

Zum Jahresanfang

Allen Mitgliedern der Interessengemeinschaft wünsche ich im Namen des Vorstandes für das Jahr 2001 alles erdenklich Gute.

Mit Beginn des Jahres haben wir die Weichen gestellt, damit Sie mit einer interessanten Vortragsreihe ab März die Gelegenheit haben, sich ausgiebig über Themen, die nicht nur für Dialysepatienten wichtig sind zu informieren. Ebenfalls steht uns die Mitgliederversammlung mit Vorstandswahlen ins Haus. Sie liebe Mitglieder möchte ich auferufen, recht zahlreich unsere Veranstaltungen in diesem Jahr zu besuchen.

Helmut Knoll

Vortragsreihe Halbjahr 2001

Arzt und Patient – Partner eines gemeinsamen Weges

1. Nierentransplantation mit > 55 Jahre - Chance oder Risiko?

Referent: Prof. Dr. med. Hans Köhler, Direktor Innere Medizin IV, UK Homburg
Ort: SHG Klinik Völklingen, Besprechungsraum
Termin: Dienstag 27. März 01, 19.00 - 20.30 Uhr

2. Lebendnierentransplantation – Alternative zur langen Wartezeit?

Referent: PD Dr. med. Matthias Girndt, Oberarzt Innere Medizin IV, UK Homburg
Ort: Firma Fresenius St. Wendel, Kasino
Termin: Donnerstag, 05. April 01, 19.00 - 20.30 Uhr

3. Ablauf einer Nierentransplantation – der Operateur berichtet

Referent: Prof. Dr. med. Michael Stöckle, Direktor der Urologischen Klinik, UK Homburg
Ort: Gemeinschaftspraxis Dres. Hartmann, Saarbrücken
Termin: Donnerstag 19. April 01, 19.00 - 20.30 Uhr

4. Das ewige Leid mit dem Parathormon – ist die Nebenschilddrüsen-OP zu verhindern?

Referent: PD Dr. med. Martin Kuhlmann, Oberarzt Innere Medizin IV, UK Homburg
Ort: Universitätskliniken Homburg, Besprechungsraum Innere II (Gebäude 41)
Termin: Dienstag 8. Mai 01, 19.00 - 20.30 Uhr

5. Diabetische Nierenerkrankung – ein unabwendbares Schicksal

Referent: Dr. med. Bernd Winkelspecht, Nephrologe, Innere Medizin IV, UK Homburg
Ort: Knappschafts Krankenhaus Püttlingen, Kasino
Termin: Dienstag 22. Mai 01, 19.00 - 20.30 Uhr

Mitgliederversammlung 2001

Einladung

Am Sonntag den 25. März 2001 findet um 15.00 Uhr unsere diesjährige Mitgliederversammlung in Dillingen in der Alouis-Lauer-Stiftung statt. Gemäß unserer Satzung § 7 „Mitgliederversammlung“ ist die schriftliche Form der Einladung gewahrt, wenn die Einberufung termingerecht im Mitteilungsblatt erfolgt. Zur Mitgliederversammlung lade ich Sie recht herzlich ein:

In dieser Ausgabe

- | | |
|---|----------------------------|
| 1 | Vorwort |
| 2 | Vortragsreihe 2001 |
| 3 | Mitgliederversammlung 2001 |
| 4 | Terminvorschau 2001 |
| 5 | Rückblicke |

IG Saar Aktuell

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des Vorstandes
4. Bericht der Kasse
5. Bericht der Kassenprüfung
6. Aussprache zu den TOP 3, 4 und 5
7. Entlastung der Kasse, des Vorstandes
8. Wahl eines neuen Vorstandes
9. Bestimmung der Wahlleitung
10. Wahl des Vorsitzenden/der Vorsitzenden
11. Wahl des stellv. Vorsitzenden/der stellv. Vorsitzenden
12. Wahl des 2. stellv. Vorsitzenden/der 2.stellv. Vorsitzenden
13. Wahl von vier Beisitzern
14. Wahl von zwei Kassenprüfern
- 9 Erhöhung Mitgliederbeitrag

Anträge zu dieser Tagesordnung sind bis zum Beginn der Versammlung dem Vorstand schriftlich vorzulegen.

Für den Vorstand Helmut Knoll

„IG Saar Aktuell“ ist das Mitteilungsblatt der Interessengemeinschaft der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Saar e. V.

*Erscheint dreimal jährlich kostenlos (im Jahresbeitrag enthalten), verantwortlich für den Inhalt: Der Vorstand, Anregungen oder Kritik richten Sie an:
Helmut Knoll
Karcherstraße 15
66763 Dillingen
Telefon: 06831 - 71193
Homepage: <http://www.DDeV.de/IG-Saar>
E-Mail: IG-Saar@DDeV.de*

Bankverbindung:

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

Terminvorschau

Wie jedes Jahr bieten wir für Mitglieder im neuen Jahr neben den zuvor genannten Terminen außerdem:

1. Jeden 2. Dienstag im Monat Stammtisch in Völklingen (**Frau Hollinger, Tel. 06898-294016**)

2. Anfang Sommerzeit einen Ausflug (Termin wird noch benannt)
3. Im Spätsommer unser Sommerfest (Termin wird noch benannt)
4. Werksbesichtigung Firma Fresenius
5. (Termin wird noch benannt)
6. Im Herbst Fortführung der Vortragsreihe „Arzt und Patient“ unter Mitwirkung saarländischer Nephrologen (Termin wird noch benannt)
7. Im Dezember Weihnachtsfeier (Termin wird noch benannt)

Rückblick

Weihnachtsfeier 2000

Die vergangene Weihnachtsfeier der IG Saar fand am 03.12.00 im Restaurant Tabaksmühle in Saarbrücken statt. Gut 90 Mitglieder, Freunde und Bekannte der IG Saar fanden sich um 15.30 Uhr im gut geheizten und gemütlichen Saal des Restaurants ein, um in besinnlicher Runde das Jahr 2000 ausklingen zu lassen.

Nach der Begrüßung aller Anwesenden durch unseren Vorsitzenden Helmut Knoll wurde Kaffee und Kuchen gereicht. Anschließend konnten sich alle bei einem Glas Wein oder Sprudel mit den Tischnachbarn und Bekannten über das vergangene Jahr unterhalten.

Leider fehlte zur richtigen Einstimmung auf das bevorstehende Fest etwas Unterhaltung wie Vorträge, Gesang oder musikalische Darbietung. Wir werden das für die Weihnachtsfeier 2001 einplanen und möchten hiermit alle Mitglieder und Freunde der IG Saar darum bitten, dem Vorstand Anregungen und Vorschläge für die nächste Weihnachtsfeier weiterzugeben.

Ab 17 Uhr wurden an alle Gäste kleine Weihnachtsgeschenke von den Vorstandsmitgliedern verteilt, die der Vorstand in Eigenregie mit selbstgedruckten Weihnachtsanhängern und persönlichem Weihnachtsgruß versehen, zuhause verpackt hatte. Die Prozedur dauerte etwas länger als geplant, weil ja niemand vergessen werden sollte.

Anschließend konnte jeder aus einer reichhaltigen Speisekarte nach seinem Geschmack und Appetit sein Abendmenü auswählen.

Gegen 19.30 Uhr verabschiedete man sich mit den besten und frohen Weihnachtsgrüßen und einem guten Rutsch in das neue Jahr 2001.

Helmut Maaß

Kleine Weisheiten

Der Internist weiß alles,
kann aber nichts,
Der Chirurg kann alles,
weiß aber nichts.
Der Psychologe weiß nichts
und kann nichts.
Der Pathologe weiß alles, kann alles, kommt
aber immer zu spät!

Stammtisch – eine feste Einrichtung



Einmal monatlich treffen sich Mitglieder, Freunde und Bekannte der IG Saar im Park - Kaffee Völklingen (gegenüber dem St. Michaels Krankenhaus) zum gemütlichem Beisammen-sein mit Kaffee und Kuchen, Wurstschnittchen und Sprudel oder Bier (sofern

es natürlich die Gesundheit erlaubt).

Geredet wird über Probleme und Erfreuliches, hier werden aber auch Erfahrungen von den Themen, die uns alle verbinden, ausgetauscht: Dialyse und Transplantation.

Nicht alle Stammtischler können regelmäßig erscheinen, die Gesundheit oder auch Privates lassen es nicht zu. Trotzdem wird auch oft bei kleiner Besetzung viel gelacht und so kann jeder für zwei bis drei Stunden seine Sorgen und Nöte vergessen und etwas Abwechslung in seinen Alltag bringen.

Die Stammtischler würden sich freuen, wenn auch Sie mal dieses Beisammensein besuchen würden.

Bei Fr. Ingrid Hollinger können Sie unter der Rufnummer 06898/294016 erfahren, wann der nächste Kaffeetreff stattfindet.

Zum Schluss möchte ich noch Frau Hollinger lobend erwähnen. Sie organisiert den Kaffeetreff und hält ihn auch mit Ihrem persönlichen Einsatz am Leben. Sie steht jedem mit Rat und Tat bei, kann in schweren Zeiten motivieren, aufbauen und neuen Lebensmut in einem erwecken, was ich während der schweren Erkrankung meiner Frau im letzten Jahr selbst erfahren habe.

Helmut Maaß

Tipps zur Herrschaft über den Durst bei Dialysepatienten

Darüber Sprechen

1. Weisen Sie Ihre Angehörigen und Freunde auf Ihr Durstproblem hin. Sicher hatten Sie als Nierengesunder auch keine Ahnung davon. Das Umfeld kann Ihnen nur beistehen, wenn es Ihre Schwierigkeiten akzeptiert, doch dazu muss es diese kennen.

2. Stellen Sie beim Essen keine Getränke auf den Tisch. Die gesunden Angehörigen und Besucher mögen sich bitteschön – erheben und sich in der Küche an den Getränken selbst bedienen. So tragen diese auch ein klein wenig an Ihrer Erkrankung mit und zollen Ihnen Respekt, jedenfalls mehr, als nur mit bedauerndem Reden.

3. Trinken Sie nie „so nebenbei“ oder „mit anderen mit“ (eben gedankenlos).

Neues ausprobieren

Verzichten Sie auf stark salzige und sehr süße Speisen oder Getränke. Verbannen Sie den Salzstreuer aus dem Haus. Streichen Sie den Gedankenreflex: „Salzig ist gleich gewürzt.“ aus Ihrem Bewusstsein. Nehmen Sie viel mehr echte Gewürze dafür. Es gilt: „Kräutern statt salzen!“ Das ist sogar für Gesunde auf Dauer gesünder.

Trinken Sie nicht aus der Flasche. (700 ml). Dabei ist schnell fast die gesamte Tagestrinkmenge weg. Füllen Sie Ihre Tasse nur zur Hälfte oder benutzen Sie kleine Trinkgefäße.

Bevorzugen Sie heiße oder sehr kalte Getränke oder probieren Sie einfach einmal lauwarmes Mineralwasser, da muss man langsam trinken. Denken Sie: „Diesen Drink habe ich mir gestern mit fünf Stunden Dialyse redlich „erarbeitet“.

Schwarzer Tee, Pfefferminz- oder Früchtetee sowie Bitter-Lemon sind erfrischend. Süße Fruchtsäfte oder Fruchtnektare lassen sich mit Mineralwasser verdünnen. So entsteht zum Beispiel eine durststillende Apfelschorle.

(Trink-) Fallen vermeiden

Milch ist als Getränk ungeeignet. Die Zuckerart Gaslaktose macht einen klebrigen Gaumen.

Die Mineralwasserwerbung verspricht wohlbefinden. Das gilt für Menschen, deren Nieren genügend Flüssigkeit ausscheiden können durchaus. Dem dialysepflichtigen Nierenkranken jedoch droht das „innere Ertrinken im Lungenödem“ (Wasseransammlung in den Lungenbläschen mit der Folge des tödlichen Erstickens).

IG Saar Aktuell

Wenn schon Mineralwasser auf Ihrem Trinkplan steht, dann bevorzugen Sie natriumarme Sorten (Natrium unter 100 mg pro Liter) wie: Adelholzer, Apollo-Quell, Bad Brückenauer, Brückenauer Wernarzer Brunnen, Contrex, Kloster Quelle,



Marco Heilwasser, Mathildenquelle, Perrier Rietenauer Kneipp-Quelle, Sinziger Mineralwasser, St. Linus, Volvic, Wildunger Reinhardsquelle. Im Restaurant bei Bestellung danach fragen.

Anderes auskosten

Bei starkem Durst können Sie versuchen, etwas zu essen. Das lenkt vom Durst ab.

Es reicht auch, den Mund auszuspülen und die Flüssigkeit auszuspucken.

Sauer macht lustig und weniger durstig. Doch Vorsicht, in vielen Sauerkonserven ist reichlich Kochsalz enthalten. Das Lutschen einer Zitronenscheibe wirkt genauso.

Es ist auch möglich, Eiswürfel im Mund zergehen zu lassen. Aber nicht andauernd, denn das ist dann wie Trinken. Es ist ja nur gefrorenes Wasser.

Auf Mund- und Nasenpflege achten!

Atmen Sie durch die Nase und meiden Sie sehr trockene und verrauchte Räume. Rauchen Sie selber nicht.

Für chronisch trockene Nasen gibt es Tropfen, welche die Funktion der Nasenschleimhaut normalisieren.

Lippen können Sie mit Lippenpflegestift vor Austrocknung schützen. Benutzen Sie keine scharfen oder klebrigen Mundwässer. Die Mundhöhle wird nachher meist trockener.

In Apotheken gibt es Zahnpasten und Mundspülmittel, welche dem natürlichen Speichel sehr ähnlich sind und die nicht nur gut riechen, sondern auch gut schmecken. Sie sorgen für Reinigung und Feuchtigkeit im Mund (z.B. Aldiamed Mundgel und Aldiamed Mundspülung).

Zuckerfreier Kaugummi, saure Drops oder zuckerfreie Bonbons regen den Speichelfluss an, dadurch wird die Mundhöhle feucht.

Entnommen aus DIATRA-Journal,
Autor: Dr. med. Herbert Stradtman, Bad Wildungen.

Ingrid Hollinger - (wird fortgesetzt)

In eigener Sache

Bei der Vorstandssitzung im Oktober 2000 ist unser Vorstandsmitglied und stellvertretender Vorsitzender Bernd Schumacher auf eigenen Wunsch aus der Vorstandschaft ausgeschieden.

Wir möchten uns an dieser Stelle bei Herrn Schumacher für die nunmehr 18 Jahre anhaltende ununterbrochenen Mitarbeit im Vorstand der Interessengemeinschaft recht herzlich bedanken.

Zu einen seiner Aufgabengebieten gehörte auch die Bearbeitung der Anträge des Hilfsfonds Dialyseferien e.V.

Diese Antragsbearbeitung und Weiterleitung wird zukünftig
Frau Beate Steis,



Warndtstraße 71,
66333 Völklingen,

el
ef
o
n
0
6
8
8
9
8
-
7
6
3
2
2

übernehmen.

Durch das Ausscheiden von Herrn Schumacher aus dem Vorstand ist eine Lücke entstanden, die schwerlich zu ersetzen ist. Zur Zeit arbeiten wir bis zur Mitgliederversammlung mehr oder weniger ersatzgeschwächt.

Vielleicht ist in den Reihen der Mitglieder der eine oder andere, der Interesse hat bei uns mitzuarbeiten. Wenn jemand dazu bereit ist, bitte bei mir melden (☎ 06831 - 71193).

Helmut Knoll

Zum Andenken

Noch vor Heiligabend erreichte uns die traurige Nachricht, dass Frau Monika Schumacher, Ehefrau von Herrn Bernd Schumacher verstorben ist. Alle die Monika Schumacher kannten, nahmen diese Nachricht mit großer Bestürzung auf.

IG Saar Aktuell

Wir vom Vorstand werden Monika sehr vermissen, denn immer dann wenn nötig, sei es bei Sommerfesten, Weihnachtsfeiern oder bei der Versendung des Rundbriefes, kam uns ihre helfende Hand zu Gute. Mit ihrer 30jährigen Dialysepflichtigkeit hatte Monika Schumacher für jeden immer ein offenes Ohr und war mit ihrem ausgeglichenen Wesen für viele von uns ein Vorbild.

Wir vom Vorstand werden Monika Schumacher in Ehren gedenken.

Helmut Knoll