

PH-Newsletter

Frühjahr 2018 Ausgabe 30



Wir feiern unsere 30. Ausgabe!

Frühe Diagnose • Beste Therapie • Lebensqualität • Heilung

PH  **AUSTRIA** *für Patienten*
INITIATIVE LUNGENHOCHDRUCK

www.phaustria.org

Wilhelmstraße 19 • 1120 Wien • info@phaustria.org • +43 1 4023725

INHALT

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Besonders stolz sind wir, uns in diesem Jahr mit einer Jubiläumsausgabe zurück zu melden. Bereits zum 30. Mal dürfen wir Ihnen einen Newsletter, vollgepackt mit interessanten Neuigkeiten, zusenden.

Wir haben in den vergangenen Jahren versucht Gutes zu tun, denn dazu braucht's keiner Überlegung, zu diesem Schluss ist auch schon Johann Wolfgang von Goethe gekommen. Denn jeder von uns ist froh in schwierigen Situationen eine helfende Hand gereicht zu bekommen.

Selbstverständlich werden wir auch heuer wieder unsere Serviceleistungen für Betroffene fortführen, wir werden nicht zögern und immer für Sie da sein. Es erwartet Sie heuer wieder ein abwechslungsreiches und spannendes Programm. Mit diesen Projekten gehen wir gemeinsam ins Jahr 2018. Wir entführen Sie in die Welt des Zoos in den Wiener Tiergarten Schönbrunn, zu unserem Zoolauf, der schon zum 7. Mal ausgetragen wird, im Wiener Prater hat der Ghostrun schon einen fixen Platz eingenommen. Selbstverständlich vergessen wir nicht auf unsere Infotage und Plaudermeetings.

Wie in unserer Herbst/Winter Ausgabe 2017 berichtet, führen wir das PH Nurse Forum auf nationaler Ebene weiter. Zum 1. Mal werden PH - Krankenschwestern, Study – Nurses, Ärzte, Psychologen, Vertreter des Sozialwesens und das Team von PH - Austria gemeinsam über die Möglichkeiten einer Zusammenarbeit in Österreich diskutieren. Ziel ist es, den Betroffenen eine optimale Versorgung in allen Lebensbereichen anbieten zu können.

Sie sehen, es erwartet uns wieder ein interessantes, sogleich aber abenteuerreiches Jahr 2018!

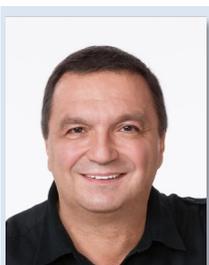
Ihr Lungenhochdruckteam

Waisenpension – Was muss man wissen	Seite 3
Forschung im LBI Graz	Seiten 4 – 5
Sabine aus NÖ erzählt ihre Geschichte	Seiten 6 – 7
Infotag in Wien – ein voller Erfolg	Seiten 8 – 9
Die Veränderung unserer Newsletter	Seite 10
Gerry bei Black Pearl Gala in Brüssel	Seite 11
In die Stressfalle tappen?	Seite 13
REHA in Münster	Seiten 14 – 15
Wollen Sie verreisen?	Seiten 16 – 17
Essen einmal anders?	Seite 18
Kräuter die den Haarwuchs unterstützen	Seite 22

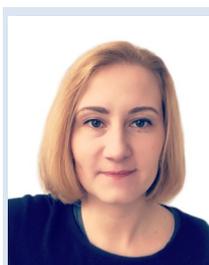
Schauen sie auf
unserer Homepage vorbei.



Eva
0664/28 808 88



Gerry
0664/22 888 88



Monika
0650/69 322 47

Impressum

Herausgeber:
PH AUSTRIA - Initiative Lungenhochdruck
Wilhelmstraße 19
1120 Wien
Tel-Nr.: +43 1/402 37 25
info@phaustria.org
eva@phaustria.org
gerry@phaustria.org
monika@phaustria.org

Waisenpension

Wer hat Anspruch – wie bekommt man sie

Die Waisenpension ist eine Leistung, die den hinterbliebenen Kindern nach dem Tod eines versicherten Elternteiles eine soziale Absicherung garantiert.

Die Rechtsgrundlage unterliegt § 361 des Allgemeinen Sozialversicherungsgesetzes.

Als zuständige Stelle gilt jener Versicherungsträger, bei dem die Versicherte oder der Versicherte in den letzten 15 Jahren überwiegend versichert war, z.B. SVA, GKK oder PVA.

Ein Anspruch auf eine Waisenpension besteht grundsätzlich ab dem Tod des/der Versicherten bis zum 18. Geburtstag des Kindes.

Unter besonderen Voraussetzungen gebührt die Waisenpension auch nach dem 18. Lebensjahr hinaus:

- Bei einer Schul – oder Berufsausbildung bis zum Alter von 27 Jahren

- Bei einer vorliegenden Erwerbsunfähigkeit des Kindes kann die Waisenpension unbefristet bezogen werden.

 - Das Gebrechen muss allerdings durch medizinische Befunde belegt sein.

- Bei Ausübung einer Tätigkeit nach dem Freiwilligengesetz, z.B. Mutterschutz, freiwilliges Sozialjahr.



Berechnungsbasis

Basis für die Berechnung ist immer eine 60 %ige Witwer-pension, unabhängig in welcher Höhe diese anfällt.
Bei Tod eines Elternteils: 40 %,
bei Tod beider Elternteile: 60 %.

Achtung!!

Von der Waisenpension wird trotz Krankenversicherungsschutz kein Krankenversicherungsbeitrag abgezogen!
Die Auszahlung erfolgt monatlich im Nachhinein, jeweils am 1. des Folgemonats. Im April und im Oktober wird die Pension in doppelter Höhe angewiesen.

Erforderliche Unterlagen

Der Antrag wird mittels Formular gestellt, das man vom jeweiligen Versicherungsträger erhält oder unter www.help.gv.at/Formulare - Waisenpension herunterladen kann.

Entweder Waisenpension Antrag **bis** 18. LJ oder Waisenpension Antrag **ab** 18. LJ



Ludwig Boltzmann Institut Graz Ein weltweit führendes Kompetenzzentrum für Lungengefäßforschung



PD Dr. Gracyna Kwapiszewska -
Marsh

Das Ludwig Boltzmann Institut (LBI) für Lungengefäßforschung arbeitet an der Prävention, Diagnose und Therapie von Lungenhochdruck.

Im Jahr 2010 wurde das Institut von der Ludwig Boltzmann Gesellschaft gegründet. Die wichtigsten Partner sind bis heute die Medizinische Universität Graz und die Bayer AG. Mittlerweile ist das Institut eines der weltweit führenden Kompetenzzentren für Lungenhochdruck. Insgesamt arbeiten 30 WissenschaftlerInnen aus zwölf verschiedenen Ländern am Institut, allesamt Spezialisten auf ihrem Fachgebiet, der molekularen und zellulären Grundlagen, der Krankheitsmodelle, der klinischen Wissenschaft und der professionellen Krankenversorgung. Die Koordination liegt in der Hand von PD Dr. Gracyna Kwapiszewska mit Unterstützung durch Prof. Dr. Horst Olschewski, dem Leiter der klinischen Abteilung für Lungenkrankheiten.



Unter der Leitung von PD Dr. Gracyna Kwapiszewska und ihrem Team arbeitet die molekulare Gruppe an zellulären und subzellulären Signalwegen, die den Lungengefäßkrankheiten und den chronischen Lungenkrankheiten zu Grunde liegen. Hier werden einerseits akute Mechanismen untersucht, wie die Veränderungen des Gefäßtonus durch Ionenkanäle der glatten Muskelzellen und andererseits der längerfristige Umbau der Lungenstruktur. Immer wird nach Möglichkeiten zur Umkehr der Krankheitsvorgänge gesucht.

Am LBI sind drei Forschungsgruppen eingerichtet. Der klinische Gruppenleiter, PD Dr. Gabor Kovacs und sein Team beschäftigen sich mit der Entwicklung von neuen nicht-invasiven Techniken zur Früherkennung und -diagnostik der Lungengefäßkrankheiten. Eine besondere Bedeutung haben dabei die bildgebenden Verfahren, basierend auf CT und MRI. Zusätzlich sucht die klinische Gruppe zusammen mit den anderen Gruppen nach neuen Biomarkern, die es ermöglichen, anhand einer einfachen Blutanalyse die Krankheit zu erkennen oder ihre Prognose genauer vorherzusagen.





In krankhaft veränderten Gefäßen befinden sich besonders viele Kollagenfasern und andere Matrix Proteine, die erheblich zur Versteifung der Gefäße beitragen. Abbauprodukte dieser Proteine können auch im Blut nachgewiesen werden und als Biomarker dienen. Ein besseres Verständnis der Entstehung von Lungenerkrankungen kann zur Entwicklung neuer Therapien und Biomarker führen und die bestehenden Therapien verbessern. Im Rahmen der translationalen Plattform, die von Dr. Leigh Marsh geleitet wird, werden neue Signalwege aus der molekularen Gruppe in spezifischen transgenen Modellen untersucht. Die Analyse in solchen Modellen ist von großer Wichtigkeit, da diese viele Eigenschaften der humanen Erkrankung haben und vielfach Aufschluss über das therapeutische Potential neuer Substanzen geben. Schließlich werden von der klinischen Gruppe auch Testungen neuer Substanzen am Menschen durchgeführt, wenn alle Voraussetzungen für eine hohe Sicherheit der Probanden vorliegen (sogenannte proof of concept Studien).

Insgesamt vereinigt das LBI eine umfangreiche Expertise aus verschiedensten Fachgebieten unter einem Dach - mit dem einen Ziel, Patienten mit Lungenhochdruck zu einem normalen Leben zu verhelfen.



PD Dr. Grazyna Kwapiszewska-Marsh
 Institutsleiterin am Ludwig Boltzmann Institut für
 Lungengefäßforschung
 © LBI LVR/Mirja Kanizaj

Vor der Gründung des LBI wurde das gemeinsame Forschungslabor von Profs. Andrea und Horst Olschewski großzügig durch den Lungenkinder Forschungsverein unterstützt.

28. Februar – Tag der Seltenen Krankheiten

Bereits zum 11. Mal fand heuer wieder in mehr als 80 Länder weltweit der Tag der Seltenen Krankheiten oder Rare Disease Day statt.



Am 3. März gab es aus diesem Grund im Wiener Museumsquartier viele Infos und ein tolles Unterhaltungsprogramm unter dem Motto: **"Show your rare, show you care"!**

Herzstück der Veranstaltung war erneut das Zusammenkommen, Austauschen und Vernetzen für Interessierte, die sich bei zahlreichen Messeständen Informationen einholen konnten.



Sabines Geschichte

Ich bin Sabine Haydn und 47 Jahre alt.

Nur eine Medikamentenallergie?

Meine Geschichte beginnt eigentlich positiv. Mein Mann und ich hatten uns entschlossen nochmals ein Haus zu bauen. Also starteten wir im März 2013 mit unserem Vorhaben. Nachdem uns das Wetter nicht so hold war, zog ich mir eine Bronchitis zu und bekam bei der kleinsten Anstrengung kaum noch Luft. Als ich dann auch noch in kürzester Zeit 4 kg Gewicht zunahm, besuchte ich meinen Hausarzt. Nach einer Überweisung ins Spital und einer Venenuntersuchung (Verdacht auf Thrombose) wurde mir eine Infusion zur Entwässerung verabreicht und ich ging übers Osterwochenende wieder nach Hause und zu meiner Baustelle. Da am Dienstag fast alles wieder in Ordnung schien, glaubten wir an eine Medikamentenallergie.



Gärtnerin

Nun doch ins Krankenhaus

Als ich 4 Wochen später immer noch Probleme mit der Luft hatte, nutzte ich die Möglichkeit eines bei uns Station machenden Lungen - Röntgenbusses. Nach 3 Wochen bekam ich die Nachricht, einen Lungenfacharzt und Internisten aufzusuchen (auffallender Schatten auf der Lunge). Der Lungenfacharzt kam zu keinem Ergebnis, der Internist hingegen verwies mich sofort nach Linz ins Krankenhaus der Elisabethinen (Rechtsherzvergrößerung).

Im Juni 2013 hatte ich also meinen ersten Termin bei Fr. OÄ. Dr. Regina Steringer - Mascherbauer. Die Diagnose war eindeutig - CTEPH (chronisch thromboembolische pulmonalerterielle Hypertonie). Nach einer Woche im AKH Wien zur Abklärung bei Fr. Prof. Dr. Irene Lang stand fest, dass keine Operation möglich war.



Sabine



Space-ige Hexe Sabine

Keine OP, dafür Dauermedikation

Wieder retour in Linz begannen wir im August 2013 mit der Medikation von Remodulin mittels einer subkutanen Pumpe (Dauernadel in die Bauchdecke). Nach jedem neu setzen der Nadel war arbeiten nur mit Schmerzpflaster und Schmerzmittel möglich. Im November wurde eine „Lenus Pro Pumpe“ implantiert und es begann wieder ein halbwegs normales Leben. Als erstes ein Vollbad – Hurra !!

Nachdem mein Beruf als Möbelverkäuferin immer anstrengender wurde, bekam ich im September 2014 eine befristete Arbeitsunfähigkeitspension, seit Okt.2016 bin ich fix in Pension.



Gelungenes Foto mit Sabine

Das erste Mal auf REHA

Kurz nach dem Tausch des Katheterschlauches von meiner Lenus Pro Pumpe, durfte ich im Mai 2015 das erste Mal auf Reha nach Münster/Tirol fahren. Dort lernte ich auf meinen Körper zu hören und Belastungen besser zu erkennen.

Weiters habe ich seitdem mein mobiles Sauerstoffgerät, welches ich bei einer fixen Station aufladen kann. So bin ich bei meinen Aktivitäten nicht eingeschränkt. Ich freue mich jedes Jahr wieder auf Reha fahren zu dürfen.



Radieschenernte

Wie oft denkst du an Lungenhochdruck ?

Vor kurzen hat man mir die Frage gestellt: „Wie oft denkst du an Lungenhochdruck?“ Meine Antwort war: täglich, mehrmals, ständig! Es fängt morgens an, beim Zähne putzen, Socken anziehen und duschen. Man ist das erste Mal außer Atem. Das nächste ist die Tagesplanung. Durch die Wassertabletten muss man öfters zur Toilette, oder benötige ich meine Sauerstoffflasche, wie teile ich meine Pausen ein ? usw. All das sind Dinge über die man früher nicht nachgedacht hatte.



Sabine am Infotag in Linz



Kroatienurlaub mit meinen Kindern

Man muss lernen sich helfen zu lassen

So erschreckend die Diagnose Lungenhochdruck am Anfang auch sein mag, wenn man sich ein bisschen bremst, kann man fast alles machen. Ich liebe es in meinem Garten zu arbeiten, habe wieder angefangen zu stricken und zu malen. Auch den Umzug in unser neues Haus, zum Glück barrierefrei, habe ich ohne größere Probleme gemeistert. Man muss nur lernen, sich helfen zu lassen.

Ich denke oft an den Beginn der Krankheit zurück und weiß jetzt, dass alles bereits viel früher angefangen hat als mit der Diagnose. Eine Wanderung, wo man außer Atem ist, eine Radtour, wo einem sogar die kleinen Kinder davon fahren; Beim Sport, wo man am Rand steht und nicht mehr mitkann (Judo, Damenturnen). Das alles sind Signale, die man erst später zuordnen kann.

Dass es mir jetzt wieder besser geht, verdanke ich den Ärzten und dem gesamten Team vom KH der Elisabethinen in Linz.

Außerdem genieße ich die Treffen des Vereins für Lungenhochdruck und die Gespräche mit Gleichgesinnten.

In diesem Sinne wünsche ich Euch alles Gute

Eure Sabine

Infotag Wien

- Ich war begeistert, wieviel Neues vorgetragen wurde,
- Ein interessanter, informativer Tag,
- Es war genug Zeit für Gespräche mit anderen Betroffenen
- Hochkarätige Vortragende
- Endlich konnte ich in Ruhe außerhalb des Klinikums mit meiner Ärztin sprechen
- Der Tag war perfekt geplant, ich habe mich richtig wohl gefühlt

Die Rede ist hier von unserem Infotag in Wien, der am 17. Februar stattgefunden hat.

Vorangegangene Schwierigkeiten waren vergessen. Leider mussten einige Vortragende wegen Krankheit absagen und Ersatz dringend gefunden werden. Frau Dr. Resch zog sich einen Kreuzbandriss zu, konnte deshalb ihren Vortrag ebenfalls nicht abhalten. Wir wünschen allen gute Besserung!

Zum Glück übernahm Frau Prof. Dr. Lang einen weiteren Vortrag. Wir möchten uns dafür ganz herzlich bei ihr bedanken! Zum einen sprach Frau Prof. Dr. Lang sehr ausführlich über die neuesten medizinischen Entwicklungen der Erkrankung Pulmonale Hypertension, zum anderen, in ihrem zweiten Vortrag, erklärte sie uns anhand eines Fallbeispiels wie wichtig es ist nicht nur einen Blutparameter zu bewerten, sondern dass die Gesamtheit der Blutbefunde erst aussagekräftig sind und zur Diagnose führen.

Frau Dr. Christina Binder schilderte uns sehr anschaulich worauf es bei einer Herzultraschall Untersuchung ankommt. Viele Bilder trugen zu einem besseren Verständnis bei.

Interessierte kamen aus Wien, NÖ, OÖ, Kärnten, der Steiermark, sogar aus Vorarlberg und Bayern.

Auch Vertreter der Industrie, wie Fa. Actelion, Fa. AOP Orphan und Fa. MSD waren gekommen, um an unserem Treffen teilzunehmen. An dieser Stelle ein ganz großes Dankeschön an unsere Sponsoren, ohne die all diese großartigen Treffen nicht stattfinden könnten.

Gutes, reichliches Essen und angeregte Gespräche rundeten diese gelungene Veranstaltung ab.

Zum ersten Mal seit es diese Patientenveranstaltungen gibt, wurden die Vorträge live übertragen! Man konnte diese auf Youtube und auf Facebook mitverfolgen. Hatten Sie nicht die Möglichkeit unseren Infotag zu besuchen, können Sie sich auch jetzt noch die Vorträge unter www.youtube.com/phaustria ansehen.



102 Personen besuchten dieses Treffen



Dr. Binder, Prof. Dr. Lang



RÜCKBLICK

Wenn kleine Ideen groß werden

Die Idee einen Newsletter herauszugeben hatte Gerry Fischer schon vor vielen Jahren. Doch bis zur ersten Ausgabe sollte noch einige Zeit verstreichen. Fragen, wie: Wer übernimmt die Kosten? Wie soll der Newsletter aussehen? Wie viele Seiten soll er haben? Worüber soll berichtet werden? mussten geklärt werden.

Wir haben für Sie die Entwicklung unseres Newsletters zusammen gestellt. Können Sie sich vielleicht noch an die 1. Ausgabe erinnern?

So hat es begonnen:



Das waren unsere Anfänge. Die erste Ausgabe bestand aus 2 Blatt Papier, die wir im Büro selbst ausgedruckt und zusammen geheftet haben.

So ging es weiter:



So entwickelte sich unser Newsletter weiter. Immer noch 4 Seiten, aber schon aus der Druckerei.

Eine weitere Entwicklung:



Im Winter 2013 hatte der Newsletter bereits 8, später 12 Seiten

Da stehen wir heute:



Nach reiflichen Überlegungen, vielen Stunden des Ausprobierens und Nachdenkens erhalten Sie nun immer noch gratis eine informative, interessante Zeitschrift nach Hause geschickt.

PHAEUROPE beste Patientenvereinigung Europas

Am 21. Februar wurde PHAEUROPE bei einer großen Gala im Hotel Plaza in Brüssel von Eurordis als beste Patientenvereinigung Europas ausgezeichnet.

Eurordis ist der Europäische Dachverband für seltene Krankheiten, von denen es über 6000 gibt. Es war eine sehr elegante und feierliche Veranstaltung, die durch die Anwesenheit der belgischen Prinzessin Astrid und der First Lady von Serbien, Tamara Vucic, nochmals aufgewertet wurde.

Der Sohn von Audrey Hepburn, Sean Ferrer, spendete ein Kunstwerk eines Künstlers, der alte Filmplakate veredelt, als Tombola Hauptpreis. Unser Obmann kaufte für alle Damen an seinem Tisch ein Los und Sophie von Actelion gewann das schöne Werk. Besonders nett war, dass Rainer Riedl von den Schmetterlingskindern, den Forschungspreis an 'seine' Forscher übergeben durfte.

PS: PHA Europe ist ein österreichischer Verein, der 2003 in Wien von 8 europäischen PH Vereinen gegründet wurde. Heute umfasst PHA Europe 40 PH Patientenvereinigungen in 35 Ländern.



Award 2018



Sean Hepburn Ferrer



Gerry mit
First Lady von Serbien



Sophie v. Fa. Actelion,
Gerry



Gerry,
Prinzessin
Astrid v. Belgien,
SF Hepburn



Gerry, R. Riedl



Gerry mit Präsident v.
Eurordis T. Andersen



Gerry, Yann le Cam
CEO v. Eurordis

Die Welt mit anderen Augen sehen

Um den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Fa. Actelion / Janssen Cilag Pharma aus Österreich und der Schweiz zu erklären, wie es sich anfühlt mit einer unheilbaren Krankheit zu leben, fand am 16. Jänner im Hotel Hilton Danube, Wien, eine Podiumsdiskussion statt.

Die Veranstaltung trug den Titel: "Die Welt mit anderen Augen sehen". Daran teil genommen haben je ein Vertreter des Gesundheitssystems und der Ärzteschaft. Auch Vertreter von Selbsthilfegruppen waren anwesend. Eva Otter vertrat die PH – Patienten.

Themen, wie ein persönlicher Einblick in die Herausforderungen des Alltags der Betroffenen, sowie welche Berührungspunkte sich für Patienten mit der Industrie ergeben, bzw. welche Erwartungen diese an ein forschendes Pharmaunternehmen haben, wurden diskutiert.



Dr. W. Tüchler, E. Otter, E. Jirsa

Neue Professoren für Kardiologie und Pulmologie an der MedUni Wien

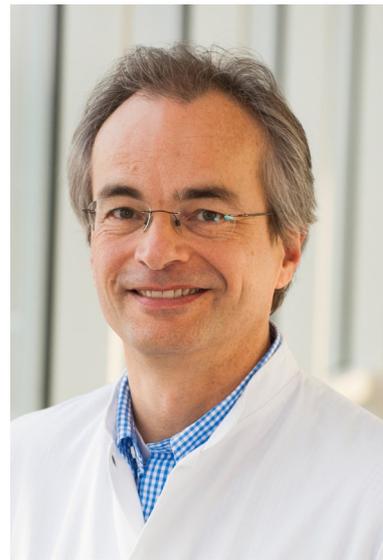


Mit 1. Oktober 2017 traten zwei international angesehene Experten ihre Professur an der MedUni Wien an.

Der Kardiologe **Prof. Dr. Christian Hengstenberg** kommt von der Klinik für Herz- und Kreislauferkrankungen des Deutschen Herzzentrums München.

Herz-Kreislauf Erkrankungen sind in unserer Gesellschaft weit verbreitet. Die Behandlung erfolgt zunehmend minimal-invasiv mit Katheter Techniken. Dazu gehören Erkrankungen der Herzkranzgefäße, des Herzmuskels und der Herzklappen.

„Durch verantwortungsbewusste Weitergabe unseres Wissens gestalten wir nicht nur die Gegenwart, sondern auch die Zukunft der Medizin zum Wohle der Patienten. Ziel ist es, individuelle Therapievorschläge für die einzelnen PatientInnen machen zu können. Im Bereich der Herzklappen gibt es enorme wissenschaftliche Erkenntnisse, die an der Medizinischen Universität Wien erforscht werden“, so Prof. Dr. Hengstenberg.



Der Pulmologe **Prof. Dr. Marco Idzko** kommt vom Universitätsklinikum Freiburg an die MedUni Wien. Prof. Idzko erforscht die chronisch entzündlichen obstruktiven Atemwegserkrankungen Asthma bronchiale und COPD (Chronic Obstruktive Pulmonary Disease). Diese stellen die häufigsten Lungenerkrankungen dar und sind weltweit die vierthäufigste Todesursache. „Ziel meiner Arbeit ist es“, so Prof. Dr. Idzko, „die immunologischen Mechanismen, die zu einer chronischen Atemwegsentzündung beitragen, besser zu verstehen, um so neue Signalwege zu finden und zu identifizieren, aus denen sich neue therapeutische Ansätze ableiten lassen.“

Stressfalle - gibt es so etwas ?

Stress ist eine natürliche körperliche Reaktion auf psychische oder körperliche Belastungen. Leider ist bei uns das Wort Stress meistens negativ besetzt.



In Wahrheit unterscheiden wir zwischen positiven und negativen Stress

Der **Eustress** hat einen positiven Einfluss auf unser Wohlbefinden, wie z.B. große Freude. Er hält uns fit, jung und körperlich, sowie auch geistig flexibel.

Der **Distress**, der aus dem „Sich Sorgen machen“ entsteht, steht für den Zustand der Überforderung.

Der Körper sendet Alarmsignale aus. Er äußert sich durch Zittern der Hände, ein Gefühl innerer Unruhe, Verspannungen oder durch ein flaues Gefühl in der Magengegend.



Wie also damit umgehen?

Obwohl die körperlichen Vorgänge in Stresssituationen bei allen Menschen gleich ablaufen, wird Stress von jedem anders empfunden. Was als Stress erlebt wird, hängt stark davon ab, wie jeder für sich eine herausfordernde Situation wahrnimmt und sie bewältigt. Wie wir uns von Kleinigkeiten beeinflussen lassen, ist eine Frage des Empfindens.



Ein paar Tipps zum Stressabbauen:

Entspannen: Nehmen Sie sich Zeit und Raum innere Anspannungen zu lösen, wie ein Bad nehmen, ein gutes Buch lesen, ein Nickerchen machen

Mentale Stärke: Jede Sache kann positiv oder negativ betrachtet werden. Wie oft scheint ein Problem als unlösbar, dann aber nimmt es eine positive Wendung.

Energiehaushalt: Eine bewusste Lebensführung, gesunde Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr tragen dazu bei sich wohler zu fühlen. In Stresszeiten verbrauchen wir mehr Flüssigkeit!

Nein sagen: Es ist besonders gut für Gesundheit und Gemüt bei Bedarf klar seine Meinung zu äußern, Grenzen zu ziehen und nein sagen zu können.

Feste feiern: Erfolge stärken Selbstbewusstsein und erhöhen die Stressresistenz. Also kleine Heldentaten oder gute Ergebnisse beim Kontrolltermin mit Freunden oder Bekannten bei Kaffee und Kuchen feiern!



Auf REHA in Münster/Tirol

Bericht von: Claudia Heidlmeir

Frau OÄ Dr. Steringer-Mascherbauer vom Krankenhaus der Elisabethinen in Linz stellte im Oktober 2012 die Diagnose Pulmonale Hypertension.

Zurzeit bin ich medikamentös gut eingestellt und so fuhr ich im Mai 2016 das 1. Mal auf REHA nach Münster in Tirol. Ich war sehr aufgeregt, weil ich nicht wusste was da auf mich zukommen wird. Dieses Gefühl verflog rasch, da das gesamte Team sehr einfühlsam und hilfsbereit war. Jede Angelegenheit wird vertraulich behandelt und jeder erfüllbare Wunsch umgesetzt.



Am Anreisetag werden sämtliche Befunde eingesehen und durch umfangreiche Tests alle Therapien für die Dauer des Aufenthalts gemeinsam besprochen und eingeteilt, um so eine Überbelastung zu vermeiden. Auch werden eventuell notwendige Diäten, Portionsgrößen oder bestehende Unverträglichkeiten in die Krankenakte eingetragen. Der Tagesablauf ergibt sich nach einem erstellten Plan. Man wird angenehm gefordert.

Begonnen wird zw. 7:30 und 10:00 Uhr, ein reichhaltiges Frühstück darf natürlich auch nicht fehlen. Am Abend werden immer frisch gekochte Speisen, die ausgezeichnet schmecken, serviert.



Claudia aus Linz

Angeboten werden folgende Therapien:

- Atemmuskeltraining
- Krafttraining
- Ausdauertraining
- Psychologische Beratungsgespräche
- Pysiotherapie in Einzel-und Gruppenbehandlungen
- Bewegungstherapie
- Nordic Walking (für Anfänger und Fortgeschrittene)
- Informationsstunden, die Krankheit betreffend
- Entspannungsübungen



Frei dazu wählen kann man:

Schwimmen

Yoga

Viele dieser Therapien werden mittels Pulsoxymeter und einer Leistungsskala überwacht. Ich finde das sehr gut, weil man selbst seine Resultate mitverfolgen kann.

Einmal wöchentlich finden Gespräche mit dem Arzt statt um gegebenenfalls den therapieplan individuell anzupassen.

Im REHA Zentrum gibt es auch eine Cafeteria und es besteht die Möglichkeit Billard, Tischfußball oder Tischtennis in der Freizeit zu spielen.

Bevor man zu Bett geht, muss man sich in einer Anwesenheitsliste eintragen. So hat der Nachtdienst die Kontrolle, ob alle im Haus sind.

Auch dieses Jahr werde ich erneut einen Antrag auf REHA in Münster stellen, nicht nur weil ich durch die dort angebotenen Therapien profitiere, sondern auch die Umgebung ein Ort der Erholung und des Krafttankens ist!



Jutta

Bericht von: Jutta Muglach

Im Sommer 2015 durfte ich 3 Wochen im Reha Zentrum Münster verbringen. Zuerst war ich etwas skeptisch, wie die 3 Wochen vorbeigehen würden. Und ich kann nur sagen, ich würde jederzeit wieder hinfahren. Im vielfältigen Angebot findet sich für jeden Patienten das Passende, vor allem wird niemand überfordert. Besonders beim Ausdauer- und Krafttraining wird auf die Belastbarkeit jedes Einzelnen Rücksicht genommen.

Die täglichen Spaziergänge, Unterwasser-Gymnastik, Vorträge, Schulungen usw. lassen die Zeit sehr schnell vergehen. Besonders die Atem-Therapie war für mich neu, dabei möchte ich stellvertretend für das gesamte kompetente Team Hr. PT Andreas Mühlbacher lobend erwähnen. Auch bei Hr. Prim. Dr. Heining er fühlte ich mich bestens beraten und gut aufgehoben. Ich kann nur jedem einen Aufenthalt in diesem Hause empfehlen, auch weil man – bei besten Vorsätzen – zu Hause nie die Energie aufbringt, so viel für seine Gesundheit zu tun!

Herzlichst Ihre Jutta M., Innsbruck

Alles Liebe Jutta Muglach



Buchen Sie Ihren Traumurlaub im Corinthia Palace Hotel & SPA

Das luxuriöse und ruhig gelegene 5-Sterne Cityhotel in ländlicher Umgebung befindet sich im Herzen von Malta, in der Nähe des Präsidentenpalastes und des Botanischen Gartens und ist nur 7 Gehminuten vom Palazz ta' Sant'Anton entfernt. Der kostenlose Hotelbusshuttle verkehrt Montag bis Freitag und bringt Sie nach Sliema, in die Inselhauptstadt Valetta, die 6 km entfernt liegt, und zu vielen weiteren Zielen. Darüber hinaus eignet sich das Haus gut als Ausgangspunkt für Ihre Erkundungstouren durch Malta. Das von Stadtmauern umgebene Medina liegt nur 4 km entfernt, während Sie 7 km vom beliebten Urlaubsort St. Julians trennen.

Die stilvollen Zimmer verfügen über Balkon mit Gartenblick, kostenloses WLAN, Flachbildfernseher und Minibar sowie Möglichkeiten zur Tee- und Kaffeezubereitung. Suiten bieten zusätzlich ein Wohn-/Esszimmer und eine kostenlose Minibar. Die professionellen Mitarbeiter sind Ihnen jederzeit gern behilflich, Zimmerservice steht rund um die Uhr zur Verfügung.

Im Athenaeum Spa gönnen Sie sich eine der 50 verschiedenen Anwendungen oder entspannen einfach am Pool. Auch die Gerichte des Spas sind ein Genuss. Das breite kulinarische Repertoire reicht von italienischen bis hin zu orientalischen Speisen. Sie wählen aus einem À-la-carte-Service oder einem leichten Snack an der Bar.

Hierfür steht Ihnen ein niveauvolles Restaurant in einer herrschaftlichen Villa aus der Zeit um die Jahrhundertwende sowie ein asiatisches Lokal, eine Brasserie und eine Bar mit Terrasse zur Verfügung.

Zur weiteren Ausstattung gehören ein Außenpool und ein Fitnessraum sowie ein Spa - Bereich mit Innenpool und Whirlpool.

Parkplätze stehen kostenlos zur Verfügung, Wäscheservice vorhanden, Haustiere erlaubt, das Hotel ist sehr kinderfreundlich, ein eigener Kinderpool ist vorhanden



Das könnte Ihr Flug sein:

Hinflug	Fr. 20.04.10:40 Uhr - 12:50 Uhr	2h 10m	Wien (VIE) - Malta (MLA)	Air Malta KM 514
Rückflug	Mi. 25.04.07:15 Uhr - 09:30 Uhr	2h 15m	Malta (MLA) - Wien (VIE)	Air Malta KM 514

Bei beiden Flügen handelt es sich um Direktflüge.

Ihr Reisepreis:

5 Tage / NF / DZ

Pro Person: € 922,--

Falls Sie während Ihrer An/Ab - Reise Hilfe benötigen -

Am Flughafen - informieren wir für Sie vor dem Flug die Fluggesellschaft. Diese wird sich direkt mit dem **Malta International Airport** (MIA) in Verbindung setzen. Der MIA bietet Hilfe sowohl während des Fluges als auch am Boden an.

Für den Transport gibt es eine Rollstuhlgeeignete Autovermietung

Wheelchair Friendly Car Hire (WFCH)

8, Pinto Street, Hal-Qormi, Malta

Tel: 356 99493963

Email: mario58@go.net.mt



Falls Sie ärztliche Hilfe benötigen -

Die ärztliche Betreuung auf Malta ist von höchster Qualität und steht in öffentlichen und privaten Krankenhäusern zur Verfügung.

Mater Dei Hospital

B'Kara By-pass

B'Kara MSD 2090

Tel: (356) 25450000

Email: mdh@gov.mt



Wichtig – nicht vergessen!

Wie jedes Mal möchten wir Sie daran erinnern folgende Punkte zu beachten, damit Ihr Urlaub zu einem wahren Erlebnis wird:

- Besorgen Sie sich schon rechtzeitig alle Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen müssen
- Sollten Sie während des Fluges Sauerstoff benötigen, teilen Sie uns das rechtzeitig mit, damit wir Ihnen einen Konzentrator reservieren können. Für Mitglieder ist dieser kostenlos auszuborgen.
- Schließen sie eine Reiseversicherung ab, am besten bei der Europäischen Reiseversicherung
- Nehmen Sie sich eine kleine Reiseapotheke mit, dazu gehören Heftpflaster, Wund/Heilsalbe, Mittel gegen Durchfall und Insektenschutzmittel
- Ganz wichtig - Sonnencreme nicht vergessen!!
- Vergewissern Sie sich ob Ihr Pass noch Gültigkeit besitzt
- Befund und Rezept übersetzt auf Englisch mitführen

Kochen einmal anders

Murgh Masala – Indisches Huhn

Ein mildes Gericht aus Nordindien. Wegen seiner Leichtigkeit eignet es sich für jede Jahreszeit. Die Kombination aus Tomaten, Ingwer und Gewürzen gibt Geschmack, der Joghurt verfeinert die Sauce.

Zutaten:

- 1,5 kg Hühnerbeine oder Hähnchenfleisch, enthäuten
- 2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 TL gemahlener Koriander
- 1,5 TL Garam Masala
- ¼ TL gemahlener Kurkuma
- 2 Zwiebel, fein gehackt
- 4 Knoblauchzehen, grob gehackt
- 5 cm Ingwer, grob gehackt
- 2 überreife Tomaten, gehackt
- 3 EL Öl
- 5 Nelken
- 5 Kardamomschoten
- 5 cm Zimtstange
- 10 Curryblätter
- 150 ml dicker Joghurt



Zubereitung:

Kreuzkümmel, Koriander, Garam Masala und Kurkuma vermischen und das Fleisch damit einreiben. ½ Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Tomate zu einer glatten Paste verarbeiten und vermischen. Das Öl in einer Pfanne erwärmen, restliche Zwiebel, Nelken, Kardamom, Zimt und Curryblätter darin braten, bis die Zwiebel leicht gebräunt ist. Die Paste hinzugeben und unter Rühren 5 min köcheln lassen. Mit Salz abschmecken, das Huhn hinzugeben, den Joghurt einrühren und alles langsam zum Kochen bringen. Abdecken, bei geringer Hitze 50 min köcheln lassen. Ab und zu umrühren, zuletzt mit Salz abschmecken.



Kreuzkümmel



Ingwer



Garam Masala



Koriander



Kurkuma

Wortsuchspiel

Im Buchstabenwirrwarr sind 12 europäische Städte verborgen, entweder horizontal, vertikal oder diagonal (vorwärts oder rückwärts gelesen!).

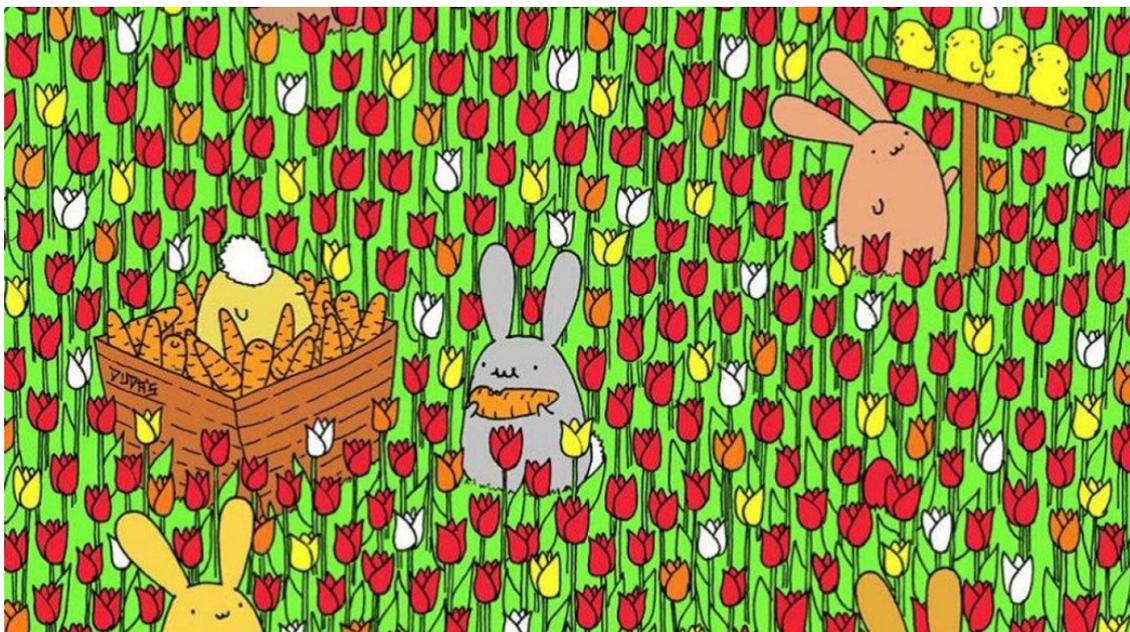
Versuche, sie alle aufzuspüren!

E	L	L	I	E	S	R	A	M	D	G	K	N	H	P
N	A	Z	Z	I	U	O	G	E	N	F	H	X	H	I
K	J	Z	T	H	P	Q	R	L	D	D	L	H	N	O
S	G	K	R	P	K	K	L	Z	N	O	I	Q	P	B
T	G	C	U	B	E	I	H	N	I	E	S	R	P	P
G	K	U	F	M	O	R	E	E	B	Y	S	A	S	A
M	W	R	K	C	W	V	L	A	P	H	A	N	D	L
W	K	B	N	Y	B	S	S	P	J	R	B	O	T	E
A	U	S	A	N	Z	H	I	E	C	V	O	L	Q	R
R	P	N	R	C	B	A	N	L	R	C	N	E	M	M
S	I	N	F	H	A	M	K	S	K	C	T	C	K	O
C	G	I	S	W	B	B	I	J	P	I	N	R	O	S
H	R	L	B	I	N	U	V	J	Q	B	M	A	O	J
A	V	W	T	T	Y	R	V	N	T	U	G	B	M	R
U	D	I	F	S	J	G	J	B	G	R	X	R	W	G

Lösung:

Marseille, Warschau, Innsbruck, Frankfurt, Rom, Helsinki, Neapel, Gent, Lissabon, Barcelona, Palermo, Hamburg

Wo versteckt sich das Osterei?





Symptom: Atemnot und Husten

Lungenkrebs, COPD, Lungenfibrose, Lungenhochdruck: An der Wiener PrivatKlinik bieten hervorragende Spezialisten Diagnostik und Therapie für alle wichtigen Lungenerkrankungen an.

Wenn man Atemnot oder Husten spürt, sollte man sie häufig bei einem Lungenspezialisten vorzeigen, bespricht die Ursachen und die Behandlung...

Chronische Obstruktion: Die chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) ist weltweit die dritthäufigste Todesursache...

Wichtig, dass ein Spezialist erkennt, welche Ursache für die Atemnot vorliegt, um eine individuelle Behandlung zu ermöglichen.

Zu viel Druck
Rund 1000 Menschen leiden in Österreich an Lungenhochdruck. Die Folgen sind Atemnot, Leistungsabfall und eine Überlastung des Herzens.

„Ich kämpfe, sonst wäre ich längst tot“
Martina Penz leidet an Lungenhochdruck – dank guter Therapie ist sie sportlich erfolgreich



Die Fachärztin Dr. Ulrike Wenzel...
Martina Penz leidet an Lungenhochdruck...
Dank guter Therapie ist sie sportlich erfolgreich.

Eine einzigartige Expedition gibt Patienten Hoffnung

Advertisement for 'LufX-Expedition' featuring photos of people and text about a unique expedition for patients.

Lehrziele:
• Pulmonale Hypertension (Lungenhochdruck, PH) ist definiert durch einen invasiv gemessenen pulmonal-arteriellen Mitteldruck > 25 mmHg.
• Die meisten genetisch determinierten PH-Formen zeigen Defekte in den Reparaturmechanismen der Lungengefäße.

Update Pulmonale Hypertension

Definition: Die Sicherung der Diagnose pulmonale Hypertension (Lungenhochdruck, PH) erfolgt durch eine invasive hämodynamische Messung...
Klassifikation: Nach den neuen Guidelines ist die Klassifikation der PH leicht modifiziert...

Während im Kindesalter beide Geschlechter gleich betroffen sind, verschleift sich dieses Verhältnis im Erwachsenenalter in Richtung des weiblichen Geschlechts...
Pharmako- und Pulmonaltherapie der PH: Die Basis des erfolgreichsten Langzeitmanagementes sind Rechtsventrikuloprotektiva und -dilatation...

Highlights vom Europäischen Lungenkongress 2017
BEI DER JAHRESTAGUNG der European Respiratory Society in Mailand lag der Schwerpunkt auf Raucherprävention und Luft

Mit weit über 20.000 Teilnehmern vom 9. bis 13. September in Mailand...
Lungenerkrankungen und Leitlinien haben zentralen Stellenwert...
Klare Luft – gesunde Lunge

17 bestiegen 8 lungentransplantierte Patienten aus Österreich die Gruppe D...
Update schweres Asthma bronchiale: die ohne oder eosinophil mit einem entsprechenden Biologikum behandeln.

Die Lunge schlägt Alarm

Expansionsberichts: Thoraxschmerz zählt zu den häufigsten Symptomen pulmonaler Erkrankungen...
Herzbedrohlich: Thoraxschmerz ist ein Warnzeichen für eine möglicherweise lebensbedrohliche Erkrankung...

Wichtig: Die Thoraxschmerzen sind ein Warnzeichen für eine möglicherweise lebensbedrohliche Erkrankung...
Herzbedrohlich: Thoraxschmerz ist ein Warnzeichen für eine möglicherweise lebensbedrohliche Erkrankung...

Genericon advertisement featuring a shark logo and text: 'Genericon Gesundheit für alle'.

LUNGENHOCHDRUCK BEI KINDERN

Wenn die Luft wegbleibt ...

Kinder haben ein unbändiges Gemüt – sie feiern, toben, lachen, singen und springen...
Lungenhochdruck bei Kindern: Ein Warnzeichen für eine möglicherweise lebensbedrohliche Erkrankung...

Advertisement for 'Lungenhochdruck bei Kindern' featuring a photo of a young girl and text about symptoms and treatment.

Eine ausgezeichnete Familie

Irene Lang erhielt kürzlich den Landeskulturpreis für Medizin

Von Herbert Schorn
Irene Lang lebt in einer wahrhaft preiswürdigen Familie...
Irene Lang erhielt kürzlich den Landeskulturpreis für Medizin...



„Ich musste im Gymnasium nähen und kochen, während mein Bruder Latein lernen durfte...
Irene Lang, Ärztin und Wissenschaftlerin, über ihre Schulpflicht in Linz

Senioren in der Beratungspraxis

Sind „banale“ Infekte auch im Alter trivial?

betonen Empfehlungen zur nicht-invasiven Beatmung (NIV) in mehreren Sessoren...
Sind „banale“ Infekte auch im Alter trivial?

Sollte Sie ein Artikel besonders interessieren, können wir Ihnen diesen selbstverständlich zusenden.

Meine Fakten im Blick

1843 PH Austria Analysezeitraum: 2017



Meine Daten

Clippings	easyAPQ
140	€ 951.513,42
Druckauflage	Clipgröße
7.380.348	501.502 cm ²

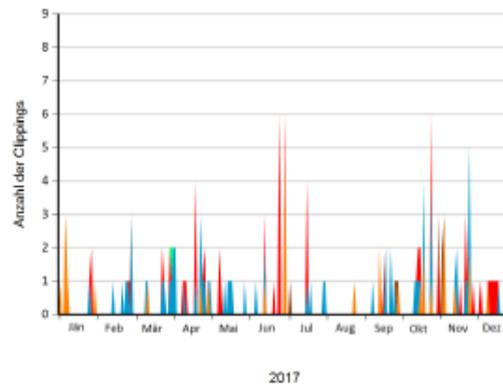
Meine Medien



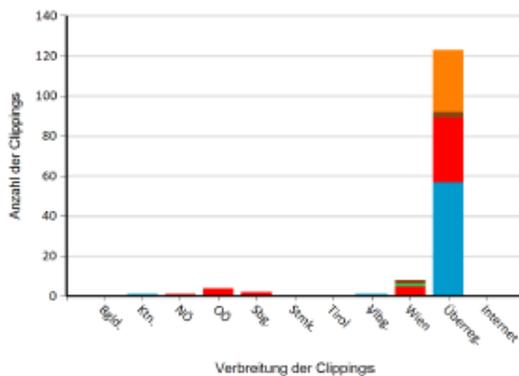
Meine Suchbegriffe*

Fischer Gerry (1) **Lungenhochdruck (44)**
Pulmonale Hypertonie (59)
Pulmonale Hypertension (31)
 Initiative gegen Lungenhochdruck (5)

Suchbegriffe-Chronologie*



Regionale Verbreitung*



Meine Medientypen

PRINT (138)
RTV (2)

Bei den mit * gekennzeichneten Charts herrscht Farbkongruenz.

Einfach den Überblick behalten.

Auf einem Blick informiert Sie das Factsheet (Datenblatt) über folgende Daten:

Im Jahr 2017 gab es über Lungenhochdruck 140 Clippings (Zeitungsartikel und Medienberichte) mit einer gesamten Druckauflage von 7.380.348 und einer Reichweite von 5 Millionen Lesern.

Stressbedingter Haarausfall ?

Ein kleiner Tipp, sollten die Haare stressbedingt oder durch seelische Belastung vermehrt ausfallen: Hier helfen Kräuter aus der Natur, aus denen ein Tee zubereitet wird:



Zitronenmelisse



Lavendel



Baldrian



Rosmarin

Zu gleichen Teilen vermengen, mit Wasser aufkochen und 10 min stehen lassen. Davon täglich 2 - 3 Tassen in kleinen Schlucken über einen Zeitraum von 4 - 6 Wochen trinken.

Mitgliedsbeitrag

Liebe Mitglieder, mit diesem Newsletter senden wir Ihnen auch einen Zahlschein, mit der Bitte den jährlich anfallenden Mitgliedsbeitrag in der Höhe von € 20,-- an PH Austria, Initiative Lungenhochdruck, zu überweisen. Bitte geben Sie in dem Feld "Zahlungsreferenz" Ihren Namen und den Mitgliedsbeitrag ein. Sollten Sie den Beitrag schon einbezahlt haben, betrachten Sie den Zahlschein als gegenstandslos. Vergessen Sie auch bitte nicht uns mitzuteilen wenn sich Ihre Postanschrift, Telefonnummer oder E-Mailadresse geändert hat, damit wir sie auch weiterhin über alle Neuigkeiten informieren können. Spenden sind natürlich auch herzlich willkommen. Spenden macht glücklich ☺.

Buchtipp

Mr. Peardews Sammlung der seltsamen Dinge

Autorin: Ruth Hogan

Jeder Gegenstand, den Anthony Peardew auf der Straße findet, hat eine Geschichte. Er sammelt und archiviert sie alle in seinem gediegenen viktorianischen Haus und plant, sie eines Tages an ihre ursprünglichen Besitzer zurückzugeben. Denn er selbst sieht sich nur als Hüter der verlorenen Dinge. Vor Jahren hat er selbst etwas verloren, das er seitdem auf seinen Streifzügen sucht: ein Schmuckstück. Es gehörte seiner großen Liebe. Anthony muss diese besondere Aufgabe jedoch an seine Erbin Laura weitergeben, ohne ihr von dem großen Geheimnis erzählt zu haben, das seine Sammlung umgibt. Eine Geschichte, außergewöhnlich und liebenswert erzählt.



Veranstaltungskalender

- 10. 04. Infotag Innsbruck
- 05. 05. World PH Day
- 09. 05. Plaudermeeting LH + Sklerodermie Patienten in Linz
- 09. 06. Familieninfotag Wien
- 20. 06. 7. Wiener Zoolauf
- 29. 06. Infotag Linz
- 25. 09. Besuch im Schnapsmuseum mit Gerry Fischer

Anmelde/Aktualisierungsformular für Mitglieder und solche die es werden möchten

Name:

Adresse:

Tel. Nr.: E-Mail:

Bitte retour senden an: Selbsthilfegruppe Lungenhochdruck, Wilhelmstraße 19, 1120 Wien



WIEN

AKH, Univ.-Klinik Wien
 Währinger Gürtel 18-20, 1090 Wien
 Abt. für Pädiatrie und Jugendheilkunde
Univ. Prof. Dr. Ina Michel-Behnke
 Terminvereinbarung: Tel.: +431/ 40-400-31-80
 Spezialambulanz für PH, Innere Medizin II,
 Kardiologie
Univ.-Prof. Dr. Irene Lang
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +431/ 40-400-46-23
 Spezialsprechstunde für PH,
 Klin.Abt.für Pulmologie
Ass. Prof. Dr. V. Petkov
Univ.-Doz. Dr. L. Stiebellehner
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +431/ 40-400-61-35



STEIERMARK

Univ.-Klinik Graz
 Auenbruggerplatz 15,
 8036 Graz
 Abt. für Pulmologie:
Univ. Prof. Dr. Horst Olschewski
 Terminvereinbarung: Tel.: +43 (0) 316-385
 DW 12183
 Klin. Abteilung für Pädiatrische Kardiologie
Univ. Prof. Dr. Andreas Gamillscheg
Univ. Prof. Dr. Daniela Baumgartner
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +43 (0)316 385 DW 13677



TIROL

Univ.-Klinik Innsbruck
 Anichstr. 35, 6020 Innsbruck
 Department für Innere Medizin
Univ. Prof. Dr. Judith Löffler-Ragg
 Terminvereinbarung:
 Tel.:512-504-23260 (ab 13.00)
Univ. Klinik für Pädiatrie
Univ. Prof. Dr. Ralf Geiger
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +43 (0)512 504 23511



OBERÖSTERREICH

**Allg. öffentliches Krankenhaus
 der Elisabethinen Linz**
 Fadingerstr. 1, 4010 Linz
 Ambulanz für Herz-Kreislauf
OÄ Dr. Regina Steringer-Mascherbauer
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +43 (0)732-76764900



KÄRNTEN

LKH Villach
 Nikolaigasse 43, 9500 Villach
 Abt. für Innere Medizin
OÄ Dr. Boris Fugger
 Terminvereinbarung: #
 Tel.: +43 (0)4242 DW 2080



SALZBURG

Universitätsklinikum Salzburg
 Müllner Hauptstraße 48,
 5020 Salzburg
 Abt. für Innere Medizin II,
 Kardiologie und internistische Intensivmedizin
OÄ Dr. Ingrid Pretsch
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +43 (0)5 7255-25601



NIEDERÖSTERREICH

Universitätsklinikum St. Pölten
 Probst-Führerstraße 4, 3100 St. Pölten
 Kardiologie, 3. Med. Abt.
Univ. Doz. Dr. Deddo Mörtl
 Terminvereinbarung:
 Tel.: +43 (0)2742-9004-14706

Wir bedanken uns bei:



Wir bieten Ihnen...

- ... Unterstützung und ein offenes Ohr für Ihre Anliegen
- ... Beratung in sämtlichen Sozialangelegenheiten, um Ihnen zu helfen, zu Ihrem Recht zu kommen
- ... Infotage mit Vorträgen, um Sie so zu informieren, dass Sie als mündiger Patient wahrgenommen werden
- ... Plaudermeetings um den Erfahrungsaustausch zwischen Betroffenen in angenehmer Atmosphäre zu ermöglichen
- ... Informationsmaterial in Form von Newslettern, Broschüren, Plakaten und einer Homepage: www.phaustria.org
- ... noch vieles mehr

Nutzen Sie Ihr Recht auf unser kostenloses Service !

PH AUSTRIA Initiative Lungenhochdruck

www.phaustria.org

Tel: +43 1 402 37 25