

# swisst transplant news



Tackers: Das Glück,  
ein «normales» Kind  
zu sein **8**

Politik: Aktionsplan  
des Bundes **11**

Auf der Warteliste:  
Leben an der Maschine **15**

Sommerferien: Wenn  
einer eine Reise tut... **18**

**Räderwerk Organtransport:  
Jede Minute zählt**

Info und Spendekarten

Telefon 0800 570 234  
info@swissttransplant.org  
www.swissttransplant.org

## Ihr Partner in der Transplantation



**Jede Lebenslinie  
erzählt eine Geschichte**



Katharina Rederer

## Liebe Leserin, lieber Leser

Das Wort Wunder nimmt man gerne und leicht in den Mund. Doch dass ein Herz nach einer Transplantation in einem anderen Körper wieder zu schlagen beginnt, eine Niere ihre wichtigen Entgiftungsaufgaben in einem «fremden Körper» wieder aufnimmt, das ist zumindest für mich als Laie ein echtes Wunder. Es ist einzigartig und eigenartig zugleich.

Aber nicht nur das. Wenn man sich vor Augen führt, wie viele Menschen dieses «Naturwunder» tatkräftig, zuverlässig und präzise unterstützen, damit eine Transplantation gelingt, dann kann einem schwindlig werden. Ganz am Anfang der Kette steht ein Mensch, der bereit war, nach seinem Ableben seine Organe zu spenden.

Ab dem Zeitpunkt des Todes kommen zig medizinische Fachpersonen in mehreren Spitälern ins Spiel, die Koordinatorinnen und der Koordinator von Swisstransplant sind stundenlang im Einsatz, die lokalen Koordinatoren stehen mit der Familie des Verstorbenen, die Transplantationskoordinatoren mit dem Patienten, der transplantiert werden soll, in engem Kontakt. Chirurgenteams werden aufgeboten. Es ist eine Riesenlogistik, die meist von Null auf Hundert funktionieren muss.

Doch wie kommt das zu transplantierte Organ von A nach B? Da braucht es Taxis, Ambulanzen, Helikopter. Den Transport garantieren gut eingespielte Teams, die rasch und zuverlässig reagieren müssen. Hinter den Fahrern und Piloten steht technisches Personal, das die Fahrzeuge wartet, auftankt, bereitstellt. Lesen Sie in diesem Magazin, wie feingliedrig und engmaschig auf Seiten unserer Partner – der Alpine Air Ambulance (AAA) und dem TCS – gearbeitet wird, damit der fragile Organtransport gelingt. Das ist ein faszinierendes Logistiknetz, das minutengenau getaktet ist.

Landet ein Helikopter nachts auf der Landeplattform eines Spitals, drückt vermutlich jemand zum richtigen Zeitpunkt den Knopf zum Beleuchten der Landefläche – sofern dies nicht der Pilot selber per Funk tut. Denken wir einmal an diese symbolische Person, die da beim Schalter für die Scheinwerfer steht: Sie ist ein Rädchen im grossen Räderwerk, die zum Erfolg einer Transplantation beiträgt. Stellvertretend für all die vielen Menschen, die an einer Transplantation mitwirken: Hier ein herzliches Dankeschön fürs Einschalten der Landebeleuchtung! Denn letztlich ist jeder einzelne Handgriff nötig, um das «Wunder» einer Organtransplantation möglich zu machen.

Katharina Rederer  
Communications Specialist

### Inhaltsverzeichnis

Editorial	3
Organtransport	4
Jede Minute zählt	
Tackers	8
Das Glück, ein «normales» Kind zu sein	
Politik	11
Gebündelte Massnahmen für mehr Organspenden	
Tx-Symposium	12
Globuli und pflanzliche Pharmaka nach Transplantation – geht das?	
Auf der Warteliste	15
Leben an der Maschine	
Sommerferien	18
Wenn einer eine Reise tut, dann hat er viel zu planen	
Unterwegs	19
– Segelturn «Après c'est trop tard»	
– MaraDon: Die Schweiz ist das Schlusslicht Europas	
Veranstaltungen/ Informiert	20
– SWTx an der Tour de Suisse	
– Patientenverfügung: Wünsche kundtun	
– Veranstaltungskalender	
– Impressum	

Möchten Sie das «Swisstransplant News» lieber als Onlinedatei anstatt gedruckt erhalten? Kein Problem! Schicken Sie uns eine E-Mail an [info@swisstransplant.org](mailto:info@swisstransplant.org).

## Räderwerk Organtransport: Jede Minute zählt beim Transport von Spenderorganen

**Eugen Bürgler** Quälend lange kann es dauern, wenn ein Patient auf ein Organ wartet. Hat sich ein Spenderorgan gefunden, muss alles schnell gehen. Mit einer komplexen Transportlogistik in der Luft und am Boden garantieren Alpine Air Ambulance und der TCS dafür, dass Ärzteteams und Spenderorgane zur richtigen Zeit am richtigen Ort sind.

Der Einsatzleitung der Alpine Air Ambulance (AAA) wird jeweils früh gemeldet, wenn Transplantationen bevorstehen und in den nächsten Stunden mit Organtransporten zu rechnen ist. Trifft eine Meldung ein, startet jedoch noch kein Heli und keine Ambulanz fährt los, denn bevor Spenderorgane bei einer verstorbenen Person entnommen werden können, gilt es eine Reihe von Abklärungen zu treffen. Organspende und Transplantationen erfolgen strikt gemäss medizinischen und rechtlichen Vorschriften. Es müssen sowohl eine Hirntod-Diagnose wie auch eine Zustimmung vorliegen. Andererseits erfordert eine Organspende spezielle Abklärungen nach einer medizinischen Checkliste. Als nationale Koordinationsstelle nimmt die Stiftung Swisstransplant im Auftrag des Bundes die Organzuteilung vor. Seit dem 1. Juli 2012 ist Swisstransplant auch für die Organisation aller Organtransporte verantwortlich und arbeitet dafür mit der AAA und dem TCS zusammen.

**Auf längeren Strecken oder wenn schlechtes Wetter einen Heliflug verhindert, setzt Alpine Air Ambulance auch Jets ein. Rund 80 Prozent der Flüge für Organtransplantationen finden nachts statt.**

Fotos: zvg AAA

### Erhöhter Puls in der Einsatzzentrale

Ist aufgrund der gesetzlichen Vorgaben entschieden, welche Empfänger ein neues Organ erhalten sollen, übernimmt die Einsatzzentrale der Alpine Air Ambulance die Organisation der notwendigen Transporte. Eine komplexe Transport-



logistik kommt ins Rollen, denn nicht nur Organe müssen innerhalb gesetzter Fristen transportiert werden, auch Teams medizinischer Spezialisten müssen gegebenenfalls quer durch die Schweiz reisen. Ein Koordinatoren-Team eines Spitals sorgt auf medizinischer Seite für optimale Abläufe. Bei einem Beispielfall aus dem Jahr 2013 steht die Fahrt des Transplantationskoordinators des Unispitals Zürich per Taxi zu einem Schweizer Kantonsspital mit dem Spender am Anfang einer langen Reihe von Transporten. Gemäss der Zuteilung von Swisstransplant geht das Spenderherz nach Lausanne, die Lunge nach Zürich, die Leber nach Bern, die linke Niere nach Zürich und die rechte Niere nach Basel. Entsprechend gefordert ist die Einsatzzentrale der AAA. In der kommenden Nacht gilt es, auf dem Strassenweg Bluttransporte vom Spender zu den Empfängerspitälern zu organisieren. Diese Bluttransporte sind nötig, um gewebetypische Merkmale festzustellen, die für die Übereinstimmung von Spender und Empfänger von Bedeutung sind. Im Hintergrund laufen bei der AAA parallel intensive Abklärungen: Welches Wetter kann auf den vorgesehenen Routen erwartet werden? Welche Mittel sind verfügbar? Welche Partner müssen in Alarmbereitschaft versetzt werden?

### Wer enteist mitten in der Nacht?

Je nach Situation sind umfangreiche Vorbereitungen notwendig: Eine Blaulicht-Fahrt durch den Gotthardtunnel sollte wenn immer möglich angemeldet werden, weil dafür eine Fahrtrichtung gesperrt wird. Oder ein Jet muss in Genf in einen geheizten Hangar gestellt werden, weil mitten in der Nacht niemand für die Enteisung bereit steht. Und, auch für eine Ambulanz mit einem Herz an Bord ist der Zugang zu einem Flughafen mitten in der Nacht nicht selbstverständlich möglich. Während dieser Abklärungen wird am Donnerstagmorgen im Birrfeld der gelbe EC135P1 HB-ZJE für den Einsatz vorbereitet und bei der Notrufzentrale abgemeldet. Anstelle der Patientenbahre werden Sitze für die Ärzte eingebaut. Gleichzeitig wird auf der Air-Glaciers-Basis Lauterbrunnen der EC135 HB-ZIR startklar ge-



**Auch der IFR-taugliche A109E HB-ZVG wird von der Alpine Air Ambulance im Auftrag von Swisstransplant für Organtransporte eingesetzt.**



macht, denn der zeitliche Ablauf und die geografischen Positionen der Empfängerspitäler machen den Einsatz von zwei Helikoptern nötig.

Geflogen werden in der Regel die grossen Organe für Herz- und Lungentransplantationen. Sie können nur eine sehr kurze Zeit ausserhalb des Körpers aufbewahrt werden. Beim Herz sind es beispielsweise maximal vier Stunden, bei der Lunge bis zu sechs Stunden. Entsprechend gilt es, die Transportzeit so kurz wie möglich zu halten.

### Optimales Timing ist entscheidend

Am Donnerstagmorgen startet dann der EC135 in Lauterbrunnen, um am Unispital Lausanne das Herz-Team abzuholen und zum Spital mit dem Spender zu fliegen. Aus medizinischen Gründen werden die Organe meist von denselben Ärzteteams entnommen, die sie auch wieder einsetzen. Der Heli im Birrfeld startet 50 Minuten später und landet kurz darauf beim Unispital Zürich, um das Lungen-Team für die Organentnahme abzuholen. Auf der Einsatzzentrale gilt es jetzt nicht nur die Übersicht über ein exaktes Timing zu bewahren, gegebenenfalls müssen auch Betankungsmöglichkeiten für die Helis organisiert werden. Das geht nicht ohne Partner. Zu ihnen gehören beispielsweise Swisshelicopter oder Heli Rezia, die nötigenfalls auch mitten in der Nacht eine Betankung ermöglichen. Um in allen Regionen der Schweiz rund um die Uhr nachttanken zu können, hat die AAA zusätzlich Tankdepots errichtet. Auf dem Flugplatz La Côte am Genfersee steht beispielsweise ein Tankanhänger mit 1000 Litern Kerosin. Erfordert es die Situation, schickt die Einsatzzentrale einen Tankwagen los.

Beim Kantonsspital mit dem Spender angekommen, beginnen die Ärzte umgehend mit der Organentnahme. Für die Helikopter-Piloten heisst das nicht nur Warten. Auf einem nahen Heliport betanken sie ihre Maschinen, um für den Rückflug bereit zu sein. Zudem überprüfen sie laufend die Meteo-Situation, denn für den Transport der lebenswichtigen Organe wird jede Minute zählen. Verschlechtert sich das Wetter, müssen sie in Zusammenarbeit mit der Einsatzzentrale rechtzeitig Alternativen organisieren. Das kann eine Bodenambulanz sein, für längere Strecken wird ein Ambulanz-Jet angeboten. Was einfach tönt, ist für die Einsatzzentrale wiederum mit vielen Herausforderungen verbunden. Crews müssen zur richtigen Zeit eintreffen oder bei der Autobahnpolizei muss die kurzzeitige Sperrung eines Fahrstreifens durch eine staugefährdete Baustelle beantragt werden. Ist der Heli-Flug nur auf einer Teilstrecke möglich, fällt der Entscheid, die Organe an einem Treffpunkt an eine Ambulanz zu übergeben.

### Häufige Nachtflüge

Als Erstes meldet das Herz-Team, dass es für den Rückflug in Kürze wieder auf dem Helipad eintreffen wird. Die Crew des HB-ZIR macht sich startbereit, um die Ärzte mit dem Herz nach Genf zu fliegen, wo der Patient bereits für die Transplantation vorbereitet wird.

Nicht zuletzt, weil dort der Patient bereits im Operationssaal liegt, ist das Timing entscheidend. Auch kleine Verzögerungen müssen kommuniziert werden, um einen möglichst reibungslosen Ablauf zu garantieren. Für die Piloten stellen Organtransporte aus fliegerischer Sicht keine besondere Herausforderung dar, solange das Wetter mitspielt. Fordernder ist die komplexe Organisation. Rund 80 Prozent der Transporte finden nachts statt. Für die Einsatzzentrale ist dies eine zusätzliche Herausforderung, weil dann auch die Verfügbarkeit von Flugplatzinfrastruktur abgeklärt und nötigenfalls organisiert werden muss. Besonders die Landesflughäfen Zürich, Basel und Genf zeigen sich dabei aber sehr kooperativ und machen die Benutzung auch mitten in der Nacht möglich.



Der Eurocopter EC135P1 HB-ZJE gehört zu den drei Helikoptern, die neben Jets und Bodenambulanzen von Alpine Air Ambulance für Organtransporte eingesetzt werden.



**Die Transporte in der Luft und am Boden für eine Organtransplantation müssen bei der TCS Ambulance einem exakten Timing folgen.**

### **Alle Transporte aus einer Hand**

Schon 20 Minuten nach dem Herz-Team starten auch die Ärzte mit der Spender-Lunge mit dem zweiten EC135 zum Rückflug nach Zürich. Wie alle Organe wird auch die Lunge in einer Kühlbox bei vier Grad Celsius transportiert. Während die Lungen-Spezialisten nach der Landung in Zürich in den Operationssaal eilen, startet der EC135 sofort wieder und landet wenig später auf einem Heliport für ein Hot-Refueling. Die Crew fliegt noch einmal zum Spital mit dem Spender, um dort die Leber abzuholen und nach Bern zu fliegen. Schliesslich werden am Donnerstagnachmittag beide Nieren durch den TCS zu den Transplantationszentren gefahren.

Neben den beiden Eurocopter EC135 steht bei der AAA der IFR-taugliche Agusta A109E HB-ZVG für Organtransporte zur Verfügung. Dazu kommen zwei Jets, die Cessna 550 Citation Bravo HB-VMX und der Hawker 800A HB-VKW. Neben vier eigenen Ambulanzen können auch die TCS-Patrouillenfahrzeuge von 22 Standorten für Transportfahrten im Zusammenhang mit Organtransporten disponiert werden. Darüber hinaus arbeitet die AAA mit verschiedenen Ambulanzbetrieben in der ganzen Schweiz zusammen. Die AAA und die Luxembourg Air Rescue, welche Organtransporte in Frankreich durchführt, orientieren sich jeden Abend über die Verfügbarkeit ihrer Jets und helfen sich bei Engpässen gegenseitig aus. Es gab schon Einsätze, bei denen drei Jets losgeschickt werden mussten. In solchen Fällen arbeitet die AAA in Genf und Zürich mit Partnerfirmen wie TAG Aviation, Jet Link, Sonneg oder Albinati Aeronautics zusammen. Zwar sind am Donnerstagnachmittag wieder alle Helikopter auf ihren Basen gelandet, die meisten Transplantationen laufen jedoch noch. Auf der Einsatzzentrale der Alpine Air Ambulance kann aber, nach hektischen Stunden mit unzähligen Telefonaten, kurz durchgeatmet werden.

[www.air-ambulance.ch](http://www.air-ambulance.ch)

## Das Glück, ein «normales» Kind zu sein

**Carole Reidhaar\* Auch dieses Jahr fand im März in Anzère das TACKERS-Camp statt. Das Sportlager ermöglicht transplantierten Kindern aus aller Welt das Kennenlernen von Gleichalterigen, mit denen sie ein gleiche Schicksal teilen. Zudem erhalten Sie die Möglichkeit eine Woche in eine andere Welt einzutauchen, eine Welt in der sie Selbständigkeit üben und das Leben geniessen können.**



**Camp Nurse Danick Gut mit dem 15-jährigen Aleks.**

Fotos: Carole Reidhaar

Anzère ist ein kleines Dorf im Wallis. Angekommen, verschlägt einen der atemberaubende Blick auf Sion und das Rhonetal die Sprache. In einem Dorf mit so viel Charme kann man den Alltag hinter sich lassen und sich in einer unbeschwerter Welt erholen. Die Hochsaison ist bereits zu Ende, es ist ruhig, am Himmel kann man keine Wolken sehen und die Sonne wärmt bereits. Aufgrund der milden Temperaturen ist auch im Dorf der Schnee geschmolzen. Nur noch die Bergspitzen sind mit Schnee eingepackt.

Bevor wir uns zur Gondelbahn aufmachen, der uns zum Gipfel des «Pas-de-Maimbré» führen wird, machen wir Halt im Geschäft von Liz Schick. Die energiegeladene Frau ist selber seit 15 Jahren lebertransplantiert und organisiert Jahr für Jahr das TACKERS-Camp. Dieses Jahr bereits zum 13. Mal (siehe Kasten). Sie tritt mit einem fröhlichen Lachen aus dem kleinen Büroräumchen ihres Sportartikelgeschäfts und begrüsst uns. Im Skianzug, bereit für die Piste macht sie sich auf den Weg zur Seilbahn. Es ist unmöglich, in ihrer Nähe keine gute Stimmung zu haben. Auch wir machen uns auf den Weg, um mit der Gondelbahn in die Höhe zu fahren. Während der kurzen Fahrt geht mir die Frage durch den Kopf, was mich wohl erwarten wird. Doch der unglaubliche Blick auf die Berge gibt mir wenig Zeit zum Grübeln. Auf dem Gipfel angekommen, treffen wir auf wenige Menschen. Manche geniessen die Sonne, andere sind mit den Skiern unterwegs.

Mein Herz geht auf, als ich die Kinder sehe, welche mit Begeisterung zur Bergstation fahren und sich gegenseitig erzählen, was sie erlebt haben. Sie tragen alle denselben blauen Skianzug und einen roten Rucksack. Immer wieder neue, strahlende Gesichter treffen ein. Jedes dieser Kinder hat einen sicherlich nicht ganz einfachen Weg hinter sich. Jedes hat seine eigene besondere Geschichte und wohl auch einen nicht leichten Kampf hinter sich.

Dann treffe ich auf Aleks. Die Swisstransplant-Coordinatorin Danick Gut, welche als Camp Nurse anwesend ist, stellt ihn mir vor. Auch er ist hin und weg vom Schnee, vom Skifahren und dem tollen Wetter. Ein freundlicher, aufgeweck-



\* Die 18-jährige Carole Reidhaar macht bei Swisstransplant eine kaufmännische Lehre. Sie ist im 3. Lehrjahr und arbeitet derzeit in der Abteilung Kommunikation.

ter Junge, über dessen Schicksal ich mehr erfahren will. Doch das muss noch etwas warten: Die Kinder dürfen sich die Pistenfahrzeuge aus der Nähe anschauen und das möchte auch Aleks nicht verpassen. Und schon rennt er mit den andern Kindern los.

Am Mittag essen die Kinder bei der Bergstation ihre Sandwiches, die sie am Morgen zubereitet haben. Nach dem Essen zeigt mir Danick Gut das Chalet Chamossaire, wo die Kinder wohnen. Inmitten der neuen Chalets fällt das Ferienhaus durch das dunkle Holz auf. Durch eine auffällig kleine Tür betreten wir ein Haus, das Raum für verschiedenste Bedürfnisse bietet: Der Eingangsbereich ist hell und es gibt eine grosse Pinnwand, die alle wichtigen Informationen enthält, wie etwa das Abendprogramm und den Wochenplan. Im Keller gibt es einen Bastelraum, wo die Kinder mit viel Eifer bunte Kunstwerke herstellen. Im Aufenthaltsraum stehen mehrere Sofas sowie ein Fernseher fürs Entspannen bereit. Einige Helfer warten schon auf die Kinder, um sie zu empfangen. Es ist ruhig und durch die Fenster dringen wärmende Sonnenstrahlen. In einen kleinen abgetrennten Raum werden alle Medikamente bereit gemacht. Jedes Kind hat einen eigenen, mit seinem Namen beschrifteten Becher. Einige enthalten mehrere Tabletten, einige weniger. Zu meinem Erstaunen gibt es sogar Becher, die nur eine einzige Tablette enthalten. Spätestens hier wird klar, dass es sich trotz der frohen Kinderschar, nicht um ein ganz gewöhnliches Skicamp handelt.

### Das Leben vor und nach der Transplantation

Ich setzte mich aufs Sofa, um kurz durchzuatmen. Schon treffen die ersten Kinder im Haus ein. Die einen etwas erschöpft und andere noch voller Energie. Die Truppe verteilt sich im ganzen Haus. Auch Aleks ist wieder da und er hat Zeit, mir meine Fragen zu beantworten und von sich zu erzählen. Aleks ist 15 Jahre alt, nierentransplantiert und lebt mit seinen Eltern und seinem 18-jährigen Bruder in Rogaska Slatina in Slovenien. Er ist ein aufgestellter Junge und zieht mich mit seiner freundlichen Art in seinen Bann. Man spürt seine Freude und mit seinem Lachen zeigt er, wie sehr er sein Leben geniesst. Der Jugendliche spricht sehr gut Englisch. Momentan ist er da-

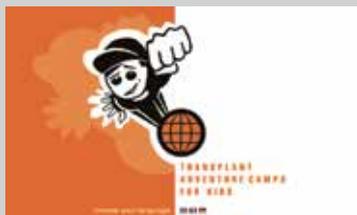


Blaue Skianzüge, roter Rucksack, das ist das Erkennungszeichen der TACKERS-Kinder.





Das TACKERS-Camp bringt Licht und Farbe ins Leben von transplantierten Kindern.



### 13. Ausgabe – gelungen wie immer

Bereits zum 13. Mal ging das TACKERS-Lager, das unter der Schirmherrschaft von Swisstransplant steht, über die Bühne. Das Camp kann nur dank dem Hauptsponsor, der Pharmaunternehmung Astellas Transplant, Viamonde und vieler Freiwilliger durchgeführt werden: Herzlichen Dank! An den Lagern nehmen jeweils Kinder und Jugendliche aus insgesamt 35 Ländern teil. 2015 findet das Lager in erweiterter Form bereits im Januar statt: Transplantierte und nichttransplantierte Personen sind eingeladen, diese Winterwoche in Anzère zu verbringen.

TACKERS, was für Transplant Adventure Camps for Kids, Education, Recreation and Sport (Abenteuercamp für transplantierte Kinder, Bildung, Erholung und Sport) steht, führt auch kostenlos Informations- und Sensibilisierungsanlässe in Schulen, bei Firmen und Organisationen in englisch und französischer Sprache durch.

Mehr Wissen:

[www.tackers.org](http://www.tackers.org)

ran, auch Deutsch zu lernen. Er liebt den Schnee, die Sonne und das Skifahren. Vor seiner Transplantation wären diese Art Ferien für ihn undenkbar gewesen. Vier Mal in der Woche musste er zur Dialyse ins Spital, weswegen er nur morgens zur Schule gehen konnte. Aleks hatte eine lange Liste, was er nicht essen durfte und musste am Tag vier Liter Wasser trinken. Das Spielen mit Freunden war nur selten möglich. Als er von seinem Leben vor der Transplantation erzählt, merkt man, dass es eine schwierige Zeit war. Seine Stimme wird leiser und unsicherer.

Seit 2011 hat er eine neue Niere. Über seinen Spender weiss er nicht viel, aber man merkt, wie dankbar er ist und wie er die Chance, die er erhalten hat, schätzt. Er denke oft an ihn. Als er mir von seinen Wünschen erzählt, leuchten seine Augen und ich bemerke, dass er grosse Pläne hat, was seine Zukunft angeht. Zuerst will er die High School beenden, um danach entweder Arzt oder Informatiker zu werden. Er möchte allenfalls Arzt werden, um anderen Menschen zu helfen, so wie man auch ihm geholfen hat.

Die anderen Kinder beschäftigen sich derweil mit dem Nachmittagsprogramm, erholen sich vom anstrengenden Morgen oder machen, wozu sie gerade Lust haben. Aleks setzt sich auf das schwarze Sofa, welches neben dem Fernseher steht und beobachtet kurze Zeit die anderen Kinder. Ich bin ihm sehr dankbar, dass er mir einen Einblick in sein Leben gewährt hat und ich so etwas besser verstehen kann, was möglicherweise auch in den anderen Kindern vorgeht. Alle Kinder gehen sehr offen mit ihrem Schicksal um und nehmen das Leben so, wie es ist. Mal besser, mal schlechter. Es ist schön, ihnen zuzusehen.

Einige Kinder wollen ins Dorf, um einzukaufen. Wir gehen mit, der Ortsbus bringt uns wieder dort hin, wo wir am Morgen angekommen sind. Wir verabschieden uns und warten auf das Postauto, das uns nach Sion bringt. Ich stehe da, mit meinem Kopf voller Gedanken und kann sie nicht richtig einordnen. Ich sehe die Kinder, die in einen Laden rennen, um Schokolade zu kaufen und höre wieder dieses Lachen und kann die Freude sehen, die die Kinder haben. Freude empfinden und Freudebereiten sind ein sehr wichtiger Bestandteil im Leben, das zeigen diese Kinder und Jugendlichen ganz deutlich.

Ohne die Spender und deren Familien, die sich bereit erklärt haben, Organe zu spenden, könnten die TACKERS-Kinder dies alles nicht erleben. Und Liz Schick gibt unglaublich viel Lebensmut und Energie an sie weiter. Sie ermöglicht ihnen eine Woche lang ganz so zu sein, wie sie sind. Die Tatsache, dass sie «anders» sind, macht sie zu etwas Besonderem. Jedes einzelne dieser Kinder weiss genau, was es heisst, eine zweite Chance bekommen zu haben. Und selbst wenn es teilweise noch kleine Kinder sind, man spürt gut, dass sie dieses Geschenk sehr zu schätzen wissen. Das Postauto nähert sich und reisst mich aus meinen Gedanken und ich mache mich nach einem erlebnisreichen Tag auf den Weg nach Hause – mit dem Kopf voller neuer Eindrücke vom Leben.

## Gebündelte Massnahmen für mehr Organspenden

**Dominique Trachsel** Im vergangenen Jahr belief sich die Zahl verstorbener Organspenderinnen und -spender in der Schweiz auf 110. Dies sind rund 14,5 Prozent mehr als im Vorjahr. Die kostbaren Spenden reichen jedoch nicht aus, um allen Personen, die auf ein Organ warten, ein solches zur Verfügung zu stellen. Aus diesem Grund genehmigten Bund und Kantone zu Beginn des Jahres den Aktionsplan «Mehr Organe für Transplantationen».

Ende 2013 stieg die Anzahl der Patienten, die auf ein Organ warteten, um 9,3 Prozent auf 1274. Mit diesem Anstieg werden die Wartezeiten länger, was fatale Folgen insbesondere für Patienten hat, die ein lebensnotwendiges Organ brauchen. Fehlen Vitalorgane wie Herz, Leber oder Lunge, ist ein Weiterleben irgendwann nicht mehr möglich und die Menschen versterben. Um diese Situation zu verbessern, hat der «Dialog Nationale Gesundheit», die ständige Plattform von Bund und Kantonen, Anfang Jahr die Umsetzung des Aktionsplans «Mehr Organe für Transplantationen» genehmigt. Die vorgeschlagenen Massnahmen sollen namentlich die Erkennung und die Betreuung der potentiellen Spenderinnen und Spender optimieren.

### Der Aktionsplan sieht vier Massnahmenpakete vor:

- Das medizinische Fachpersonal, das im Organspendeprozess involviert ist, soll speziell geschult werden. Die fachrelevante Ausbildung ist verbindlich und landesweit standardisiert.
- Der Spendeprozess basiert auf national etablierten und verbindlichen Richtlinien. Die Arbeitsqualität im Spendeprozess wird kontrolliert und der fachliche Austausch gefördert.
- Es bestehen klare Organisationsstrukturen auf nationaler, regionaler und lokaler Ebene. Zudem muss sichergestellt werden, dass auf Intensivstationen genügend Ressourcen personeller und infrastruktureller Art vorhanden sind. Weiter sind die «Lokalen Koordinatoren Organspende» gemäss dem Transplantationsgesetz zweckgebunden zu finanzieren.
- Bund und Kantone setzen sich kontinuierlich für die Organspende ein und informieren die Bevölkerung dahingehend, dass sich die Bürgerinnen und Bürger ihre persönliche Meinung zur Organspende bilden und sich entscheiden können, ob sie eine Spende befürworten oder ablehnen.

Der Nationale Ausschuss für Organspende (CNDO) von Swisstransplant wird vom BAG für die Teilprojekte 1–3 mandatiert. Die gebündelten Massnahmen sollen bis 2018 dazu führen, dass sich hierzulande die jährliche Spenderate Verstorbener von derzeit 13 Spendern pro Million Einwohner auf 20 erhöht. Im europäischen Durchschnitt sind es rund 30. Weiter möchte man erreichen, dass pro Jahr mindestens 500 Organe von verstorbenen Spendern transplantiert werden können – im Moment beläuft sich die Zahl auf rund 470.

Mit der Realisierung der Teilprojekte erhofft man sich, die Spenderate an das Spendepotential anzugleichen. Gemäss der Studie SwissPOD (Swiss Monitoring of Potential Donors) ist letzteres nämlich dreimal grösser als das verzeichnete Spendeaufkommen. Ursachen dafür liegen unter anderem daran, dass in den Spitälern unterschiedlich sensibilisiert wird, wenn es darum geht, einen möglichen Spender zu identifizieren.



**Eine Zuhilfe von Organspenden ist nötig.** Foto: Serg Nvus, fotolia.com

## Globuli und pflanzliche Pharmaka nach Transplantation – geht das?

**Katharina Rederer Am 10. Symposium für Transplantierte vom 22. März in Bern wurde den 200 Anwesenden ein spannender Patientenvortrag sowie Referate in den Bereichen, Forschung, Gesundheit und rechtliche Vorsorge geboten. So lautete etwa der überraschende Titel eines Beitrags: «Komplementärmedizin nach Transplantation?»**

Die Antwort auf die Frage «Komplementärmedizin nach Transplantation?» gab Dr. med. Martin Frei-Erb am Symposium gleich eingangs seiner Ausführungen. «Ja, aber mit Vorbehalt.» Es gibt zwei Gründe, weswegen der Thuner Hausarzt, Homöopath und Dozent und Co-Direktor am Institut für Komplementärmedizin (IKOM) der Universität Bern Transplantierten Komplementärmedizin nicht telquel empfiehlt: Zum einen, weil es kaum Untersuchungen zum Thema gibt. Zum andern, weil bekannt ist, dass sich bestimmte komplementärmedizinische Anwendungen schlecht mit den notwendigen Therapien nach einer Transplantation (Tx) vertragen.

### Wenig untersucht

Dr. Martin Frei-Erb kennt nur eine einzige europäische Studie, in der die Anwendung von Komplementärmedizin bei nierentransplantierten Patienten untersucht wurde. Diese ergab, dass 12 Prozent der Patienten eine Begleittherapie wählten. Als Motiv wurde der Wunsch nach einer Verbesserung des generellen Gesundheitszustandes angegeben.

Aufgrund dieser mageren Faktenlage hat Frei-Erb kurzerhand selber eine Mini-Umfrage durchgeführt. Er hat via Schweizerischer Transplantierten Verein (STV) (aus Zeitgründen vorerst nur in der Deutschschweiz) Fragebogen verschickt. 46 Prozent der 267 verschickten Fragebogen konnten ausgewertet werden. Daraus lassen sich zwar keine repräsentativen Daten ableiten, aber interessante Hinweise gab die Umfrage schon. 54,7 Prozent der Patienten im Alter zwi-

### Welchen Stellenwert hat Komplementär- und Alternativmedizin in der Schweiz?

Das Bundesamt für Statistik führt alle fünf Jahre eine Gesundheitsbefragung zu unterschiedlichen Themen durch. 2007 wurde letztmals die Nutzung der Komplementär- und Alternativmedizin (CAM) abgefragt. Demnach hatten sich 23 Prozent der (über 15-Jährigen) in der Schweiz wohnhaften Bevölkerung in den vergangenen 12 Monaten mit CAM behandeln lassen. Das heisst: Fast jede vierte Person.



**Dr. Martin Frei-Erb (links) bekommt vor seinem Vortrag von Marcel Steiner (Mitte), dem Hauptorganisator des Symposiums, noch einen – wohl nicht ganz ernst zu nehmenden – Tipp. Bilder: STV / Peter Mosimann**



**Claudia Senn fesselt die Zuhörerschaft.**

schen 16 und 76 Jahren haben Komplementärmedizin angewandt: je rund 30 Prozent in der Zeit vor der Tx und in der Folgezeit/Folgejahren. «Am meisten erstaunt hat uns, dass 10% der Patientinnen und Patienten diese Begleittherapie auch während des Spitalaufenthalts angewendet hat.»

Die am häufigsten gewählten Methoden sind: Homöopathie, Phytotherapie und Nahrungsergänzungsmittel.

Die Patienten erhoffen sich gemäss Frei-Erb von der Komplementärmedizin eine Verbesserung des Allgemeinzustandes, Linderung der Nebenwirkungen der Tx-Medikamente, Verbesserung der Heilungschancen sowie eine Stärkung des «Immunsystems» (im Sinne einer Verbesserung der Lebensenergie, Anregung der Selbstheilungskräfte). Patienten, die keine komplementärmedizinischen Therapien in Anspruch nehmen, gaben am häufigsten an, Angst vor Wechselwirkungen mit den Tx-Medikamenten zu haben.

### Wo ist Vorsicht geboten?

Alle Methoden, die unter die sogenannte Mind-Body-Medizin (MBM) fallen, sind nach Einschätzung von Dr. Martin Frei-Erb unbedenklich. MBM geht davon aus, dass Geist, Seele und Körper laufend interagieren und untrennbar sind. Medizinische Hypnose, Meditation oder etwa Tai Chi seien anerkannte Möglichkeiten vor allem zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Bei allen anderen Methoden spricht er sich für eine Absprache mit



**Feines Mittagessen in der Kinderklinik des Inselspitals.**

### Komplementär, alternativ, integrativ: Was bedeutet was?

- *Komplementärmedizin* wird begleitend zur Schulmedizin angewendet.
- *Alternativmedizin*, da werden ausgewählte alternativmedizinische Arzneimittel und Therapiemethoden anstelle der konventionellen Medizin eingesetzt.
- *Komplementär- und Alternativmedizin* (Complementary and Alternative Medicine – CAM) werden häufig als Sammelbegriff verwendet. CAM ist in einzelnen europäischen Ländern, so auch in der Schweiz, Teil der konventionellen Gesundheitsversorgung.
- *Integrative Medizin*, darunter versteht man die Anwendung einer Kombination ausgewählter CAM-Therapien mit konventioneller Medizin in Spitälern.



Was sie gemeinsam haben: Karl Thommen (links) und Marcel Steiner (rechts) sind beide seit vielen Jahren herztransplantiert.

dem Arzt aus. So unterstützend Komplementärmedizin sein kann (zw. 52–73 Prozent der SVT-Befragten sprechen von einer positiven Wirkung), so birgt sie doch Gefahren. Zum Beispiel besteht bei der Akupunktur ein potentielles Infektionsrisiko, Neuraltherapie (Injektion kleiner Mengen des Anästhesiemittels Procain) verträgt sich nicht mit Blutverdünnern, in der Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) finden sich verschiedene Pflanzenmischungen, die nieren- und lebertoxisch sind und in der Homöopathie sind Tiefpotenzen bei längerer Einnahme nicht ungefährlich.

Der Homöopath Frei-Erb ruft daher zu mehr Transparenz auf. Transplantierte Patienten sollten gewünschte Begleittherapien mit ihren behandelnden Ärzten (inklusive Hausarzt) vorgängig besprechen. Denn nur 50 Prozent der Befragten haben den Hausarzt über die Inanspruchnahme von komplementärmedizinischen Heilmitteln oder Therapiemethoden informiert,

67 Prozent haben den Tx-Spezialisten in Kenntnis gesetzt. Zusammenfassend rät der Arzt zu folgenden Vorsichtsmassnahmen:

- Keine Selbstmedikation,
- keine Medikamente aus dem Internet bestellen und
- nur qualifizierte Ärzte und Therapeuten aufsuchen.

**MEDI SERVICE**  
Ihre Spezialapotheke

**Für mehr  
Lebensqualität  
in Ihrem Alltag**

MediService ist die erste Schweizer Spezialapotheke für die Direktversorgung chronisch kranker Patientinnen und Patienten mit verschreibungspflichtigen Medikamenten. Mehr als 100'000 Kundinnen und Kunden schätzen den Service mit kostenlosem Versand und tiefen Medikamentenpreisen.

Sie profitieren nicht nur von der schnellen, bequemen und diskreten Lieferung Ihrer Medikamente, sondern tragen mit Ihrer Bestellung bei MediService auch zur Kosteneinsparung im Gesundheitswesen bei. Darüber hinaus erhalten Sie kompetente Unterstützung in Versicherungs- und Alltagsfragen.

**MEDI SERVICE**  
Ihre Spezialapotheke

**Gratis-Hotline für Transplantierte**  
**0800 220 222**  
(Montag bis Freitag, 08.00 bis 18.00 Uhr)

MediService AG · Pharma Care · Ausserfeldweg 1 · CH-4528 Zuchwil  
Tel. 0800 220 222, Fax 032 686 28 05, pharmacare@mediservice.ch, www.mediservice.ch  
MediService, ein Unternehmen der Galenica Gruppe

**CHF 0.– Medikamenten-Checks**  
**CHF 0.– Bezugs-Checks**  
**CHF 0.– Versandkosten**  
**mind. 5 % Neukundenrabatt\***  
**mind. 5 % Generika-Dauerrabatt**

Ich bin interessiert an 5% Rabatt auf Medikamente und an portofreien Lieferungen. Bitte senden Sie mir die MediService-Broschüre mit wichtigen Informationen, einen frankierten Umschlag für die Erstbestellung und ein kleines Überraschungsgeschenk.

Frau  Herr

Vorname

Name

Strasse

PLZ/Ort

Bitte Talon ausfüllen und per Post, Fax oder E-Mail senden an:  
MediService AG, Pharma Care, Ausserfeldweg 1, 4528 Zuchwil

\*Detaillierte Angaben und Einschränkungen zu den Rabatten finden Sie auf [www.mediservice.ch](http://www.mediservice.ch)

## Leben an der Maschine

**Olivia Gähwiler Alexa Helbling wartet seit über einem Jahr auf ein Spenderherz. Der Weg zu einem zweiten Leben verändert ihr erstes aber auf drastische Weise. Sie lebt seit ihrem Entscheid für eine Transplantation an einer mobilen Herzpumpmaschine, bis ein geeignetes Spenderherz gefunden ist.**

Vier transparente Schläuche – jeder einzelne so dick wie ein Flaschenhals – stecken in der Bauchhaut der zierlichen Frau. Blut schiesst durch die Kanülen rauf und runter. Vorsichtig streicht sie über den weissen, dicken Verband, der die Schläuche an ihrem Körper fixiert. Eine 20 Kilogramm schwere Maschine auf zwei Rädern steht neben ihr. Mit ihren gleichmässigen, tickenden Lauten zerreisst sie die Stille im Raum – exakt 68 Mal pro Minute. Der Körper der Frau vibriert durch die Impulse leicht mit, reagiert fast unmerklich auf jeden einzelnen Stoss, der von der Pumpmaschine zu ihrem Herz gelangt.

Alexa Helbling ist an eine externe Herzpumpmaschine angeschlossen. 24 Stunden am Tag ist sie abhängig von ihr. Vorsichtig legt die 62-Jährige die vier Schläuche über ihre Beine, stellt einen Fuss auf das Rad ihrer mobilen Herzmaschine und beobachtet das eigene Blut, das vom Herz aus dem Körper hinaus und wieder zurück ins Herz fliesst. «Ist doch erstaunlich, wie stark die Farben des Blutes variieren», sagt sie fasziniert, als wäre der Anblick für sie nicht seit fast einem Jahr Alltag. «Man erkennt das frische Blut voller Nähr- und Sauerstoffe sofort durch das satte Rot», erklärt sie. Und wie dunkel doch das «alte» Blut sei, welches ihren Körper für kurze Zeit verlässt, bevor es wieder ins Herz gepumpt wird.

### Plötzlich schmerzt jeder Atemzug

Dezember 2011. Es ist Winter. Über Nacht ist im apenzellischen Herisau Schnee gefallen. Er liegt wie feinsten Puderzucker auf den Bergen. Helbling geht frühmorgens in Richtung Spital. Sie arbeitet dort seit acht Jahren als Sekretärin in der Orthopädie. Die Luft ist starr vor Kälte. Plötzlich schmerzt jeder einzelne Atemzug. Sie atmet flach, bekommt immer weniger Luft. Helbling entscheidet sich, zum Arzt zu gehen.

Das Herz sei zu schwach, sagt der Kardiologe bei der nachfolgenden Untersuchung. Nur 15 Prozent Herzleistung. Warum, das weiss niemand, einen angeborenen Herzfehler hat Helbling nicht. Eine Transplantation ist die einzige Rettung. Für Helbling ist das keine Option. «Wenn jetzt mein Uhrchen abgelaufen ist, dann ist das halt so», entgegnet sie dem Kardiologen. Sie sei schliesslich kein Auto, bei dem man den alten Motor aus- und den neuen gleich wieder einbauen könne.



**Rund um die Uhr ist Alexa Helbling an ihre Herzpumpmaschine gebunden.**

Fotos: Olivia Gähwiler

Also wartet sie ab. Fällt zweimal ins Koma – «verreist», wie sie selber sagt. Ärzte holen sie wieder zurück. «Damals fühlte ich, dass ich mein Leben jetzt selbst in den Händen halte», erzählt sie. Sie spürt, dass es nicht mehr lange dauern wird. Erst in diesem Augenblick realisiere man, was es heisst, zu sterben. «Vorher hatte ich keine Angst vor dem Tod. Aber wenn du ihn so nahe spürst, verändert sich alles.»

Sie willigt in die Operation ein. Sofort wird sie auf das künstliche Herz vorbereitet, welches als «Überbrücker» dienen soll, bis ein geeignetes Spenderherz gefunden ist. Untersuchungen, Impfungen und Infusionen lässt sie über sich ergehen. In so viele Eingriffe hätte sie im normalen Zustand niemals eingewilligt, sagt sie heute. «Ich liess es einfach mit mir geschehen.» Ihre Augen füllen sich mit Tränen. Alle Wertvorstellungen habe sie über Bord geworfen, «ich schaltete einfach mein Hirn aus».

### Der neue Begleiter

3. Februar 2013. Herzchirurgen des Universitätsspitals Zürich implantieren Helbling während einer langwierigen Operation das Unterstützungssystem. Vier Silikonkanülen bringen sie am Herzen an. Die Enden führen zu zwei kleinen Pumpkammern ausserhalb ihres Körpers. Diese werden ab sofort für ihr schwaches Herz schlagen. Damit die künstlichen Pumpkammern Tag und Nacht arbeiten, sind sie durch weitere Schläuche mit einem mobilen Antriebsgerät verbunden – der 20 Kilogramm schweren Maschine auf Rädern.

Drei Tage nach der Operation wacht Helbling auf. Alle Erinnerungen an die letzten 72 Stunden sind weg. Sie will auch gar nicht wissen, was genau geschehen ist. Zu schmerzlich ist der Augenblick, als sie aus dem Koma erwacht. Als sie zum ersten Mal die vier Schläuche sieht, die in ihrem Bauch stecken, weint sie nur noch. «Das war einfach nur grausam.» Ihre Tochter ist in diesem Moment bei ihr, weint mit.

Alexa Helbling wartet seit Februar 2013 auf ein Herz.



### Warten auf das zweite Leben

Es ist Mittag. Helbling wartet. Sie schaut nach draussen, zu den Bäumen. Sie lacht. Nie wisse sie, zu welcher Vogelart das Tier gehört, das da auf den Tannenspitzen laut zwitschert. Sie wartet auf das Taxi Taxi, eine Fahrgelegenheit, die sie von ihrer Einzimmerwohnung in das nahe liegende Spital bringt. Dorthin, wo sie einst als Sekretärin gearbeitet hat. Jetzt geht sie nur noch zum Zmittag ins Spital, um unter Leute zu kommen. Es ist nur wenige Meter von ihrem Zuhause entfernt, doch zu Fuss zu gehen würde ihr Herz überanstrengen. Zu lange draussen sein darf sie sowieso nicht. Das Öl in ihrer Herzpumpmaschine könnte gefrieren.

Als sie in ihre Wohnung zurückkehrt, verdüstert sich ihr Blick. Die Freiheit fehlt ihr. «Die Maschine bestimmt mein Leben», sagt Helbling. Den sper-



**«Jeder erhält nur so viel Last, wie er ertragen kann», glaubt die 62-Jährige.**

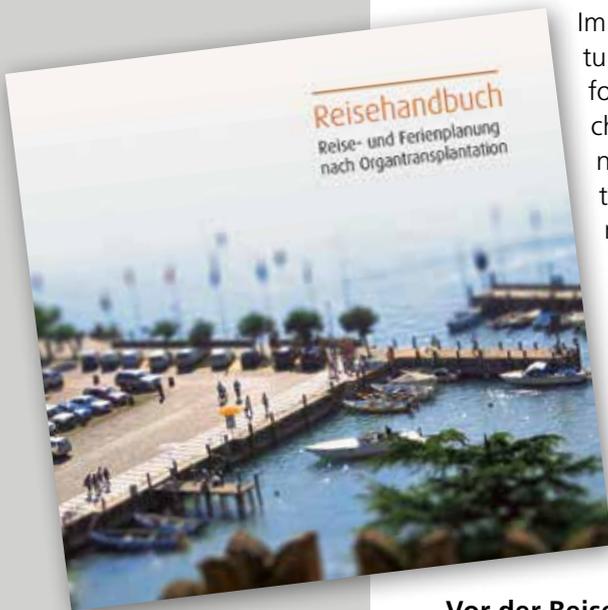
rigen Pumplaut kann sie immer noch nicht ausblenden. Er verunmöglicht einen tiefen Schlaf. Die Schläuche stören, das Ticken schüttelt sie durch. Der Verband um die Schläuche schmerzt ab und zu. Damit er steril bleibt, wird er jeden zweiten Tag von der Spitex gewechselt – eine zweistündige Prozedur.

In Helblings Brustkorb ist nur Platz für ein sehr kleines Herz, sagen die Ärzte – von einer kleinen Person oder von einem älteren Kind. Wie das dann wohl sein wird, ein fremdes Herz in sich zu tragen, fragt sie sich. «Fühle ich dann anders?» Niemand kann es ihr sagen. Die Ärzte glauben nicht an so etwas. Dann lasse sie sich halt überraschen. Woher sie die Kraft nimmt, weiss sie selber nicht. «Jeder erhält nur so viel Last, wie er tragen kann», glaubt Helbling. An diesem Gedanken hält sie sich fest. Und wartet weiter auf ein Leben ohne Maschine, dafür mit einem neuen Herzen.

*Erstpublikation dieses Artikels auf «Tages-Anzeiger online», 2. März 2014*

## Wenn einer eine Reise tut, dann hat er viel zu planen

**Katharina Rederer Nach einer Transplantation ist vieles wieder möglich, was vorher undenkbar war. So können Menschen nach einer erfolgreich verlaufenen Transplantation in der Regel nach einem Jahr wieder ans Reisen denken. Ein neues Reisehandbuch hilft bei der Planung.**



Im Internet findet man sie zuhauf: Checklisten für die Reisevorbereitung. Da findet sich üblicherweise unter der Rubrik Reiseapotheke folgender Hinweis: «Vom Arzt verordnete Medikamente in ausreichender Menge.» Tönt logisch, ist allerdings für Menschen nach einer Transplantation nicht im Handumdrehen erledigt. Transplantierte müssen die Reisevorbereitung rechtzeitig an die Hand nehmen und vielerlei beachten.

Das «Reisehandbuch – Reise- und Ferienplanung nach Organtransplantation» ist ein gelungener, übersichtlicher Leitfaden, der von Transplantationsspezialisten aus verschiedensten Disziplinen geschrieben und von der Roche Pharma herausgegeben wurde. Gegliedert ist die Broschüre in die Kapitel «Vor der Reise», «Während der Reise» und «Nach der Reise». Ein zusätzliches Kapitel widmet sich dem Reisen mit organtransplantierten Kindern. Im Anhang sind eine nützliche Adresssammlung, ein Patientenpass sowie Checklisten zum Herausnehmen zu finden.

### Vor der Reise

Das Wichtigste zuerst: genügend Zeit für die Vorbereitung einplanen. Was heisst genügend Zeit? Drei Monate sind damit gemeint. Dies, damit alle Abklärungen, Bestellungen in Ruhe erledigt werden können. Last Minute-Reisen, im Sinn von Last Minute Planen und Entscheiden, das geht nicht.

Wohin darf es gehen: Grundsätzlich werden Reisen in Länder empfohlen, in denen ebenfalls Transplantationen durchgeführt werden, Länder also, in denen der medizinische Standard sehr hoch ist. Zu achten ist darauf, dass im Notfall eine Rückführung beispielsweise via REGA, AAA oder TCS möglich ist. Entsprechend lohnt es sich, eine Rückreiseversicherung abzuschliessen.

Mehr als für jeden Tag: Medikamente in ausreichender Menge, das heisst auf Reisen: Die doppelte Menge der üblicherweise nötigen Medikament einpacken. Eine Notreserve für sieben Tage sollte idealerweise immer im Hand- oder Tagesgepäck sein. Grund ist ein möglicher Diebstahl oder der Verlust eines Reisegepäcks. Zudem brauchen Transplantierte einen sogenannten Arztbrief (möglichst in englischer Sprache), der den Gesundheitszustand und wichtige medizinische Fakten dokumentiert. Für die Ausfuhr der vielen Medikamente ist ein Zollbrief oder eine Mitfuhrbescheinigung unerlässlich.

Überfliegen von Zeitzonen: Was bedeutet dies für die regelmässige Einnahme von Medikamenten, wenn der Tag zur Nacht wird? Es gelten folgende Faustregeln:

- bei einer Zeitverschiebung von bis zu drei Stunden, sollten die Medikament unabhängig von der Zeitverschieben zur gleichen Zeit wie Zuhause eingenommen werden.
- bei einer Zeitverschiebung von über drei Stunden, muss die angepasste Einnahme der Medikamente mit dem Arzt vorbesprochen werden.

### Während und nach der Reise

Genauso übersichtlich und handfest wie die Einleitung des Reisehandbuchs sind die nachfolgenden Kapitel mit Empfehlungen zu wichtigen Dos and Don'ts, die es während des Reisens und nach der Rückkehr ins Heimatland zu beachten sind. Zum Herausnehmen gibt es in der Broschüre zudem einen Patientenpass für den Notfall und praktische Checklisten.

Das Reisehandbuch: «Reise- und Ferienplanung nach Organtransplantation», Mai 2013, kann (so lange Vorrat) gratis bei Swisstransplant bestellt werden:

Swisstransplant

Laupenstrasse 37 / Postfach 7952

CH-3001 Bern

Telefon +41 31 380 81 30

Telefax +41 31 380 81 32

info@swisstransplant.org

## Swisstransplant an der 78. Tour de Suisse 2014

**Am 14.6. startet die diesjährige Tour de Suisse in Bellinzona (TI). Das Rennen führt über neun Etappen vom «milden Süden» in die «Perle der Alpen», wo die Tour am 22.6. in Saas-Fee (VS) endet. Swisstransplant fährt mit.**

Vom Tessin geht es in den Kanton Obwalden, Appenzell Ausserrhoden, Zürich, Bern, Jura und schliesslich ins Wallis. Insgesamt überwinden die Rennfahrer 1571 Höhenmeter (Bellinzona liegt auf 227 m.ü.M., Saas-Fee auf 1798 Metern über Meer) und dazwischen breitet sich eine wechselhafte Landschaft mit etlichen Berg- und Talfahrten aus.

Swisstransplant ist zum fünften Mal als einer der Official Supplier mit dabei und begleitet die ganze Rundfahrt mit einem beschrifteten Tourenfahrzeug. Die Tour de Suisse zu begleiten, gibt Swisstransplant die Gelegenheit, während neun Tagen an allen Etappenpunkten auf die Thematik der Organspende aufmerksam zu machen. Die Tour de Suisse als Tour d'Information. *kr*



**Swisstransplant ist zum 5. Mal mit dabei an der Tour de Suisse.**  
Foto: F. Gopp, pixelio.de

## «Après c'est trop tard» – «Nachher ist es zu spät»

**Katharina Rederer** Der Genfer Jacques Valente ist ein passionierter, erfolgreicher Segler und nierentransplantiert. Mit seinem abenteuerlichen Projekt «Après c'est trop tard» will Kapitän Valente nicht nur im Alleingang mit seinem Segelschiff den Atlantik überqueren, sondern auch für die Organspende sensibilisieren. Swisstransplant unterstützt den Segelturn.

Im Juli geht es los: In Barcelona wird Jacques Valente mit seinem 9,5 Meter langen Segelschiff in See stechen und Fahrt in Richtung Madeira (Portugal) aufnehmen. Im November ist dann die zweite Etappe geplant: von Madeira bis nach Pointe à Pitre auf der Inselgruppe Guadeloupe in der Karibik.

Valente ist einer der erfolgreichsten Schweizer Segler überhaupt. 2003 und 2007 nahm er an der Mini Transat (Transatlantikregatta für Segelboote von 6,5 Metern Länge) für Einhandsegler teil. Einhandsegeln, das heisst, an Bord des Schiffes befindet sich eine einzige Person. Der Ausdruck Einhandsegler erklärt sich so: Eine Hand für den Mann (um sich festzuhalten), eine für das Schiff (um zu segeln).

So erfolgreich Valente als Sportler ist, so stark war sein Willen, sich seinen gesundheitlichen Problemen zu stellen. Während des Segelturns 2007 erlitt Valente ein Nierenversagen, wie in der Mediendokumentation nachzulesen ist. Er musste das Unterfangen abbrechen und sich im November des gleichen Jahres auf die Warteliste für eine Nierentransplantation setzen lassen. Eine Freundin aus Kindertagen spendete ihm eine Niere, die ihm im April 2008 im Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG) erfolgreich transplantiert worden ist.

Mit dem Projekt «Après c'est trop tard» («Nachher ist es zu spät») will der Segler Valente die Menschen dazu einladen, über die Organspende nachzudenken und den Entschluss seinen nächsten Angehörigen mitzuteilen. Swisstransplant unterstützt Jacques Valentens Unternehmung ideell und finanziell. Das SWTx-Logo ist am Bug des Schiffes sowie auf dem grossen Segel prominent zu sehen. Jacques Valente will mit seiner Reise ein Zeichen der Hoffnung und der Solidarität auf und übers Meer tragen.



Der nierentransplantierte Jacques Valente sticht im Juli in See...



...und macht auf die Organspende aufmerksam. Fotos: zvg

## MaraDon: Die Schweiz ist das Schlusslicht Europas

**Der vierte Samstag im Juni steht nunmehr jedes Jahr für MaraDon. Die dritte Ausgabe dieser Sportveranstaltung in sanftem Tempo findet dieses Jahr am 28. Juni im Jardin Anglais in Genf statt. Auftakt ist um 14 Uhr.**

Das vom Universitätsspital Genf (HUG) und der Stiftung ProTransplant organisierte Event soll die Öffentlichkeit für die Organspende sensibilisieren – mit kaum mehr als zwölf Spendenden pro eine Million Einwohner ist die Schweiz in der Tat das Schlusslicht Europas.

Rund 500 Organtransplantierte des HUG und des Universitätsspitals Lausanne (CHUV), begleitet von Angehörigen und Freiwilligen, sind eingeladen, ab 15.30 Uhr zu Fuss oder mit dem Velo auf dem jeweiligen Parcours an den Start zu gehen. «Wir möchten demonstrieren, dass organtransplantierte Menschen ganz normal leben können. Die Bevölkerung ist dazu eingeladen, uns entlang der Strecke zu begleiten und anzufeuern» betont Nadine de Carpentry, Koordinatorin für Transplantation am HUG und Verantwortliche des Aktionskomitees von ProTransplant.

Ebenfalls auf dem Programm: offizielle Reden, Unterhaltung und Spiele für Kinder (Rutsche, Hüpfburg, Zauberturm, Zumba-Einführung, Tombola usw.) und natürlich Essens- und Getränkestände in einem festlichen und geselligen Rahmen, mitten im «Dorf der Vereine», die sich für die Spende und Transplantation von Organen einsetzen.

Im Vorfeld findet am Freitag, 27. Juni, in der Salle Opéra des HUG von 14 bis 18 Uhr eine öffentliche Konferenz «Pré MaraDon 2014» statt. Die Konferenzveranstaltung wird mit einem kostenlosen Konzert bekannter Künstler abgeschlossen: Im Palladium, Einlass 19 Uhr, Konzertbeginn 20 Uhr.

Anmeldung ab 1. Juni 2014 auf: [www.maradon.org](http://www.maradon.org)  
Weitere Informationen: [maradon@hcuge.ch](mailto:maradon@hcuge.ch)



**Der Genfer MaraDon macht klar: Eine Transplantation ist ein Marathon, der sich lohnt.** Foto: zvg



### Programm

- 11.30 Uhr Empfang der Teilnehmenden  
Ausgabe von T-Shirts und Taschen an die Organtransplantierten
- 12.30 Uhr Einladung zum Essen für die Organtransplantierten, Angehörigen und Freiwilligen
- 15.00 Uhr Präsentation von Gaëtan und offizielle Reden
- 15.30 Uhr Start der Zu-Fuss- und Velo-Parcours mit dem Publikum  
Jardin Anglais beim Kiosk

### Unterhaltungsprogramm von 14 bis 18 Uhr im Jardin Anglais

- 17.30 Uhr Rückkehr der Teilnehmenden von den Parcours, Jardin Anglais
- 18.00 Uhr Losziehung Tombola am Stand von ProTransplant
- 19.00 Uhr Einlass im Palladium
- 20.00 Uhr Konzert mit freiem Eintritt im Genfer Palladium



## Patientenverfügung: Wünsche kundtun

**Bettina Grässli Patientenverfügungen können Angehörige in schwierigen Situationen entlasten. Ist der «letzte Wille» schriftlich festgehalten, muss nicht darüber gerätselt werden. In einigen Patientenverfügungen wird auch die Frage der Organspende thematisiert.**

Fast jeder zweite Mensch in der Schweiz stirbt heute nach dem Verzicht auf eine lebenserhaltende Massnahme oder nach dem Absetzen einer solchen, wie Martin Rothlin in der Schweizerischen Ärztezeitung (2006/87) schrieb. Das zeigt, dass wohl die meisten von uns im Laufe ihres Lebens einmal an einem Krankenbett mit dabei sein werden, wenn eine Entscheidung über Leben oder Tod anstehen – als Partner oder Partnerin, als Tochter oder Sohn.

Da solche Situationen ohnehin belastenden sind, kann es eine Erleichterung sein, wenn die Wünsche und Ängste der schwerkranken oder sterbenden Person bekannt sind. Es reicht zwar aus, wenn darüber im Familienkreis verbindlich diskutiert wurde. Immer mehr Menschen halten ihren Willen aber auch in einer Patientenverfügung schriftlich fest.

Liegt eine solche Patientenverfügung vor, müssen die behandelnden Ärztinnen und Ärzte den dort festgehaltenen Wünschen entsprechen. Das regelt das neue Erwachsenenschutzrecht, das seit Anfang Jahr in der ganzen Schweiz gilt. Fehlt eine Patientenverfügung, planen die zuständigen Ärzte die erforderliche Behandlung zusammen mit den Angehörigen.

Zahlreiche Organisationen bieten Patientenverfügungen an, die ganz unterschiedlich ausgestaltet sind. Die Spannweite reicht von ein paar knapp formulierten Sätzen zum Ankreuzen bis hin zu sehr detaillierten Versionen und viel Raum für eigene Bemerkungen (bsp. Schweizerische Herzstiftung). Je nach Anbieter ist ein spezieller Fokus möglich, beispielsweise für Anordnungen zu psychiatriespezifischen Behandlungen (Pro Mente Sana) oder zur Art der Betreuung und Pflege (Schweizerische Alzheimervereinigung). In manchen Dokumenten kann auch der Wille zur Organspende festgehalten werden.

Die Patientenverfügung von Pro Senectute Schweiz richtet sich speziell auf die Bedürfnisse von älteren Menschen aus. Auch ihre Patientenverfügung, der sogenannte Dokupass, bietet die Möglichkeit, sich für oder gegen die Organspende auszusprechen und zu regeln, welche Organe entnommen werden dürfen. Wenn lieber eine Vertrauensperson über eine Organspende entscheiden soll, kann dies ebenfalls vermerkt werden.

Übrigens: Organspende ist auch im hohen Alter möglich!

**Wer seinen letzten Willen geregelt hat, entlastet die Angehörigen.**

Foto: Gina Sanders, fotolia.com

### IMPRESSUM

#### Herausgeberin

Swisstransplant  
Schweizerische Nationale Stiftung für  
Organspende und Transplantation

#### Direktion

PD Dr. med. Franz Immer  
Laupenstrasse 37  
CH-3008 Bern  
franz.immer@swisstransplant.org

#### Redaktion

Katharina Rederer (Chefredaktion)  
Bettina Grässli  
Jacqueline Pulver  
Carole Reidhaar  
Dominique Trachsel

#### Mitarbeit in dieser Ausgabe

Eugen Bürgler (AAA)  
Nadine de Carpentry  
Olivia Gähwiler

#### Übersetzungen

TEXTRAPLUS AG, Pfäffikon SZ

#### Titelbild

zvg/Alpine Air Ambulance

#### Layout/Korrektorat

Stämpfli Publikationen AG, Bern

#### Gesamtherstellung

Stämpfli Publikationen AG, Bern

#### Redaktionsschluss

für News Nr. 24: 30. Mai 2014

#### Kontakt

Redaktion: Tel. 031 380 81 30  
Nationale Koordination: Tel. 031 380 81 40

#### Internet

www.swisstransplant.org

#### Spendekarten

info@swisstransplant.org  
Tel. 0800 570 234

## Veranstaltungen Juni 2014 bis August 2014

Datum	Veranstaltung	Infos/Anmeldung
Samstag, 28. Juni 2014	MaraDon in Genf	maradon@hcuge.ch
Donnerstag, 12., bis Sonntag, 15. Juni 2014	Festi'Neuch	www.festineuch.ch