



IGN-JOURNAL

FÜR NIERENKRANKE, DIALYSEPATIENTEN UND TRANSPLANTIERTE
DER INTERESSENGEMEINSCHAFT NIERE RHEIN-AHR-EIFEL E.V.

Besuch der Bundesgartenschau 2023

GEMEINSAMER BESUCH DER
BUGA IN MANNHEIM

Frühlingsküche mit Frau Eder

REZEPTE AUS DEM KOCHKURS
ZUM NACHKOCHEN

Interview mit Dr. Manfred Grieger

EIN LANGES ARBEITSLEBEN
ALS NEPHROLOGE

Auf ein Wort mit...

TREFFEN SIE MIT UNS
BETROFFENE UND IHRE
FAMILIENANGEHÖRIGEN

IMPRESSUM

Vertrieb und Herausgeber
IG Niere Rhein-Ahr-Eifel e. V.
info@ign-rhein-ahr-eifel.de

Mitgliedschaft

Bundesverband Niere e. V.
Hilfsfonds Dialyseferien e. V.
LAG Selbsthilfe von Menschen mit Behinderungen und
chronischen Erkrankungen Rheinland-Pfalz e.V.

Impressum

verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes

Vorsitzender: Meinhart Rick, Rheinaustraße 186, 53225 Bonn,
meinhart.rick@ign-rhein-ahr-eifel.de

Redaktion: Heinz Beitel, Wolfgang Dorp, Gabi Fritz, Gerti Grasteit,
Marianne van Haltern, Meinhart Rick

Layout: Katharina Dorp

Druck: Bonner Werkstätten Lebenshilfe Bonn

Inhaltsverzeichnis

EDITORIAL	5
Das Journal für den Sommer ist da!	
FRÜHLINGSKÜCHE MIT FRAU EDER	6
12 motivierte IGN-Mitglieder trafen sich zum gemeinsamen Kochen	
AUF EIN WORT MIT...	14
Gitta Gemein im Gespräch mit Gerti Grasteit	
EIN LEBEN FÜR DIE DIALYSEPATIENTEN	17
Dr. Manfred Grieger im Interview	
DIE BESTE TABLETTE IST DIE, DIE MAN NICHT NEHMEN MUSS	20
Wolfgang Kanzler im Gespräch mit Frank Grewe	
ABENDSYMPOSIUM ZYSTENNIEREN	22
PKD-Symposium in der Universitätsklinik Köln	
OFFENER BRIEF DES BÜNDNIS PROTRANSPLANT	25
Übergabe an das Bundesgesundheitsministerium in Berlin	
MOTORRAD EVENT "ANLASSEN"	27
IGN-Teilnahme am traditionellen Motorrad Saisonauftakt	
KEVELAER SEMINAR: AUSZEIT AM NIEDERRHEIN	26
Das traditionelle Kevelaer Seminar fand im April 2023 in St. Marien statt	
MANNHEIM: BESUCH DER BUNDESGARTENSCHAU	25
Gemeinsamer Besuch der BUGA 2023 mit dem Verein "Schönes Immendorf"	
TAG DER ORGANSPENDE	32
Im Juni trafen sich die Selbsthilfegruppen auf dem Münsterplatz in Bonn	
AUS DEM VORSTAND	34
Was der Vorstand so macht; Patientenbegleiter und Patientenbegleiterinnen	
IGN-MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2023	36
Im Mai 2023 fand die Mitgliederversammlung im Rheinhotel Bad Breisig statt	
AUS DEM VEREIN	39
Geburtstage, Jubiläen, Trauerfälle & Ankündigungen	
AUFNAHMEANTRAG	42



Liebe Leserin, lieber Leser,

das Journal für den Sommer ist da. Schön, dass Sie es zur Hand genommen und aufgeschlagen haben.

In unserer Interessengemeinschaft Niere Rhein-Ahr-Eifel und um uns herum ist viel passiert, von dem wir berichten. Wir waren unterwegs - zum Vergnügen, zur Reflexion, aber auch um für die Organspende werben. Im Zusammenhang mit der Organspende haben wir uns an dem Offenen Brief beteiligt, mit dem wir unseren Gesundheitsminister an seine guten Absichten, die Zahl der Organspenden zu erhöhen, erinnern.

Gekocht haben wir gemeinsam mit Huberta Eder, Altmeisterin der abwechslungsreichen Küche für Nierenpatienten. Und schließlich ist ein Nephrologe in den Ruhestand gegangen, bei dem viele von uns in Behandlung waren. Im Gespräch mit unserem Gründungsmitglied Gitta Gemein schauen wir auf die Anfänge unserer Interessengemeinschaft vor 39 Jahren.

Zu danken ist allen, die mitgeholfen haben mit Texten, Bildern, ihrem guten Rat und mit der Akquisition der Anzeigen. Besonderer Dank auch für das professionelle Layout.

Dieses Journal wurde - ebenso wie die Nummer 01/2023 - in der Werkstatt für behinderte Menschen in Meckenheim gedruckt und versandt. Unser Vorteil ist ein günstiger Preis - für die Werkstatt bedeutet der Auftrag Arbeit für behinderte Menschen und Einnahmen, mit denen sich die Werkstatt finanziert.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Sommerzeit und viel Freude mit dem neuen Journal.

Ihre
Redaktion Journal

Frühlingsküche mit Frau Eder

Am 18.03.2023 trafen sich 12 motivierte IGN-Mitglieder zum gemeinsamen Kochen mit Huberta Eder im Haus der Familie in Bonn.

Frau Eder ist Nierenpatient:innen bekannt aus ihrer Kolumne in der Zeitschrift „Der Nierenpatient“, wo sie regelmäßig Tipps und Rezepte zum Kochen bei Nierenerkrankungen veröffentlicht.

Sie hat langjährige Berufserfahrung, war über 40 Jahre als Diät-Lehrassistentin an der Diätschule am Universitätsklinikum Gießen tätig und hat viele Bücher zum Thema Kochen mit Nierenerkrankungen publiziert. Diese können beim Kirchheim Verlag bestellt werden.

Nach einer theoretischen Einführung in die Feinheiten der Nierendiät, speziell, wenn man auf Kalium- und Phosphatwerte achten muss, ging es auch schon los.

Wir wurden in 2er-Gruppen aufgeteilt und machten uns ans Werk. Mit tatkräftiger Hilfe von Frau Eder brachten wir in annehmbarer Zeit ein 3-Gänge-Menü zustande mit Vorspeise, Hauptgericht und Nachspeise. Die gut ausgestattete Küche im Haus der Familie war uns dabei eine große Hilfe.



Der gemütliche Teil bestand aus dem Probieren der leckeren Gerichte, von denen fast nichts mehr übrigblieb. Die mitgebrachten Tupperdosen blieben daher leer.

Die Veranstaltung wurde von der IKK Südwest in Koblenz mit Projektmitteln im Rahmen der Krankenkassenförderung für Selbsthilfegruppen unterstützt.



Hier die gekochten Rezepte, mit freundlicher Genehmigung von Frau Eder:

Überbackene Brötchen mit Champignons

Zutaten für 1 Portion:

1 St. Brötchen (Semmel) oder 2 Scheiben Toastbrot
10 g Margarine
30 g Lauchzwiebeln
50 g Champignons, Scheiben, Konserve, abgetropft
Pfeffer
Curry
20 g pflanzliche Crème fraîche (15 % Fett)
1 g Schnittlauch

Zum Belegen:

35 g Hochland Sandwichscheiben (ohne Phosphat-Zusatz!) (2 Scheiben) Enthalten Natriumcitrat (E 331) als Schmelzsatz

Zubereitung:

Brötchen waagerecht aufschneiden und die Schnittfläche auf dem Toaster oder in der Pfanne hellbraun rösten.

Lauchzwiebeln in 1 cm breite Röllchen schneiden. Margarine in einer Pfanne zerlassen und die Lauchzwiebeln darin andünsten. Champignons grob mit dem Messer hacken und dazugeben. Mit Pfeffer und Curry abschmecken. Mit pflanzlicher Crème fraîche abrunden.

Schnittlauch in Röllchen schneiden und dazugeben. Pilzmasse auf beide Brötchenhälften verteilen und jeweils mit einer Käsescheibe belegen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C überbacken (Backpapier unterlegen).

ERNÄHRUNG

Tipp: Frische Champignons können auch in ausreichender Menge Wasser gekocht werden. Das Kochwasser muss anschließend verworfen werden.

Wer auf keine Kaliumeinschränkung achten muss, gibt frische Champignons direkt in die Pfanne. Evtl. etwas Zuckermais zugeben.

Wahlweise dazu: grüner Salat mit Essig-Öl-Marinade



Nährwerte für 1 Portion:

kcal	380	Kochsalz	1,7 g
Eiweiß	15 g	Kalzium	300 mg
Fett	22 g	Kaliumpunkte	3,5
Kohlenhydrate	29 g	Phosphatpunkte	5
BE	2,4/2,9	Kalium	250 mg
Ballaststoffe	3 g	Phosphor	250 mg
Cholesterin	25 mg		



Kräuterfrikadellen

Zutaten für 6 Portionen (je 2 Stück):

Für den Hackfleischteig:

- 50 g Brötchen, altbacken (1 St.)
- 50 g Zwiebeln
- 500 g Rindergehacktes
- 1 St. Ei (M)
- 10 g Senf, mittelscharf
- 5 g gemischte Kräuter
- Pfeffer

Zum Panieren und Ausbacken:

- 40 g Semmelbrösel
- 60 g Rapsöl

Zubereitung:

Brötchen in kaltem Wasser einweichen und ausdrücken. Zwiebeln fein hacken, mit 2 Esslöffel Wasser in der Mikrowelle bei mittlerer Stufe 2 Minuten vorgaren. Kräuter fein hacken.

Nunmehr alle Zutaten für den Hackfleischteig miteinander vermengen und 12 gleichmäßige Frikadellen formen. Semmelbrösel auf einen flachen Teller geben und die Frikadellen darin wenden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen bei mittlerer Hitzezufuhr und angeschobenem Deckel von beiden Seiten braun braten.

Kräuterfrikadellen schmecken warm oder kalt.

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	330
Eiweiß	22 g
Fett	23 g
Kohlenhydrate	10 g
BE/KE	1,2/1,4
Ballaststoffe	1 g
Cholesterin	90 mg
Kochsalz	0,4 g
Kalzium	20 mg
Kaliumpunkte	3
Phosphatpunkte	4
Kalium	220 mg
Phosphor	200 mg

Schnittlauch-Dip

Zutaten für 6 Portionen:

100 g Soja-Joghurt-Alternative, ohne Phosphat-Zusatz
 4 g Schnittlauch
 Etwas abgeriebene unbehandelte Zitronenschale oder Zitronenthymian
 Bunter Pfeffer

Zubereitung:

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und mit der Soja-Joghurtalternative verrühren. Mit Zitronenschale und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Soja-Joghurtalternative enthält im Vergleich zu Joghurt aus Milch hergestellt sehr wenig Kalium und Phosphat.

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	10
Eiweiß	1 g
Fett	0,4 g
Kohlenhydrate	0,4 g
BE/KE	0/0
Ballaststoffe	0 g
Cholesterin	0 mg
Kochsalz	0 g
Kalzium	20 mg

Kaliumpunkte	0,2
Phosphatpunkte	0,1
Kalium	15 mg
Phosphor	3 mg



ERNÄHRUNG

Pochierter Lachs mit Honig-Senf-Kruste

Zutaten für 1 Portion:

120 g Lachsfilet

Für den Kochsud:

200 ml Wasser

Etwas Wurzelgemüse

5 St. Pfefferkörner

1 St. Lorbeerblatt

Wenig Zitronensaft

Für die Honig-Senf-Beize:

10 g Honig

5 g Senf, mittelscharf

5 g frischer Orangensaft

Zum Ausfetten der Form:

1 g Rapsöl

Zum Bestreuen:

1 g Dill

Zubereitung:

Eine flache Auflaufform einfetten. Kochsud zubereiten. Den zuvor gewaschenen Lachs 10-12 Minuten darin ziehen lassen, aus dem Sud nehmen und in die Form legen. Zwischenzeitlich Honig mit Senf und Orangensaft verrühren. Die Oberfläche mit der Beize bestreichen. Deckel der Form schließen.

Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Form auf der mittleren Schiene 10 Minuten backen. Dill fein hacken. Den Lachs vor dem Servieren damit bestreuen.

Tipp: Zum Schluss den Sud in der Auflaufform mit etwas kochendem Wasser lösen und als Soße dazu reichen.

Dazu: Basmatireis, Gemüse- oder grüner Salat.

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	290
Eiweiß	24 g
Fett	18 g
Kohlenhydrate	9 g
BE/KE	0,8/0,9
Kaliumpunkte	6
Kalium	470 mg
Ballaststoffe	0 g
Cholesterin	50 mg
Kochsalz	0,3 g
Kalzium	25 mg
Phosphatpunkte	6,5
Phosphor	330 mg



Kartoffelbrei Prinzessinnen Art

Zutaten für 1 Portion:

100 g Kartoffeln
 20 g Sahne oder Pflanzensahne
 10 g Wasser
 Muskatnuss, gemahlen
 15 g Erbsen, tiefgekühlt
 0,5 g Petersilie, gehackt

Zubereitung:

Bereits geschälte Kartoffeln in Stücke schneiden und in einer ausreichenden Menge Wasser kochen. Nach 8 Minuten das Kochwasser erneuern. Nach dem Garen das Kochwasser wegschütten.

Kartoffeln stampfen. Sahne und Wasser hinzufügen. Mit dem Schneebesen zu Brei verarbeiten, dabei erhitzen. Mit Muskatnuss abschmecken.

Erbsen in 150-200 ml Wasser 5 Minuten kochen und abtropfen lassen. Zusammen mit gehackter Petersilie unter den Kartoffelbrei mischen.

Tipp: Kartoffelpüree kann auch mit Sojadrink ohne Phosphat-Zusatz zubereitet werden.

Kopfsalat mit Radieschen und saure Sahnesoße

Zutaten für 1 Portion:

40 g Kopfsalat
 15 g Radieschen

Für die Salatsoße:

40 g saure Sahne
 1 g Senf, mittelscharf
 5 g Zitronensaft

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	150
Eiweiß	4 g
Fett	7 g
Kohlenhydrate	18 g
BE/KE	1,5/1,8
Ballaststoffe	2 g
Cholesterin	20 mg
Kochsalz	0 g
Kalzium	30 mg
Kaliumpunkte	3,5
Phosphatpunkte	1,5
Kalium	225 mg
Phosphor	80 mg



0,5 g Zucker
 1 g gemischte Kräuter

Zubereitung:

Kopfsalat zerpfücken. Radieschen in Scheiben schneiden. Salatsoße zubereiten und kurz vor dem Verzehr mit Kopfsalat und Radieschen vermischen.

Tipp: Salat muss zügig in kaltem Wasser gewaschen werden, damit Vitamine erhalten bleiben.

ERNÄHRUNG

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	60	Kalzium	60 mg
Eiweiß	2 g	Kaliumpunkte	2,5
Fett	4 g	Phosphatpunkte	1
Kohlenhydrate	3 g	Kalium	185 mg
BE/KE	0,2/0,2	Phosphor	50 mg
Ballaststoffe	1 g		
Cholesterin	15 mg		
Kochsalz	0,1 g		

Sahneflammeri mit Erdbeer-Minze-Soße

Zutaten für 6 Portionen:

Für den Flammeri:

200 g Sahne
400 g Wasser
1 P. Vanillepuddingpulver zum Kochen
35 g Zucker

Für die Erdbeer-Minze-Soße:

200 g Erdbeeren
7 g Zucker
3 g Vanillezucker
2 g Minzeblättchen

Zubereitung:

Aus Sahne, Wasser, Vanillepuddingpulver und Zucker einen Kochpudding zubereiten. Erdbeeren, Zucker und Vanillezucker pürieren. Zum Schluss die Minzeblättchen zugeben. Wahlweise kurz pürieren. Als Soße zu dem Flammeri servieren.

Tipp: Sie können den Flammeri auch mit Sojadrink ohne Phosphat-Zusatz (oder Soja-Reis-Drink ohne Phosphat-Zusatz) zubereiten. Bio-Produkte sind in jedem Falle ohne zugesetztes Phosphat. Wahlweise Speisequark (erhöht den Eiweißgehalt) unterrühren und nachsüßen.

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	170
Eiweiß	1 g
Fett	11 g
Kohlenhydrate	16 g
BE	1,5
Ballaststoffe	0 g
Cholesterin	35 mg
Kochsalz	0,1 g
Kalzium	35 mg
Kaliumpunkte	1,2
Phosphatpunkte	0,5
Kalium	90 mg
Phosphor	30 mg



Blaubeer-Muffins

Zutaten für 15 Stück:

240 g Weizenmehl, Type 405
 50 g Zucker
 3 TL phosphatfreies Backpulver oder 5 g Natron
 150 g Vollmilch oder Alternativen wie Reisdink oder Sojadrink
 2 St. Eier (M)
 60 g Butter
 200 g Blaubeeren

Zum Bestäuben: 15 g Puderzucker
 Außerdem: 15 St. Papier-Muffinförmchen

Nährwerte für 1 Portion:

kcal	120
Eiweiß	3 g
Fett	5 g
Kohlenhydrate	17 g
BE	1,5
Ballaststoffe	1 g
Cholesterin	40 mg
Kochsalz	0,3 g
Kalzium	20 mg
Kaliumpunkte	0,7 (2 St./1,5)
Phosphatpunkte	0,8 (2 St./1,5)
Kalium	50 mg
Phosphor	40 mg

Zubereitung:

Mehl, Zucker und Backpulver in einer Rührschüssel mischen. Milch, Eier und flüssige Butter in einer anderen Schüssel verquirlen. Die Masse zügig unter die Mehlmischung geben. Blaubeeren mit dem Rührlöffel unter die Teigmasse heben. Jeweils 50 g Teig in ein Muffinförmchen füllen und diese auf ein Backblech setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C auf der mittleren Schiene 20-25 Minuten backen. Mit Puderzucker leicht bestäuben.

Tipp: Phosphatfreies Backpulver kann im Internet bestellt werden, z. B. bei der Fa. Lucullus Food Service.




Bücher

für Nierenpatienten von Ernährungsexpertin Huberta Eder

Kochen und Genießen

2. Auflage 2018, 17,90 €
 ISBN 978-3-87409-679-9
 Die besten Rezepte aus der Zeitschrift Der Nierenpatient




Dialysegerechte Ernährung

3. Aufl. 2020, 19,90 €
 ISBN 978-3-87409-706-2
 Grundlagen, Nährwerte und Rezepte



Bunte Küche für Dialysepatienten

7. Auflage 2017, 23,- €
 ISBN 978-3-87409-717-8
 Kochbuch mit über 100 abwechslungsreichen Rezepten




Am besten frisch gekocht!

2. Aufl. 2013, 23,50 €
 ISBN 978-3-87409-529-7
 Ratgeber und Kochbuch bei eingeschränkter Nierenfunktion



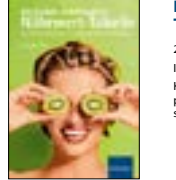
Gesunde Ernährung für Nierentransplantierte

2010, 19,90 €
 ISBN 978-3-87409-481-8
 Ratgeber und Kochbuch für Menschen mit neuer Niere.



Nährwert-Tabelle

2. Aufl. 2020, 4,90 €
 ISBN 978-3-87409-704-8
 Kalium- und Phosphatwerte einfach und schnell berechnen



 **per Internet**
www.kirchheim-shop.de

 **per Telefon**
 +49 (0) 711/66 72-1483

05.0097

IGN-Journal **13**

Gitta Gemein im Gespräch mit Gerti

Gitta Gemein, Jahrgang 1941, Mitbegründerin und Ehefrau des ersten Vorsitzenden und Mitbegründer des Vereins „Künstliche Niere“ erzählt, wie das damals war:

Gerti: Gerne sitze ich mit Gitta im schönen Bodendorf auf ein Käffchen zusammen. Dabei erfahre ich immer wieder Interessantes aus ihren vergangenen Zeiten. Für heute hat sie sich bereit erklärt nochmal zusammenfassender für unser Journal Bericht zu erstatten.

Wir befinden uns in einem liebevoll eingerichteten, hellen, freundlichen Wohnzimmer. Es wurde von ihr selbst, unter Anleitung gemauert und war der Anbau zu einem kleinen erworbenen Häuschen zu Beginn ihrer Ehe mit Heinz Gemein im Jahre 1969.

Gitta: Ich fuhr mit dem Fahrrad von unserem anfänglichen Wohnsitz täglich nach Bodendorf, um für uns ein Heim zu schaffen. Heinz stand damals, mit schon einigen Vorerkrankungen, kurz vor der Dialyse.

Wenn man es so rückwirkend betrachtet, war das eine gute Entscheidung. Dieser Ort wurde für unsere Lebenssituation recht segensreich. Nicht nur wegen des Heimes, sondern auch die menschlichen Erfahrungen, die wir hier machen durften und ich heute ja auch noch mache.



„Das alles aber konnte ich, weil Heinz sich, in seinem Wunsch nach Geselligkeit so ins Dorf einfügte.“

Gitta Gemein

AUF EIN WORT MIT...



Ja, wie fing das damals an mit dem Verein:

Bald, an die Dialyse kommend, das war auf dem Venusberg unter der Leitung von Professor Klehr, begegnete mein Mann Willi Bach, Günter Renz und Wolfgang Schull. Mit ihnen und deren Partnerinnen verband uns bald ein freundschaftliches Verhältnis und die Idee einer Vereinsgründung wurde geboren.

Mein Mann verfügte über einen sehr zähen Willen, sich nicht unterkriegen zu lassen. Er nutzte meine Tatkraft und die schnell bemerkte Offenheit, den Gemeinschaftssinn und die Feierfreude der Bewohner von Bodendorf, um ein Gegenstück zu schaffen zu der damals noch sehr belasteten Situation von Nierenpatienten, die auf die Dialyse angewiesen waren.

Am Anfang war für meinen Mann klar, dass eine Transplantation aufgrund seiner Vorerkrankungen nicht möglich war. Acht nötige Stunden an einem Stück Dialyse an der Uni waren schwierig. Also musste die Heimdialyse her. So wurde ich in Bonn angelernt, dieses damals noch recht komplizierte Gerät zu bedienen. Da mag ich nicht mehr dran denken. Für mich war das eine ziemliche Überforderung. Manchmal glaubte ich, nur noch funktionieren zu müssen, war fix und fertig.

Das alles aber konnte ich, glaub ich nur, wenn ich so zurückschaue, weil Heinz sich, in seinem Wunsch nach Geselligkeit so ins Dorf einfügte. Ich musste natürlich mitmachen. Seine Beharrlichkeit imponierte der Dorfgemeinschaft so, dass auch bald nach gebrauchter Unterstützung gefragt wurde

Die brauchten wir natürlich für unseren frisch gegründeten Verein. Das Telefon in unserem Wohnzimmer stand nicht still. Betroffene Leute riefen an. Es gab damals noch wenig Information für nierenkranke Patienten. Hier kamen dann auch noch besonders die Reubers ins Spiel. Ihre Bedeutung für den Verein soll dann nochmal näher beschrieben werden.

Ja, die Spendenfreudigkeit der Bodendorfer über Feste und Feiern war großartig und ist es bis in den heutigen Tag geblieben. So konnten wir die Leipziger Kinderdialyse, auch schon vor der Wende, wunderbar unterstützen. Dank des hohen Einsatzes der damaligen Sozialpädagogin Frau Jurack wurden in unserer Region viele Jahre Kinderfreizeiten durchgeführt.

Wir erfuhren, dass es durch die damalige Kriegssituation in Jugoslawien schlecht um Dialysemaschinen bestellt war. Wir trieben ausrangierte Dialysemaschinen auf, die dort noch gute Dienste leisten würden. Ich er-



AUF EIN WORT MIT..

innere mich, wie wir zu dritt einen Tag und eine Nacht diese Geräte in Kriegsgebiete fuhren. Unser Proviant war gefroren, und bei Ankunft wurden die Geräte in einem Raum mit Wänden, die Einschusslöcher aufwiesen, abgestellt.

Gerti: Beim letzten alljährlich stattfindenden Adventsingens 2022 auf dem idyllischen Platz vor dem Pfarrheim unter Beteiligung von Feuerwehr, Schulkindergesang, Nikolaus, Glühweinausschank, Bratwürsten und Musikkapelle sowie dem Tambourchor wurden wieder viele Spenden für unseren Verein gesammelt, das war nochmal ein sehr berührender Moment dieser Dorfgemeinschaft.

Gitta etwas aufgelöst mir zugewandt, Reubers im Hintergrund: Schau Gerti, so ging es dann richtig los, bei Reubers in der Küche damals. Ich fragte Irene, die bei der Post be-

schäftigt war, ob sie uns helfen kann. Bei unserem wachsenden Verein nahm die Post langsam einen ziemlichen Umfang ein. Sie stimmte zu. Und ab da ging sozusagen „die Post ab“ für unseren Verein.

Aber neben der Post hat Irene das, was man mit Küche schlechthin verbindet, Wärme und Fürsorge mit ihrem Ehemann in unseren Verein gebracht. Zu Festen, Vorstandssitzungen, Feiern und Ausflügen. Sie waren beide sowas wie Vater und Mutter für unseren Verein.

Gerti: Gitta ist es eher ein Anliegen aufmerksam zu machen, was an Gutem um unseren Verein herum passierte und immer noch passiert. Sie bleibt gern im Hintergrund.

Gerade darum war es wohl für die Schützen aber auch für ihren Mann wichtig, sie mehrere Male mit den Bewohnern des Ortes als Schützenkönigin zu feiern. Gitta war das eher peinlich, wie sie es ausdrückt. Bei allem, was ich durch Gitta erfahren habe, vermittelt sie mir, wieviel Stärke ein gutes Miteinander verleiht.

Gerti Grasteit



INTERVIEW MIT DR. MANFRED GRIEGER

Ein Arbeitsleben für die Dialysepatienten

Dr. Manfred Grieger ist zum 31.03.2023 in den Ruhestand gegangen, nach einem langen Arbeitsleben als Nephrologe. Ich hatte schon von ihm gehört bei Besuchen von Angehörigen unseres Vereins und war gespannt auf unser Gespräch.

Wolfgang Dorp: Herr Dr. Grieger Sie sind zum 31.03.2023 in den Ruhestand gegangen. Nach 36 Jahren Arbeit als Arzt, davon fast 32 Jahre mit Nierenpatienten. Ich als Nierenpatient habe mich oft gefragt, wie man als Arzt zu der Entscheidung kommt, sich auf Nierenkranke zu konzentrieren. Was können Sie uns über Ihren Werdegang sagen?

Dr. Grieger: Meine erste Motivation zum Medizinstudium entstand schon in meiner Schulzeit bei einem Erste-Hilfe-Kurs. Dass ich gerne mit Menschen umgehe, habe ich ebenso in meiner Mitarbeit in der katholischen Jugendarbeit entdeckt. So lag es nahe, das ich zunächst eine Ausbildung zum Krankenpfleger gemacht habe. Dann habe ich bis 1986 in Mainz Medizin studiert. Daran schlossen sich eine Tätigkeit als Assistenzarzt in Neuwied und eine zweijährige nephrologische Facharztausbildung in Limburg an. An der Arbeit des Nephrologen hat mich besonders die Verbindung von menschlicher Zuwendung und den medizinischen und technischen Herausforderungen begeistert.

Wolfgang Dorp: Im Jahre 1998 haben Sie sich mit eigenen Dialysepraxen niedergelassen.

Dr. Grieger: Nach bestandener Facharztprüfung als Arzt für Innere Medizin - Nephrolo-



gie war ich noch ein Jahr mit oberärztlicher Tätigkeit in Neuwied angestellt. Danach habe ich mit meinem Kollegen Hahn die Dialyse in Mayen in einem Nebengebäude des Krankenhauses (sog. Altes Krankenhaus) eröffnet, parallel dazu die Dialyse in Andernach, die sich seit 2005 im Krankenhaus befindet.

Wolfgang Dorp: In der Betreuung von Nierenkranken haben Sie es vorwiegend mit chronisch kranken Menschen zu tun. Was hat diese Arbeit für Sie bedeutet?

Dr. Grieger: Es war der regelmäßige Kontakt zu den Patienten und Patientinnen und zu ihren Angehörigen, der für mich wichtig war.

AUF EIN WORT MIT...

Mit der Zeit ist eine familiäre Atmosphäre entstanden, der Austausch zwischen PatientInnen, den Angehörigen, den Pflegekräften und uns Ärzten war stetig und intensiv. Die Kommunikation war sehr wichtig.

Wolfgang Dorp: Wie sehen Sie die Entwicklung der Betreuung von Nierenkranken in über 30 Jahren?

Dr. Grieger: Die Praxen sind - entsprechend dem Bedarf - größer geworden. Die Finanzierung durch die Krankenkassen ist laufenden Änderungen unterworfen. Bei prädialytischen Patientinnen und Patienten sind uns neue Medikamente z. B. bei Bluthochdruck, Diabetes mellitus oder Herzschwäche an die Hand gegeben, die einen Nierenschutz mit sich bringen.

Bei der Dialyse wird das Behandlungsregime heute häufig individuell definiert. Man startet heute langsam (sog. inkrementelle Dialyse). Bei betagten Patienten fährt man nach individueller Besprechung der Vor- und Nachteile auch ein palliatives Konzept ohne Dialyse oder eine Therapie mit angepasst reduzierter Dialysedosis. Letztendlich soll die Therapie ja auch zum Lebensablauf des betroffenen Menschen passen. Ebenfalls neu etabliert ist die präemptive Lebensspende, also die Transplantation vor dem eigentlichen Beginn der Dialyse. Das geht aber nach der Gesetzeslage bisher nur, wenn geeignete Lebendspender mit enger Beziehung zum Erkrankten gefunden werden.

Wolfgang Dorp: Aus meiner Zeit als Dialysepatient weiß ich, dass man viel lernen muss über - Kalium - Phosphat - Trinkmenge - Sollgewicht etc. Da geht es ja auch um Einschränkungen bei bisherigen Gewohnheiten. Wie erreichen sie eine möglichst weitgehende Compliance bei den Patienten?

Dr. Grieger: Der große Vorteil ist, dass man

sich kennt. Das hilft, immer wieder zu motivieren, und auch Grenzen zu ziehen. Dabei werden auch die persönlichen Erfahrungen und Erlebnisse einbezogen. Manchmal hilft es, wenn der Patient, die Patientin ihren Ernährungsplan aufschreibt und man auf Alternativen und wichtige Einschränkungen hinweisen kann.

Wolfgang Dorp: Wie haben Sie die Zeit mit COVID 19 erlebt?

Dr. Grieger: Die Angst vor Ansteckung war bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, bei Ärztinnen und Ärzten sowie bei Patientinnen und Patienten gleichermaßen da, die ersten Infektionen waren sehr schlimm. Geholfen haben ein strenges Hygieneregime, der Austausch mit der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie, die Impfungen in der Praxis, die eine große Akzeptanz fanden. Es gab erfreulich wenige Todesfälle.

Wolfgang Dorp: Über Ihre Arbeit in der Praxis hinaus haben Sie sich in beruflichen Verbänden engagiert.

Dr. Grieger: Ich habe von 2016-2021 im Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie mitgearbeitet. Das ist die wissenschaftliche Gesellschaft, die Standards für die Nephrologie im stationären und ambulanten Versorgungsbereich erstellt und diesbezüglich auch berät. Sie hat uns in der COVID-Krise geholfen, gemeinsame Strategien zu entwickeln.

Die Gesellschaft koordiniert die Kontakte zu den Pflegeverbänden. Sie kümmert sich um die Weiterbildung der Ärzte und die Bezeichnung von Krankheiten. So ist der Begriff „Nierenkrankheit“ mit unterschiedlichen Stadien heute zu verwenden, anstelle der noch unspezifischen Bezeichnung „Niereninsuffizienz“.

AUF EIN WORT MIT...



Bei meiner Mitarbeit im Verband deutscher Nierenzentren ging es um die Vernetzung der niedergelassenen nephrologischen Einrichtungen, um deren Finanzierung, um Fortbildungsveranstaltungen und die Entwicklung gemeinsamer wissenschaftlicher Projekte.

Die Sektion Nephrologie im Bundesverband Deutscher Internisten hat sich um Weiterbildungskataloge, Gebührenordnungen und Kontakte zu den anderen internistischen Fachdisziplinen gekümmert. Der habe ich auch ein paar Jahre vorgestanden. Neben diesen berufsspezifischen Organisationen habe ich die Selbsthilfe immer als wesentlich für das Wohl der Patienten und die Arzt-PatientInnen Kommunikation angesehen.

Wolfgang Dorp: Ich denke, deshalb haben Sie mit Interesse die Entwicklung unserer IGN-Rhein-Ahr-Eifel begleitet, sowie die Ausbildung der Patientenbegleiterinnen und Patientenbegleiter beim Bundesverband Niere e. V. Sie waren bei der Verleihung der Urkunden an die PatientenbegleiterIn-

nen dabei, wie wir auf den Fotos hier sehen. Dieses Engagement wissen wir zu schätzen und danken Ihnen dafür. Eine Frage habe ich noch: Was machen Sie nach dieser sehr aktiven Zeit im Ruhestand?

Dr. Grieger: Im Moment kommt mir das alles noch wie Urlaub vor. Auf jeden Fall werde ich mit meiner Frau reisen, was wir immer gerne getan haben, auch zu ungewöhnlichen Zielen wie z. B. nach Tadschikistan oder Bhutan. Und wir werden unser Haus altersgerecht umbauen.

Wolfgang Dorp: Herr Dr. Grieger, dazu wünsche ich Ihnen gutes Gelingen. Ich bedanke mich im Namen unseres Vereins herzlich für dieses Interview.

Wolfgang Dorp

„Die beste Tablette ist die, die man nicht nehmen muss“

„Dialysezeit ist Lebenszeit“, welcher Dialysepatient kennt dieses uralte Zitat der Nephrologen nicht all zu genau? Doch was passiert, falls der Nierenkranke einfach mit der Dialyse aufhört?

Es wird irgendwann zu einer Überwässerung und Urämiesymptomen kommen, wobei die Überwässerung das Schlimmste ist. Die Urämie äußert sich durch Juckreiz, Übelkeit und neurologische Ausfallerscheinungen“, sagen dazu die Spezialisten. Doch der 80-jährige Frank Grewe aus Koblenz (der Name wurde von der Redaktion aus Gründen der Anonymität geändert), verheiratet, ehemaliger Bürgermeister aus Hessen, hat es tatsächlich geschafft. Unser Mitglied Wolfgang Kanzler unterhielt sich mit ihm über seine Krankheit und wie es ihm jetzt geht in seiner Wohnung.

Wolfgang Kanzler: Warum gingen Sie zur Dialyse?

Frank Grewe: Um es vorweg zu nehmen, ich litt nur an einer relativ leichten Niereninsuffizienz. Bei einer Routineuntersuchung 2021 am Herzen, erfolgten die Implantation eines Stents sowie diverse notwendige Untersuchungen mit Kontrastmitteln.

Mein Kreatininwert lag über 6,0, der Nephrologe empfahl mir daher, dass ich sofort zur Dialyse gehen sollte. Zuerst wurde ein Katheter gelegt, später dann der allgemein bekannten Shunt am Arm.

Wolfgang Kanzler: Wie lange gingen Sie zur Dialyse?

Frank Grewe: Dreimal in der Woche jeweils vier Stunden ab 12.00 Uhr und ziemlich genau von Sommer 2021 bis Sommer 2022 als Hämodialyse. Die Bauchfelldialyse kam für mich überhaupt nicht in Betracht. Meine Frau und ich verfolgten zwar eine entsprechende Idee, nahmen jedoch Abstand davon.

Wolfgang Kanzler: Wie erging es Ihnen nach der Dialyse?

Frank Grewe: Nun, wie so vielen meiner Dialysekollegen und -kolleginnen auch. Ich war regelrecht platt danach, musste mich zu Hause erst einmal erholen. Aber ich sollte auch betonen, dass ich die Dialyse im Großen und Ganzen gut vertragen habe.

Wolfgang Kanzler: Kam für Sie damals eine Transplantation in Frage?

Frank Grewe: Tatsächlich haben meine Frau und ich darüber nachgedacht, das aber nicht weiter vertieft. Der sogenannte „Leidensdruck“ war noch nicht so groß, denn ich musste nach einiger Zeit nur noch zweimal in der Woche zur Dialyse.

AUF EIN WORT MIT...

Wolfgang Kanzler: Wie kam es dann dazu, dass Sie der Dialyse fern blieben?

Frank Grewe: Die Belastung dreimal in der Woche zur Dialyse zu gehen, der Stress damit und die vielen Medikamente, waren mir einfach zu viel. Die beste Tablette ist meiner Meinung nach die, die der Patient nicht nehmen muss. Dann aber spielte mir bei einer Feriendialyse in Norden (Ostfriesland) der berühmte Zufall in die Karten. Der dort leitende Dialysearzt war früher einmal in einem Krankenhaus in Koblenz tätig. So kamen wir ins Gespräch und er meinte, dass ich es aufgrund meiner Werte wagen könnte, einen Auslassversuch zu unternehmen. Dies besprach ich nach meinem Urlaub mit meinem Arzt beim Dialysezentrum Koblenz. Er bejahte das und dann ging das Experiment für mich los.

Wolfgang Kanzler: Haben Sie danach Ihre Lebensweise umgestellt?

Frank Grewe: Auf jeden Fall! Ich muss meine Frau loben, wir haben viele Kochbücher gewälzt, die Ernährung komplett umgestellt. Das Salz wurde aus der Küche verbannt, Gemüse und Kartoffeln mit reichlich Wasser

vorgekocht und das Wasser weggeschüttet. Es gibt bis heute keine Pommes und keinen Alkohol mehr. Ich weiß gar nicht mehr, wie ein Glas Bier schmeckt (lacht).

Wolfgang Kanzler: Und wie geht es Ihnen jetzt aktuell?

Frank Grewe: Derzeit bin ich noch in der Erprobungsphase, aber sicherlich nicht schlechter dran als während der Dialyse. Ich gehe alle vier Wochen zum Nephrologen, um meine Werte zu ermitteln. Natürlich herrscht immer eine gewisse Ungewissheit bei meinen Terminen, die Anspannung bleibt, bis das Ergebnis vorliegt.

Wolfgang Kanzler: Und was empfehlen Sie anderen Dialysepatienten?

Frank Grewe: Es ist eminent wichtig, sich von Anderen helfen zu lassen. Ich empfehle jedem die vielen Selbsthilfegruppen, wie zum Beispiel die Interessengemeinschaft Niere. Ich suchte sofort eine solche Möglichkeit, schnell Mitglied zu werden. Die Hilfsbereitschaft dort ist riesengroß, sozusagen Hilfe zur Selbsthilfe.

Wolfgang Kanzler



ABENDSYMPOSIUM

PKD-Symposium in der Universitätsklinik Köln

Das Abendsymposium Zystennieren wurde organisiert vom Verein PKD Familiäre Zystennieren e.V. und Prof. Dr. Roman-Ulrich Müller sowie Dr. Malte Bertram von der Universitätsklinik Köln. Die Veranstaltung fand in hybrider Form statt. Im Hörsaal des Centrums für Integrierte Onkologie (CIO) trafen sich ca. 100 Personen, gleichzeitig wurde die Veranstaltung per Zoom übertragen und von weiteren 300 Interessierten verfolgt.

Nach der Begrüßung startete Prof. Müller mit dem mit Spannung erwarteten Vortrag über **„Zystennieren und Ernährung“**. Gab es doch im Vorfeld bereits positive Signale zu den evtl. therapeutischen Wirkungen einer ketogenen Diät auf die Progression der Erkrankung. Was ist die ketogene Diät? Im Tiermodell konnte gezeigt werden, dass der Stoffwechselzustand der Ketose (Verbrennung von Fetten) dabei helfen kann, das Fortschreiten der Zystennieren-Erkrankung zu hemmen, denn die Zystenzellen können sich nicht an den geänderten Stoffwechsel anpassen. Der Hauptanteil der zugeführten Energie besteht aus Fetten; Kohlenhydrate werden nur sehr eingeschränkt konsumiert. Prof. Müller berichtete über die Ergebnisse der Kölner Studie, die in Zusammenarbeit mit dem in Kalifornien von Prof. Thomas Weimbs geleiteten Santa-Barbara-Institute durchgeführt wurde. Erste vorsichtige Ergebnisse der sehr kleinen Studie ergaben, dass das Nierenvolumen in der Gruppe mit der ketogenen Diät sich, wie erhofft, verringerte. Insgesamt gibt es aber noch viele offene Fragen. Um diese zu beantworten, ist eine erweiterte Studie „KETO ADPKD EXTEND“ geplant.



Zwei weitere Vorträge behandelten die Themen **„Zystennieren und Notaufnahme – was sollte ich wissen?“** und **„Schmerzen bei Zystennieren“**. Viele Patient:innen sind unsicher, ob sie bei Beschwerden am Wochenende in die Notaufnahme fahren sollten und was sie dort erwartet. Nicht alle dort tätigen Ärzt:innen kennen sich mit dem Krankheitsbild aus. Bei starken Schmerzen oder Fieber sollte immer auf die Zystennieren hingewiesen werden, da sonst die Gefahr besteht, dass wiederkehrende Entzündungen/ Infektionen nicht lang genug behandelt werden. Die UK Köln rechnet bei Zysteninfektionen mit mehreren Wochen Antibiotikagabe. Spezielle Antibiotika, die leider auch Nebenwirkungen haben, werden bei komplizierten, schweren Zysteninfektionen eingesetzt.

Auch Aneurysmen treten bei 9-12 % der Zystennierenpatient:innen auf. Meistens merkt man nichts vom Aneurysma bis zur Ruptur, evtl. gibt es 2-8 Wochen davor einen sog. Warnkopfschmerz, der sehr stark in Kombination mit Übelkeit und Lichtempfindlichkeit sein kann.

Akute Nierensteine oder plötzlich auftretendes Nierenversagen mit rascher Ödembildung, Gewichtszunahme, Luftnot und Reduktion der Urinausscheidung können ebenfalls Gründe für das Aufsuchen der Notaufnahme sein.

Schmerzen bei Zystennieren können durch Zystenruptur, Einblutung, Infektionen oder Nierensteine entstehen. Die Medikation folgt einem aufsteigenden Schema: Als erstes kommen „nicht-opioide Analgetika“ in Frage wie z. B. Novalgin. Danach werden schwach wirksame Opioide verschrieben und erst an letzter Stelle stark wirksame Opioide wie Hydromorphon oder Fentanyl eingesetzt. Chronische Schmerzen können aber auch viele andere Ursachen haben, die abgeklärt werden sollten.

Das wichtige Thema **Nierenersatzverfahren und Transplantation** wurde von der Bereichsleiterin Transplantation, Frau Prof. Dr. Christine Kurschat angesprochen. Sie erläuterte die gängigen Nierenersatzverfahren Hämo- und Peritonealdialyse und warb auch für die Möglichkeit der Heimdialyse. Die beste Therapie ist allerdings die Transplantation. Alle Patient:innen, die sich für eine Transplantation anmelden, müssen eine umfangreiche „Checkliste“ abarbeiten, um einen Überblick über den Gesundheitszustand zu erlangen. Patient:innen, die auf eine Transplantation warten, werden bei Eurotransplant angemeldet. Hier war Frau Kurschat so ehrlich, zu erwähnen, dass mittlerweile die statistische Wartezeit im normalen Transplantationsprogramm bis zu 10 Jahre sein könnte. Selbst im sog. „Seniorprogramm“, in das man ab dem 65. Lebensjahr wechseln kann, beträgt die Wartezeit ca. 5 Jahre. Daher heißt es, sich so fit wie möglich zu halten, damit man auch nach Jahren noch gesundheitlich für eine Transplantation geeignet ist. Ein Ausweg aus dieser unbefriedigenden Situation könnte eine Lebendniere spende sein, für die in Köln eine große Expertise vorliegt, auch bei blutgruppenungleichen Nierenspenden, die in der Regel gut vorbereitet werden können. Es gibt bei den Spendern auch keine generelle Altersbegrenzung, die älteste bisher in Köln akzeptierte Spenderin war 83 Jahre alt.

In Köln wird grundsätzlich keine Nephrektomie einer Zystenniere lange vor der Transplantation vorgenommen. Falls dies aus Platzgründen nötig ist, wird eine der Zystennieren mit einer neuen, minimalinvasiven OP-Technik zeitlich direkt vor der Transplantation entfernt.

Eine chronische Erkrankung wie die familiären Zystennieren belastet viele Betroffene auch psychisch. Sören Mendelin, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, referierte einfühlsam und anschaulich über die



psychischen Belastungen, die auf dem Weg der Erkrankung vorhanden sind und bewältigt werden müssen.

Ein weiterer Vortrag handelte von **Zysten-nieren bei Kindern**. Dr. Max Liebau, Oberarzt an der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, erläuterte, dass es neben der Autosomal dominanten polyzystischen Nierenerkrankung (ADPKD) im Kindesalter häufig die Autosomal rezessive polyzystische Nierenerkrankung (ARPKD) gibt, die schon im frühen Alter massive Auswirkungen hat. Auch bei ADPKD gibt es ungewöhnliche Verläufe, wo schon Kinder und Jugendliche ausgeprägte Symptome haben. Daher stellt sich die Frage bei betroffenen Familien, ob und wann die Kinder untersucht werden sollen. Der potenzielle Nutzen einer frühen Diagnose muss mit den Nachteilen abgewogen werden, neben der psychischen Belastung sollten auch Berufsfindung und abzuschließende Versicherungen beachtet werden. Daher ist in den meisten Fällen nur nötig, auf einen erhöhten Blutdruck oder Harnwegsinfektionen bei Kindern und Jugendlichen zu achten. Eltern sollten einen gesunden Lebensstil vorleben und so ihren Kindern ein gutes Beispiel geben.

Die letzten Vorträge von Dr. Malte Bertram und Polina Todorova, Fachärztin für innere Medizin, widmeten sich **Neuigkeiten aus der Forschung und den in Köln stattfindenden Studien**. Die UK Köln arbeitet z.B. im ERKNET - The European Rare Kidney Disease Reference Network mit. Dr. Bertram berichtete vom langen Weg, neue oder schon vorhandene Medikamente zu untersuchen, ob diese einen positiven Einfluss auf die ADPKD Erkrankung haben könnten. Schlaglichter sind hier die Medikamente Metformin oder die SGLT2-Hemmer wie Forxiga, bei denen grundsätzlich ein Nutzen bei chronischen Nierenerkrankungen besteht, aber noch nicht geklärt ist, ob sie auch bei ADPKD von Nutzen sind.

Einige der Vorträge sind mittlerweile auf youtube eingestellt und können dort angeschaut werden:

<https://youtu.be/bCcGa6ftmJU>
<https://youtu.be/dh9EzsUpPUQ>
<https://youtu.be/DIGF3Ng40tA>
<https://youtu.be/546hn9NKiek>

Gabriele Fritz

BÜNDNIS PROTRANSPLANT

Übergabe des offenen Briefes in Berlin

Am 1. März 2023 haben Vertreter:innen des Bündnisses ProTransplant in Berlin einen Offenen Brief an das Bundesgesundheitsministerium (BMG) übergeben. Da Minister Karl Lauterbach nicht verfügbar war, wurde der Brief zusammen mit 25 weißen Lilien von Ministerialrätin Claudia Siepmann, Leiterin des Referats Transplantationsrecht, sowie Pressereferent Sebastian Gülde in Empfang genommen.

Beide sagten uns zu, den Brief und eine schriftliche Zusammenfassung unseres Gesprächs

an Minister Lauterbach zu übermitteln. Vor dem BMG präsentierten Vertreter:innen von ProTransplant und Unterstützer:innen den Brief im Großformat, um die Kernforderungen der über 50 Unterzeichnenden sichtbar zu machen.

Besonders eindrücklich war eine Fotocollage mit Menschen, die aktuell auf eine Organspende warten, darunter Franziska Spatz, eine junge Frau, die mit 21 Jahren dialysepflichtig wurde und seit elf Jahren auf eine Niere wartet.



SELBSTHILFE

Grabkerzen für 3000 Tote

Darüber hinaus wurden 3000 Grabkerzen angezündet. Sie symbolisierten die 3000 Menschen auf der Warteliste, die seit dem 16. Januar 2020, dem Tag, an dem das Gesetz zur Stärkung der Entscheidungsbereitschaft bei der Organspende vom Bundestag beschlossen wurde, verstorben sind. Das vor genau einem Jahr in Kraft getretene Gesetz hat bisher keine Wirkung entfaltet und dies ist auch nicht zu erwarten

Vor Ort waren neben den Betroffenen mehrere TV-Teams. Zazie Knepper als Mit-Initiatorin des Offenen Briefes und Franziska Spatz gaben Interviews. Unsere Aktion war unter dem Hashtag **#WirWollenLeben** kurzzeitig sogar in den Trends der sozialen Medien.

Politik zögert und windet sich

Anschließend wurden die InitiatorInnen der Aktion (Zazie Knepper, Anne Scheidler, Mario Rosa-Bian) und Franziska Spatz zu einem Gespräch ins Ministerium gebeten. Es war einerseits erfreulich, dass der Austausch eine knappe Stunde dauerte und dass wir in der Sache bei Frau Siepmann die berühmten „offenen Türen“ einrannten. Andererseits erklärte sie uns, dass Minister Lauterbach keine Initiative zu einer Gesetzesänderung in Richtung Widerspruchsregelung (WSR) ergreifen wird. Dies wurde damit begründet, dass das Thema Organspende eine ethische Problemstellung sei, bei der die Mitglieder des Bundestages nur ihrem Gewissen verpflichtet seien. Die Initiative für eine Neuauflage müsse aus dem Parlament heraus von einzelnen Abgeordneten ergriffen werden.

Wir haben sowohl den vermeintlichen ethischen Charakter einer solchen Debatte in Frage gestellt als auch das Ausbleiben einer

durch Minister Lauterbach angestoßenen Initiative kritisiert. Wir brachten deutlich zum Ausdruck, dass wir vom Minister in dieser Frage politische Führung und Verantwortung erwarten. Im Kern geht es bei der WSR doch um die Frage: „Kann man den Bürger:innen zumuten, ihren Widerspruch einzulegen, wenn sie im Falle ihres Hirntodes (betrifft weniger als 1 Promille der in Deutschland Versterbenden) keine Organspender werden wollen?“ Aus unserer Sicht lautet die Antwort klar: JA.

Pandemie zeigt, dass Gestaltung möglich ist

Bezogen auf die angeblich eingeschränkte Gestaltungsmöglichkeit durch den Minister haben wir darauf hingewiesen, dass in der Covid-19-Pandemie auch verantwortliche Minister Gesetze, Regelungen und Gebote initiiert haben - immer mit der Begründung, die Bevölkerung vor Leid und Tod zu schützen. Auch bei der WSR geht es genau darum! Wir haben klar gemacht, dass wir nicht hinnehmen, dass Deutschland sich in dieser Frage weiterhin isoliert: In 29 Ländern Europas gilt die WSR. In all diesen Ländern sind die Organspendezahlen höher als in Deutschland.

Frau Siepmann legte uns nahe, den Offenen Brief als Petition in den Deutschen Bundestag einzureichen. Dies ist durch eine einzelne Person möglich. Würden wir für die Petition 50.000 Unterschriften gewinnen, müsste diese öffentlich im Ausschuss behandelt werden. Darüber hinaus berichtete Frau Siepmann, dass der Bundestag demnächst möglicherweise Erleichterungen im Bereich der Überkreuz- und Kettenspende beschließen wird.

Der Artikel erschien erstmals am 3. März 2023 auf der Internetseite des Diatra-Verlags. Wir drucken Text und Bilder mit freundlicher Genehmigung des Verlags und des Autors ab.

IGN Teilnahme beim Motorrad Saisonauftakt „Anlassen“

02.04.2023 Nürburgring; Mit der Teilnahme am traditionellen „Motorrad Event Anlassen“ vertraten Alfons Steffens, Joachim Moll und Toni Heck die Positionen der Interessengemeinschaft Niere Rhein-Ahr-Eifel e.V.

Unser Stand am Fahrerlager war bei den ungünstigen Witterungsbedingungen nur mäßig besucht. Dennoch konnten wir auf das sensible Thema Organspende und Nierenersatztherapie aufmerksam machen und einige Interessierte zu der Thematik beraten.

Die Biker Freunde Ellen und Micha Steffes äußerten sich ihrerseits so dazu: „Gerade als Motorradfahrer und Christen, finden wir es gut, dass es Menschen gibt, die freiwillig der Organspende zustimmen und so Menschenleben z. B. in Unfallsituationen gerettet werden können. Es darf nur kein Missbrauch damit betrieben werden. Es ist toll, dass man heut-

zutage medizinisch so viel erreichen kann, um Menschenleben zu retten. Dabei ist auch die Organspende sehr wichtig.“

Toni Heck



IGN KEVELAER SEMINAR 2023

Auszeit am Niederrhein

Das traditionelle Kvelaer Seminar wurde vom 14.–16. April 2023 im Priesterhaus der Kath. Pfarr- und Wallfahrtsgemeinde St. Marien durchgeführt. Das Priesterhaus, eine ehemalige Klosteranlage und jetziges spirituelle Zentrum, bot mit seinen Tagungsmöglichkeiten, der Unterbringung, Kost- und Verpflegung sowie dem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis beste Voraussetzungen für unser Projektage.

Und so machten sich die zehn IGN Freunde um Joachim Moll und Alfons Steffens auf den Weg, voller Freude und Erwartung auf das bevorstehende kleine Abenteuer. Unser Seminarthema, hier der „Umgang mit meinen Stärken und Schwächen“, wurde von Joachim Moll als Moderator und Seminarleiter abgehalten. Dazu fanden sich alle Gruppenteilnehmer*Innen im Karl-Leisner-Saal ein und nahmen im Stuhlkreis Platz.



Nach einer herzlichen Begrüßung fand eine kurze Vorstellungsrunde statt. Dazu konnte sich im Vorfeld jede Person eine Motto-Karte aussuchen und diese offen deuten. Auf diese Weise fand ein fließender Übergang zu unserem Seminarthema statt. Persönliche „Stärken und Schwächen“ spiegeln unser menschliches Sein im Denken,

in Gefühlen und Emotionen, im Verhalten und Handeln zueinander, miteinander und gegeneinander, verbal wie non verbal. Eine schwere Erkrankung, der Verlust einer wichtigen Bezugsperson, Einsamkeit und Rückzug sowie soziale Stigmata stellen eine zusätzliche Belastung und Prüfung dar. Bei Konflikten und Streitigkeiten kommen individuelle Problemlösungsstrategien sowie eine dementsprechende Streitkultur zum Tragen. Die Teilnehmer*Innen spiegelten in ihren Fallbeispielen ihren individuellen Umgang damit. Es wurde zugehört und diskutiert, gemeinsame wie auch kontroverse Standpunkte wurden offenbart sowie erörtert. Zwei Arbeitsgruppen definierten schließlich auf Flipcharts ihre Beispiele zu „Stärken und Schwächen“ und trugen diese vor. Zur weiteren Vertiefung gab es noch Seminarunterlagen, u.a. von Friedemann Schulz von Thun. In der Abschlußrunde äußerten sich die Gruppenmitglieder sehr zufrieden zu dem Angebot, ihrer Teilnahme und der Ausrichtung durch Joachim Moll.

Vor allem die sozialen Bindungen wurden in der Gruppengemeinschaft gestärkt und vertieft.

Toni Heck



Verwirrende Zeiten brauchen klare Finanzen.

Behalten Sie Ihre finanziellen
Ziele im Blick. Wir unterstützen
Sie dabei.



Mehr auf
[sparkasse.de/mehr-als-geld](https://www.sparkasse.de/mehr-als-geld)

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
Ahrweiler

MANNHEIM

Besuch der Bundesgartenschau

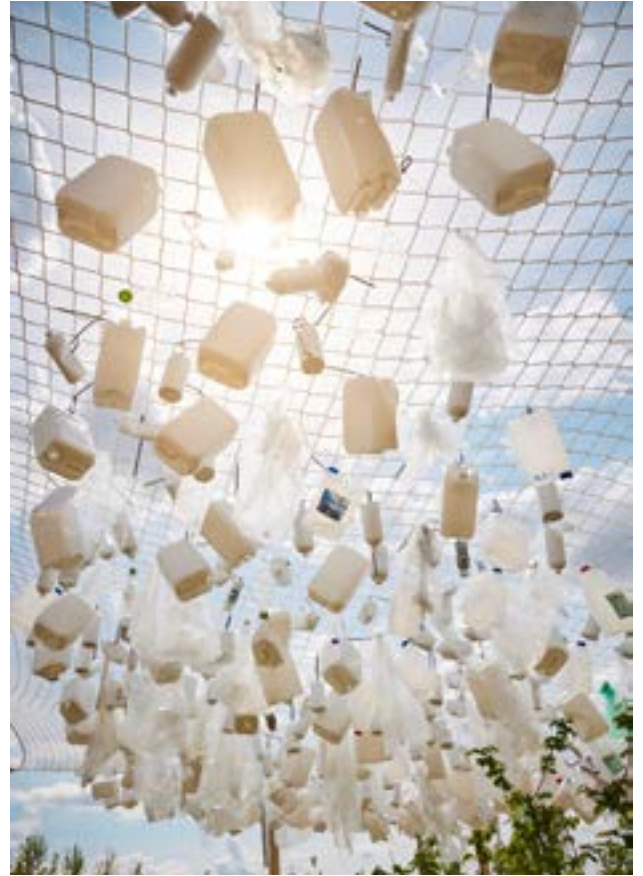
Der Verein „Schönes Immendorf“ organisierte mit ihrer 1. Vorsitzenden Elfriede Böhm den Besuch der innovativen, wie auch visionären BUGA 2023 in Mannheim. Gerne folgten die Mitglieder und Freunde der IGN Rhein-Ahr-Eifel e.V. der Einladung zur Mitfahrt.

Und so steuerte Joachim Moll den vollbesetzten Bus sicher über die Hunsrückhöhen und der Pfalz zur Rhein-Neckar Metropole Mannheim. Die spektakuläre Gartenschau besticht durch ihre beiden Grünoasen Luisenpark und Spinelli-Park, die eine weitere Attraktion, eine zwei km lange Gondelseilbahn verbindet. Der Luisenpark, mit seinen alten Baumbeständen und botanischen Exoten, Sträuchern und Stauden im teils hügeligen Gelände um den Kutzenweiher, seinen Teichanlagen und weitläufigen Rasenflächen lädt ein zum Verweilen und Relaxen. So auch die vielen Themengärten, das Südamerikahaus, die Pinguinanlagen, sowie das chinesische Teehaus mit seinem unbeschreiblichen Koiteich. Und über allem thronen die Storchpaare mit ihrem Nachwuchs.

Dagegen ist der neu angelegte Spinelli-Park ein großer Kontrast mit der großartigen U-Halle, so genannt wegen ihrer u-förmigen Bauform - dem Panoramasteg am Augewässer sowie den Experimentierfeldern Klima, Umwelt, Energie und Nahrungssicherung und die SDG-Gärten mit ihren 17 Experimentiergärten.

SDG steht für sustainable development goals, also für nachhaltige Entwicklungsziele. Der Klimapark mit seinen Zukunftsbäumen demonstriert eine nachhaltige, zukunfts-orientierte und experimentelle grüne Welt. Wobei die Blumen in ihrer Blütenpracht allgegenwärtig verzaubern, ja, mit einem unbeschreiblichen Duft betören. In den kurzen Stunden unseres Aufenthalts konnten wir nur Teilbereiche der riesigen BUGA Anlagen mit unseren Sinnen sichten und kosten. Jedoch war es für alle Gruppenmitglieder ein Erlebnis der besonderen Art, wobei uns die Natur mit ihrer wundersamen Artenvielfalt unvergeßliche Momente schenkte.

Toni Heck



AUS DEM VEREIN

TAG DER ORGANSPENDE 2023

Immer wieder dran erinnern

Samstag, 3. Juni 2023, trafen sich in Bonn die Selbsthilfegruppen des Bonner Raums auf dem Münsterplatz - deutlich mehr Pavillons als im Vorjahr waren auf dem Münsterplatz aufgebaut. Wir von der Interessengemeinschaft Niere Rhein-Ahr-Eifel hatten uns auf die Organspende konzentriert, an die am ersten Samstag im Juni alljährlich erinnert wird.

Tatsächlich wurden auch viele Organspendeausweise nachgefragt, oft als Ersatz für unleserlich gewordene Exemplare und - interessant - von Paaren, um die Partnerin oder den Partner mit dem Plastikkärtchen auszustatten.

Meinhart Rick



Von links nach rechts: Wolfgang Kanzler, Wolfgang Dorp, Gabi Fritz, Meinhart Rick



genossenschaftlich

*gemeinsam
stark*

Gemeinsam für die Zukunft. Jetzt Mitglied werden!

transparent


regional

lokal

Einfach den QR-Code scannen
und Mitglied werden!



Wir sind der starke Partner an Ihrer Seite.

-  02226 919-0
-  rb-voreifel.de
-  facebook.de/rb-voreifel
-  instagram.com/rbvoreifel



Raiffeisenbank
Voreifel eG 

Gemeinsam. Einfach. Besser.

Was der Vorstand so macht...

Mitgliederversammlung, unser „Journal“, Ausflüge, Aktionen, Frühstücke und nicht zuletzt die Vorstandssitzungen, bei denen Aktivitäten vorbereitet, Termine geplant und weitere Aufgaben verteilt werden – das kommt unmittelbar bei unseren Mitgliedern an.

Dazu kommt zum Beispiel noch die Mitarbeit in übergeordneten Gremien: Da ist die äußerst aktive Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen Rheinland-Pfalz e.V., kurz LAG Mainz. Die LAG versorgt uns nicht nur mit wöchentlichen Informationen und Terminen, sie arbeitet auch an Projekten – zur Zeit beteiligen wir uns in einer Arbeitsgruppe an dem Projekt „barrierefreie Konferenzsoftware“.

Inzwischen entwickelt eine Softwarefirma ein Programm nach den Vorgaben der Arbeitsgruppe, das wir dann testen werden.

Auf örtlicher Ebene sorgen die Selbsthilfekontaktstellen für den Austausch unter den Selbsthilfegruppen und koordinieren gemeinsame Aktionen.

Ganz wichtig: Alljährlich finden Seminare zur Fördermittelbeantragung statt – auch wenn wir in vielem ein große Routine haben, fallen immer wieder nützliche Informationen für uns ab.

Für unseren Einzugsbereich im nördlichen Rheinland-Pfalz ist das die Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe – kurz WEKISS – in Westerburg.

Für den Teil unseres Einzugsgebiets im südlichen Nordrhein-Westfalen ist das die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn, kurz SEKIS.

Außerdem sind wir Mitglied der Behindertengemeinschaft Bonn, die mit ihren Mitgliedsvereinen die Stellung der Behindertenbeauftragten in Bonn wahrnimmt.

Unser Bundesverband Niere e.V. ist für uns ein Dienstleister, der uns auf Bundesebene eine Stimme gibt, indem er zum Beispiel die uns betreffenden Gesetzgebungsverfahren kommentiert.

Allerdings hat der Bundesverband sich noch nicht in der Deutlichkeit für die Widerspruchslösung bei der Organentnahme eingesetzt, die wir uns wünschen.

Daneben bietet der Bundesverband unterstützenden Service für die Mitgliedsvereine sowie seine Zeitschrift „Nierenpatient:in“.

Meinhart Rick

Patientenbegleiterinnen und Patientenbegleiter

Patientenbegleiterinnen und Patientenbegleiter sind chronisch nierenkranke Menschen und deren Angehörige, die ihre Mitpatienten ehrenamtlich bei der Krankheitsbewältigung und bei Fragen zum Sozialrecht unterstützen. Besonders am Beginn der Erkrankung oder in Krisenzeiten tauchen viele Fragen und Unsicherheiten auf, hier kann die Erfahrung langjähriger Patienten eine wichtige Hilfe sein. Und oft braucht es einfach ein offenes Ohr, um über die eigenen Sorgen, Ängste und Hoffnungen sprechen zu können.

Unsere Patientenbegleiterinnen und Patientenbegleiter in der Interessengemeinschaft Niere stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite:



Meinhart Rick

Jahrgang 1944, wohnt in Bonn, Dialyse seit 2004, 2010 transplantiert, die Spenderniere hielt nur ein halbes Jahr, Patientenbegleiter seit 2014. Sie erreichen ihn telefonisch unter 0179 5955667.



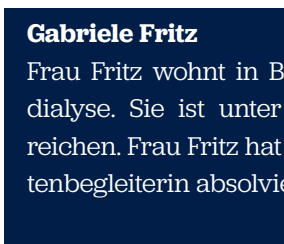
Wolfgang Dorp

Wolfgang Dorp, Jahrgang 1950, wohnt in Troisdorf. Er war von 2010 bis 2015 Dialysepatient. Im Juni 2015 dann die Transplantation einer Spenderniere. 2016 Ausbildung zum Patientenbegleiter. Er ist unter der Mobilnummer 0176-14371047 zu erreichen.



Elisabeth Waldorf

Frau Waldorf wohnt in Reudelsterz und ist Dialysepatientin in der Dialysepraxis in Mayen. Sie ist unter der Mobilnummer 0171 9162011 zu erreichen. Elisabeth Waldorf hat 2022 erfolgreich die Ausbildung zur Patientenbegleiterin absolviert.



Gabriele Fritz

Frau Fritz wohnt in Bonn und ist Dialysepatientin mit Bauchfell-dialyse. Sie ist unter der Mobilnummer 0151 74514405 zu erreichen. Frau Fritz hat 2022 erfolgreich die Ausbildung zur Patientenbegleiterin absolviert.



IGN Mitglieder- sammlung 2023

06.05.2023 Bad Breisig; Im Rheinhotel zur Mühle fand unsere diesjährige Mitgliederversammlung statt. Das herrlich gelegene Anwesen direkt an der Rheinuferpromenade, hier mit seinem stilvollen Ambiente sowie einem ausgezeichneten Service, gewährte ideale Voraussetzungen dazu.

Gerne begrüßte das gesamte Vorstandsgremium, unser 1. Vorsitzender Meinhart Rick sowie die beiden zweiten Vorsitzenden Alfons Steffens und Joachim Moll, die 30 anwesenden Mitglieder, Förderer und Freunde zum satzungsgemäßen Tätigkeits- und Jahresrückblick 2022. Anhand der vorliegenden Tagesordnung führte nun Meinhart durch das anstehende Programm.

In einer „Schweigeminute zum Gedenken unserer Verstorbenen“ wurde im Rückblick, im bewussten Erinnern, den vielen ehemaligen Weggefährten der Selbsthilfegemeinschaft, mit Dank und Anerkennung gedacht. Zu seinem Tätigkeitsbericht 2022 erörterte unser Schriftführer Toni Heck das umfangreich geleistete IGN Aktivprogramm. Bezugnehmend auf die vielen Aktivitäten, wie die Spendenprogramme an die Kinderdialysen Bonn, Leipzig sowie der Ukraine Nierenhilfe, präsentierte Gabriele Fritz ihren Jahreskassenbericht. Unsere Kassenwartin erläuterte detailliert zum Jahreshaushalt 2022 alle Kto. Stände und Buchungen, Einnahmen und Ausgaben, bewilligte Fördermittel etc. Hans Friedhofen und Eberhard von Houwald attestierten Gabriele Fritz einen beanstandungslosen Kassenprüfbericht. Die darauffolgende Entlastung des Vorstandes erfolgte einstimmig.

Zur Tagesordnungspunkt Aussprache gab es keine Meldungen.

Den Höhepunkt der Zusammenkunft bildeten nun die Ehrungen der JubilarInnen. In seiner Laudatio dankte Meinhart Rick im Namen des Vorstandes allen Gefeierten für ihre langjährige Treue, Zugehörigkeit wie auch ehrenamtliche Tätigkeiten. Für seine 20-jährige Mitgliedschaft erhielt Alfons Steffens die bronzene Anstecknadel. Irene und Heinz-Gerd Reuber zum 30-jährigen Jubiläum die Silberne, und Helmut Pauly für 35 Jahre Zugehörigkeit die goldene Anstecknadel. Eine Urkunde sowie ein kleines Präsent wurden ebenfalls überreicht. Die JubilarInnen Andrea Stumpf (25 Jahre), Ursula Kaiser, Gertrud Nauenheim und Raimund Weimer (alle 30 Jahre) sowie Margot Hönighausen, Eleonore Kaltz und Irmhild Pauly (alle 35 Jahre) waren leider verhindert. Gitta Gemein war als Gründungsmitglied mit 39-jähriger Mitgliedschaft sozusagen unser Ehrengast. Bei Kaffee und Kuchen fand ein freudiges, harmonisches und stimmungsvolles Treffen unter Freunden seinen Ausklang.

Toni Heck





Geburtstage, Jubiläen und Trauerfälle

WIR GRATULIEREN UNSEREN GEBURTSTAGSKINDERN:

Traute Kiesow	*04.05.	Cläre Bleffert	*03.08.
Eva Renz	*04.05.	Gabriele Ritter	*06.08.
Margot Hönighausen	*06.05.	Elke Friedhofen	*07.08.
Stephan Kirwald	*09.05.	Ralf Prestel	*09.08.
Gertrud Schmidt	*13.05.	Manfred Schäfer	*13.08.
Werner Steffens	*14.05.	Maria-Magdalena Wirtz	*14.08.
Wolfgang Dorp	*16.05.	Hans Walter Bender	*16.08.
Dagmar Christoph	*17.05.	Joachim Moll	*16.08.
Margarete Weinberg	*17.05.	Barbara König	*25.08.
Dr. Thomas Gerhardt.	*19.05.	Rolf-Dieter Jensen	*31.08.
Uwe Hamacher	*19.05.		
Djendje Fric	*22.05.		
Wolfgang Meier	*22.05.		
Karl Josef Wild	*24.05.		
Jürgen Müller	*25.05.		
Martin Renz	*27.05.		
Heinz-Willy Irmer	*01.06.		
Gitta Gemein	*13.06.		
Elisabeth Rick	*19.06.		
Hiltrud Schäfer	*20.06.		
Anneliese Sudoma	*20.06.		
Dr. Thomas Ackermann	*23.06.		
Gabriele Petersen	*26.06.		
Marlies Bellgardt	*27.06.		
Ernst Katein	*30.06.		
Klaus Jungbluth	*07.07.		
Siegfried Marhofer	*09.07.		
Andrea Stumph	*15.07.		
Dr. Frank Gohlke	*17.07.		
Susanne Kunkel	*18.07.		
Anne-Rose Schull	*21.07.		
Marianne von Haltern	*23.07.		
Marlies Knief	*24.07.		
Dr. Manfred Grieger	*25.07.		
Karlheinz Kreuzberg	*26.07.		

WIR TRAUERN UM

Raimund Weimer
Karin Böhme
Josef Kaspers

Ankündigungen

Sonntag, 30. Juli 2023, ab 11.00 Uhr, Sommerfest der IG Niere Rhein-Ahr-Eifel e.V. in Brohl für unsere Mitglieder

Sonntag, 22. Oktober 2023, 10.30 Uhr, Sozialrechtliche Aspekte nephrologischer Erkrankungen, mit Nicole Scherhag im Auftrag des Bundesverband Niere e.V., in der Ahrtaljugendherberge in Bad Neuenahr-Ahrweiler

Wir freuen
uns auf
Ihren
Besuch!

#homeiswheretheahris

Ein
STÜCKCHEN
Heimat
IST ZURÜCK

MOSES AG

HAUPTSTRASSE 83 | 53474 BAD NEUENAHN-AHRWEILER | 02641 / 75640

WWW.MOSES.AG



SCAN ME

moses

mode service sympathie

Wir waren beim Rhein-land-Pfalz-Tag, 16. bis 18. Juni 2023 in Bad Ems

Ein ausführlicher Bericht folgt im nächsten Journal.



Ministerpräsidentin Malu Dreyer an unserem Stand



Dr. Georg Bätzing, Vorsitzender der deutschen Bischofskonferenz, besucht unseren Stand



Wir empfehlen:

Bitte, schauen Sie sich **unsere Internetseite** an:

www.ign-rhein-ahr-eifel.de

Sie finden hier die aktuellen Informationen zu unseren Terminen und Wissenswertes über unsere Aktivitäten.

Empfehlenswert für alle Fragen: Das **Nierentelefon des Bundesverband Niere**, 0800 2484848, mittwochs 16.00 - 18.00 Uhr

Wenn es um Fragen zu **Arbeit und Sozialrecht** geht, stehen jede Menge Informationen in der „Schatzkiste Sozialrecht“ des Bundesverband Niere: <https://www.sozialrecht-nierenpatienten.online/>

und schließlich ein **Wegweiser für die zahlreichen Informationen** im Netz: www.nieren-navi.de



Holen Sie sich Gesundheit in Ihrer
Hirsch-Apotheke von 1836

Andreas Windscheif
Biergasse 1 · 53498 Bad Breisig
Tel. (0 26 33) 93 69



AUS DEM VEREIN

Spenden an die IGN

Die Interessengemeinschaft Niere unterstützt seit vielen Jahren die **Kinderdialysen** in Leipzig und Bonn. Kinder und Jugendliche leiden besonders an der Dialyse und den Folgen der Nierenerkrankung.

Wenn Sie den Kindern und Jugendlichen der beiden o.g. Dialysen helfen möchten, würden wir uns über eine **Spende** auf folgendes Konto freuen:

Kreissparkasse Ahrweiler
IBAN DE02 5775 1310 0000 3818 06

Spendenbescheinigungen werden ab 100 Euro ausgestellt, ansonsten gilt der Überweisungsbeleg für die Steuer.



RAUS INS FREIE. DRAUSSEN GENIESSEN. IHR PLATZ FÜR GENUSS MIT PANORAMABLICK.

Schloss Burgbrohl GmbH | 56659 Burgbrohl | Auf der Burg 1 | Tel.: 02636 800140 | info@schloss-burgbrohl.de | [schloss-burgbrohl.de](https://www.schloss-burgbrohl.de)

AUFNAHMEANTRAG

Treten Sie der Interessengemeinschaft Niere (IGN) bei:

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Geburtsdatum _____

Telefon/Mobil _____

E-Mail _____

Ich/Wir trete(n) der Interessengemeinschaft Niere Rhein-Ahr-Eifel e. V. (IGN) bei

Ort, Datum

Unterschrift

Mitgliedsbeitrag: 36 Euro jährlich Einzelmitgliedschaft, plus 12 Euro jährlich für jedes weitere Familienmitglied (Partnerin, Partner, erwachsene Kinder), Jährliche Zahlung

Auf Anfrage Ermäßigung für Mitglieder, die den o.g. Mitgliedsbeitrag nicht aufbringen können. Im Mitgliedsbeitrag enthalten sind das IGN-Journal und die Zeitschrift "Der Nierenpatient".

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den IGN e. V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der IGN e. V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name Bank _____

IBAN _____

BIC _____

Ort, Datum

Unterschrift

Datenschutzerklärung

Mir ist bekannt, dass die mich betreffenden Daten im IGN e. V. erhoben, gespeichert und verarbeitet werden, soweit sie für das Mitgliedschaftsverhältnis, die Betreuung und der Verwaltung der Mitglieder und die Verfolgung der Vereinsziele erforderlich sind.

Ort, Datum

Unterschrift

Meine Calciumquelle.



Steinsieker Heilwasser

- Calciumreich
- Zur Unterstützung bei Osteoporose
- Sanftes Naturheilmittel



Besonders
reich an
natürlichem
Calcium
Über
620 mg/l

Mit
einem
Hauch
Kohlen-
säure



- Über 620 mg/l Calcium – eines der calciumreichsten Mineralwässer Europas
- Bereits 2 Flaschen decken den Tagesbedarf an Calcium
- DIE Calciumquelle bei veganer Ernährung und Laktoseintoleranz
- Entspringt als artesische Quelle
- Reich an natürlicher Kieselsäure
- Wenig Natrium

Steinsieker Heilwasser Anwendungsgebiete: Zur Calciumzufuhr bei Calciummangel und erhöhtem Calciumbedarf, unterstützend auch bei Osteoporose. Zur unterstützenden Behandlung von Harnwegsinfekten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand der Information: September 2019. Brohler Mineral- und Heilbrunnen GmbH, Brunnenbetrieb Steinsiek, 56654 Brohl