im Saar – Pfalz – Kreis



Wir treffen uns jetzt regelmäßig zu einem Kaffeenachmittag im Saar-Pfalz-Kreis. Die Treffen finden im Restaurant Caravanplatz Mühlenweiher in Kirkel-Neuhäusel statt. Frau Bernd aus

Kirkel hat die Treffen organisiert und auch das Restaurant empfohlen. Der Kaffeenachmittag bietet eine gute Gelegenheit sich näher kennen zu lernen. Bei angenehmen Gesprächen fand ein informativer Gedankenaustausch statt. Alle Anwesenden waren mit dem Verlauf zufrieden und haben beschlossen, weitere Kaffeetreffen zu veranstalten. Frau Bernd, Tel. 06849 1643, wird sich auch um das nächste Treffen kümmern. Weitere Treffen sind am 18. Juli 2010 und am 19. September 2010 jeweils ab 15:00 Uhr geplant. Für nähere Informationen, bitten wir alle Interessierte mit dem Vorstand oder Frau Bernd Verbindung aufzunehmen.

Ingrid Hollinger

Neuer Stammtisch am Am 13.07.2010 in Dillingen

Der Stammtisch soll künftig jeden 2. Dienstag im Monat in Dillingen im Café Reinhart stattfinden. Der erste Termin hierfür ist für den 13.07.2010 um 15:00 Uhr geplant. Ansprechpartner hierfür sind Frau Selzer und Herr Wagner

Stammtisch Püttlingen



Der Stammtisch in Püttlingen findet an jedem ersten Dienstag im Monat von 15:00 bis 18:00 Uhr im Café

Kühen, Pickardstr. 14 in Püttlingen statt. Weitere Informationen hierzu bei Frau Ingrid Hollinger.

Organspendenwerbung bei T-Systems Saarbrücken



Am 20.04.2010 haben der Verein Niere Saar e.V. und der Verein Junge Nierenkranke Deutschland e.V. Regionalgruppe Saarland in der T-Systems Niederlassung Saarbrücken die Mitarbeiter über Organspende informiert. Die Aktion war sehr erfolgreich, jeder dritte Mitarbeiter, der unseren Infostand besuchte, füllte einen Organspendeausweis aus. Beide Vereine danken T-Systems für die Möglichkeit zu dieser Infoveranstaltung.

Martin G. Müller (Schriftführer)

Organspendenwerbung beim Themenmarkt in St. Wendel



Am 08.05.2010 haben die Vereine Niere Saar e.V. sowie die Jungen Nierenkranke Deutschland e.V. Region Saar und ehrenamtliche Helfer auf dem Themenmarkt St. Wendel erstmals mit einer Bodenzeitung für Organ-

spende geworben, Rückblickend kann man die Werbeaktion mit der Bodenzeitung als gelungen bezeichnen. Es ist aber kein Vergleich zur normalen Organspendenwerbung! Die Bodenzeitung wurde ausgelegt und sich dazugestellt, eine Ansprache der Bevölkerung erfolgte nicht. Die Leute sind gekommen haben geschaut und ihr Kreuz gemacht. Die Zeitung und das Thema wurden wahrgenommen und es wurde zur Diskussion beigetragen. Organspendenausweise wurden erst verteilt, wenn danach gefragt wurde. Weitere Aktionen mit der Bodenzeitung sind geplant.

Martin G. Müller (Schriftführer)

Infoteam Organspende Saar

Seit zwei Jahren werben Niere Saar e.V., Junge Nierenkranke Deutschland e.V. Region Saar, sowie ehrenamtlich Helfer gemeinsam für Organspende. Bei regelmäßig stattfindenden Sitzungen hat man überlegt, wie man als Team besser erkannt wird. In der Sitzung am 11.05.2010 hat man beschlossen, das man fortan den Namen „Infoteam Organspende Saar“ trägt.

Das Ziel der Teamarbeit ist natürlich die Steigerung der Bereitschaft zur Organspende. Die schlechten Organspendenzahlen aus 2008 und 2009 belegen, dass dringend an der aktuellen Situation etwas verbessert werden muss!

Martin G. Müller (Schriftführer)

Tag der Organspende 2010

Zum bundesweiten Tag der Organspende am 05.06.2010 stehen erstmals das Infoteam Organspende Saar in Zusammenarbeit mit Vertretern der jüdischen, der moslemischen Gemeinde sowie der katholischen Kirche, Ärzten und Politikern in der Saarbrücker Bahnhofstraße und informieren über Organspende.

Unter dem Motto: „**Von Mensch zu Mensch – Organspende kennt keine Grenze**“ wirbt das Infoteam Organspende Saar in diesem Jahr saarlandweit für Organspende.

Die Schirmherrschaft für die Kampagne 2010 hat Dr. Richard Weber von der Karlsberg Brauerei übernommen.

Liebe Mitglieder es würde uns freuen, wenn Sie am Tag der Organspende Zeit und Lust hätten, uns am Infostand zu besuchen. Wir stehen in der Zeit zwischen 10:00 und 17:00 Uhr in der Innenstadt von Saarbrücken.

Das Infoteam Organspende Saar informiert auch beim Dillinger Firmenlauf sowie beim Sommerbiathlon in Püttlingen sowie weiteren Veranstaltungen zum Thema Organspende.

Martin G. Müller (Schriftführer)

Busfahrt am 11. Juli 2010

Ziel unserer diesjährigen Busfahrt ist der Geysir im Vulkanpark in Andernach am Rhein.

Zunächst fahren wir nach Nonnweiler in das Hotel Simon zum Frühstück. So gestärkt für den Tag geht die Fahrt nach Andernach in das Geysir- Erlebniszentrum des Vulkanparks. Hier wird den Besuchern wissenschaftlich erlebbar gemacht, wie Vulkane und Geysire entstehen. Wir fahren mit einem Fahrstuhl in die virtuelle Tiefe von 4000 m (zwei Stockwerke) und sehen dort wie der Druck entsteht, der das Wasser in einer Fontaine an die Oberfläche befördert und so den Kaltwasser-Geysir bildet. Anschließend fahren wir mit einem Schiff über den Rhein und können die Tätigkeit des Geysirs beobachten. Gelegenheit zum Kaffeetrinken ist auch vorhanden.

Am späten Nachmittag werden wir die Heimfahrt antreten, die wir zum gemeinsamen Abendessen im nördlichen Saarland unterbrechen.

Zur Organisation der Fahrt:

Der Unkostenbeitrag für die Fahrt beträgt für Vereinsmitglieder € 10,- und für Nichtmitglieder € 18,-. Die Kosten für das Frühstück sind im Fahrpreis enthalten. Die Besichtigung des Erlebniszentrums einschließlich Schifffahrt kostet zusätzlich. Um unnötige Kosten zu sparen, bitte den Behindertenausweis mitnehmen.

Die Anmeldung zur Fahrt mit beiliegender Postkarte (bitte Tel. Nr. angeben) bis zum **01. Juli 2010** an unseren Vorsitzenden Herrn Helmut Maaß.

Abfahrtszeiten:

Saarlouis Hbf. 7.30 Uhr

Völklingen, AP Landmann 7.50 Uhr

Saarbrücken, Saarterrassen 8.15 Uhr

Bleibt noch der Wunsch nach zahlreichen Anmeldungen und schönem Wetter.

Ingrid Hollinger (Stellv. Vorsitzende)

Sommerfest am 08. August 2010

Unser Sommerfest findet in diesem Jahr am 08. August 2010 im Saar-Pfalz-Kreis statt. Wir haben uns für das Naturfreundehaus in Kirkel- Neuhäusel, Limbacher Weg 8 entschieden. Es liegt inmitten der Biosphärenregion Bliesgau. Das Naturfreundehaus bietet außer einer überdachten Gartenterrasse mit Grillplatz, auch Räumlichkeiten innerhalb des Hauses. Parkplätze sind genügend vorhanden. Getränke stellt die Wirtin des Natur-

freundehauses bereit. Die Verpflegung mit Schwenkern, Grillwürsten, Kuchen und Salate werden wir selbst organisieren.

Näheres wird im nächsten Rundbrief bekannt gegeben.

Ingrid Hollinger (Stellv. Vorsitzende)

Schmunzel Ecke

Verkehrskontrolle: Scheinwerfer, Brems- und Rücklichter werden geprüft.

Der Polizist fragt: „Was ist mit ihrem linken Rücklicht los?“
Der Fahrer geht nach hinten, fällt auf die Knie und schreit los.

Der Polizist sagt: „Das ist doch nicht schlimm, so etwas kann man wechseln.“

Der Fahrer schreit: „Was interessiert mich das Rücklicht. Wo ist mein Wohnwagen?“

—————
Zwei Hunde gehen durch die Wüste.

Plötzlich sagt der eine mit gepresster Stimme:
„Wenn nicht bald ein Baum kommt, passiert ein Unglück!“

—————
Ein Mann kommt in der Nacht betrunken nach Hause.

Durch den Lärm wird seine Frau wach und fragt:

„Was machst du für einen Lärm?“

„Meine Stiefel sind umgefallen.“

„Aber das macht doch nicht so einen Krach!“

„Na ja, ich stand doch noch drin!“

—————
Ein Mann geht zum Arzt sagt er:

„Herr Doktor, wenn ich Kaffee trinke,
kann ich nicht schlafen.“

Darauf der Doktor: „Komisch, bei mir ist das
genau anders herum. Wenn ich schlafe,
kann ich keinen Kaffee trinken.“

Termine 2010

- **05.06.2010** Tag der Organspende in Saarbrücken
- **12-13.06.2010** Tag der Arbeitskreise in Königswinter
- **01.07.2010** Organspendenwerbung beim Firmenlauf Dillinger Firmenlauf

- **11.07.2010** Busfahrt nach Maria Laach – Andernach
- **07/08.08.2010** Organspendenwerbung Sommerbiathlon Püttlingen
- **08.08.2010** Sommerfest im Naturfreundehaus in Kirkel- Neuhäusel, Limbacher Weg 8.
- **04-05.09.2010** Treffen der Länderarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfvereine Niere - Rheinland-Pfalz und Saarland
- **08-10.10.2010** Gesundheitswochenende
Die Veranstaltung ist noch nicht sicher
- **14.11.2010** Mitgliederversammlung
- **12.12.2010** Jahresabschlussfeier
- Treffen der Vorstandsmitglieder und Kassenprüfer mit Partner zum Ausklang 2010 (Termin steht noch nicht fest)

Wir sind immer für sie da!



Wann immer Sie eine Frage an uns haben oder Sie Probleme plagen, über die Sie mit jemand reden möchten, rufen Sie uns an! Wir sind für Sie als Ansprechpartner da und helfen Ihnen gerne!

Helmut Maaß, ☎ 0 68 06 / 4 75 63
Ingrid Hollinger, ☎ 0 68 98 / 29 40 16
Heike Selzer, ☎ 0 68 32 / 18 15
Martin G. Müller, ☎ 0 68 1 / 4 17 17 23

Impressum

Niere Saar aktuell ist das *Mitteilungsblatt* des Vereins Niere Saar e. V. Es erscheint 4 mal jährlich.

Layout:

Martin G. Müller

Autoren dieser Ausgabe:

Helmut Maaß
Martin G. Müller
Ingrid Hollinger

Bilder:

Ingrid Hollinger, Helmut Maaß, Martin G. Müller,

Kontakt zur Redaktion:

Helmut Maaß
Kyllbergstr. 126
66346 Püttlingen
info@niere-saar.de

Das Älterwerden

Das Älterwerden hat auch seine guten Seiten,
ich muss nicht mehr so viel
mit anderen Menschen streiten,
weil viele Dinge mich kaum noch berühren.
Ich kann mein Leben
schon etwas abgeklärter führen.

Ich muss nicht mehr nach Lob
Und Ansehen haschen,
viel lieber lasse ich mich dankbar überraschen
von kleinen Freuden, die die Tage bringen
und die in meinem Herzen lange weiterklingen.

Ich seh die eigenen Falten sogar schon gelassen
und fürcht nicht mehr
Ich könnte Wichtiges verpassen
An Glück und Lust in diesem Erdenleben.
Ich lerne, mich allmählich selber abzugeben.

Das Leben hat mich
Nach und nach zurechtgebogen,
bin wie ein Spielball auf und ab geflogen,
jedoch: Ich bin noch da und nicht zerbrochen
undühl mein Herz noch
warm und ganz lebendig pochen.

(Ute Latendorf)

Mitgliedsbeiträge 2010

Bei allen Mitgliedern, die uns eine Einzugsermächtigung erteilt haben, wurde Anfang Mai der Mitgliedsbeitrag für 2010 abgebucht. Alle diejenigen Mitglieder, die uns keine Einzugsermächtigung erteilt haben werden gebeten, - soweit noch nicht geschehen - den Mitgliedsbeitrag auf eines der u.g. Konten zu überweisen.

Falls Sie unseren Verein zusätzlich zu Ihrem Mitgliedsbeitrag noch mit einer **Spende** unterstützen möchten bitten wir, diese **nicht zusammen** mit dem Mitgliedsbeitrag, **sondern separat** zu überweisen (mit Verwendungszweck „Spende“). Wir dürfen nur bei einer getrennten Überweisung von Mitgliedsbeitrag und Spende eine Spendenbescheinigung für das Finanzamt ausstellen!

Unsere Bankverbindungen:

Sparkasse Saarbrücken
Konto-Nr. 91 211 441 (BLZ 590 501 01)
Sparkasse Merzig-Wadern
Konto-Nr. 41 202 (BLZ 593 510 40)

Helmut Maaß
1. Vorsitzender

Aus der Presse

Quelle: 07.05.2010 Ärzteblatt

Krebsrisiko für Nierentransplantierte unabhängig vom Immunsuppressivum

Sydney – Nierentransplantierte haben im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung ein höheres Krebsrisiko. Dies liegt jedoch nicht an den Wirkungen spezieller immunsuppressiver Medikamente.

Die Ergebnisse einer Studie von Forschern um Martin Gallagher weisen darauf hin, dass die getesteten immunsuppressiven Medikamente alle mit einem gleich hohen Krebsrisiko einhergingen, jedoch die Immunsuppression an sich zusammen mit Risikofaktoren wie dem Rauchen das Krebsrisiko erhöhen kann. Die Wissenschaftler publizierten ihre Erkenntnisse in der Fachzeitschrift Journal of the American Society of Nephrology (DOI: 10.1681/ASN.2009101043).

In Australien liegen die Raten der Nierentransplantationsüberlebenden bei ungefähr 90 Prozent im ersten Jahr und bei mehr als 75 Prozent nach fünf Jahren. Jedoch ist bekannt, dass Patienten mit einer Nierentransplantation ein 2,5 - 3fach erhöhtes Krebsrisiko haben als die Allgemeinbevölkerung.

Die Forscher untersuchten die Daten von 481 Patienten über einen Zeitraum von 20 Jahren. Sie teilten sie in drei Subgruppen ein, wobei die Studienteilnehmer entweder Azathioprin und Prednisolon, eine Cyclosporin-Monotherapie oder aber eine Cyclosporin Monotherapie, auf die nach drei Monaten eine Umstellung auf Azathioprin und Prednisolon folgte, erhielten.

226 dieser Patienten entwickelten mindestens einen Tumor. 20 Jahre nach der Transplantation entwickelten 48 Prozent der Patienten Hautkrebs und 27 Prozent eine andere Krebserkrankung – dabei zeigten sich bei den verschiedenen Therapieformen keine Unterschiede in der Wirkung auf das Krebsrisiko. „Wir fanden heraus, dass kein spezielles immunsupprimierendes Medikament die Gefahr einer Tumorerkrankung bei nierentransplantierten Patienten erhöht“, sagte Gallagher.

Das Tumorerkrankungsrisiko sei multifaktoriell, viele dieser Faktoren wie das Rauchen hätten schon während der Zeit der Transplantation vorgelegen, so die Forscher. Das Krebsrisiko hänge eher mit der Kombination von Immunsuppression und Risikofaktoren wie dem Rauchen zusammen als mit den einzelnen Medikamentenregimes an sich.

Szene aus dem Dialysealltag



Tut mir Leid ! Ich finde gleich eine gute Stelle...

Ich freue mich, dass mir erlaubt wurde, in jeder Ausgabe der JUNI NEWS ein Cartoon von Peter Quaipe (früher Bassist der Rockgruppe The Kinks und auch Dialysepatient) aus seinem Buch: "The Lighter Side of Dialysis" ins Deutsche übersetzen zu dürfen.

(copyright © Jazz Communication Ltd 2004 all rights reserved, Cartoons: Peter Quaipe - deutsche Übersetzung: Thomas Lehn)

Weisheit zum Schluss

Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab.

(Marc Aurel)