

Die Informationszeitschrift des Herzverbandes für Oberösterreich



# HERZ JOURNAL

Ausgabe Nr. 144

September / Oktober / November 2023

## **Die Risiken falscher Medikamenten-Einnahme**

## **Künstliche Intelligenz in der Kinderkardiologie**

FÜR BESSERE BEHANDLUNGSPROGNOSE UND LEBENSQUALITÄT

## **Klimawandel und die Gefahr der Dehydration**

## **Berichte aus den Herzgruppen**

EIN STREIFZUG DURCH OBERÖSTERREICH



# Achten Sie auf Ihr Herz?

## Wer rechtzeitig handelt, kann länger leben!

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind nach wie vor die häufigste Todesursache weltweit. Deshalb ist es wichtig der eigenen Herzgesundheit, aber auch der von anderen, mehr Achtsamkeit zu schenken. Herzinsuffizienz ist eine solche Herz-Kreislauf-Erkrankung, und sie ist eine wahre Volkskrankheit: Die Erkrankung betrifft weltweit ca. 26 Millionen Menschen.<sup>1</sup> Alleine in Österreich müssen jährlich 24.000 Patienten aufgrund von Herzinsuffizienz im Spital aufgenommen werden.<sup>2</sup>

Oft werden leider erste Anzeichen als „Alterserscheinung“ fehlinterpretiert!

Daher achten Sie bei sich und Ihren Liebsten auf diese Symptome und denken Sie daran: Es kann nicht schaden diese Symptome von einem Arzt abklären zu lassen!



**ERSCHÖPFUNG?**



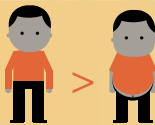
**KURZATMIGKEIT?**



**GESCHWOLLENE BEINE?**



**ATEMNOT BEIM SCHLAFEN?**



**UNERKLÄRLICHE GEWICHTSZUNAHME?**



Kennen Sie das? Dann sprechen Sie schnellstmöglich und offen mit einem Arzt darüber!

Hier finden Sie einen Spezialisten in Ihrer Umgebung:

[www.herzstark.at/arzt](http://www.herzstark.at/arzt)

<sup>1</sup> Savarese, Lund. Card Fail Rev. 2017 Apr; 3(1): 7-11.

<sup>2</sup> Statistik Austria, Stationäre Spitalsaufenthalte in Akutkrankenanstalten 2020 nach Diagnose (ICD-10 ISHMT). Verfügbar unter: [https://www.statistik.at/fileadmin/publications/Jahrbuch-der-Gesundheitsstatistik\\_2020.pdf](https://www.statistik.at/fileadmin/publications/Jahrbuch-der-Gesundheitsstatistik_2020.pdf) zuletzt abgerufen am 25.01.2023.



HERZLICH



### **Gedanken des Präsidenten des OÖ. Herzverbandes**

Mit dem 30. Juni wurde von der Gesundheitsbehörde die Meldepflicht der Covid 19-Erkrankung aufgehoben und somit das Ende der Pandemie für Österreich festgelegt. Es gehen damit gut 3 Jahre eines ungewöhnlichen Ausnahmezustandes zu Ende, die uns und unser gesamtes Leben außerordentlich beeinträchtigt haben. Wir haben das besonders durch die massive Einschränkung unserer Vereinsaktivitäten wahrgenommen. Deshalb ist es eine große Freude nun wieder mit Elan den Herbst in Angriff nehmen zu können.

Schon mit der Fragebogenaktion zur AHA-Help-Studie im Juni und Juli sind wir positiv gestartet! Ich darf mich bei Allen für die überwältigende Beteiligung sehr herzlich bedanken!

Der Rücklauf in analoger und digitaler Form war so zahlreich, sodass wir mit den ersten Ergebnissen in diesem Monat rechnen können. Rechtzeitig zum Weltherztag am 29. September werden wir in einer Pressekonferenz mit dem Institut für Allgemeinmedizin den Medien den ersten Teil der Studie zur Publikation präsentieren.

In dieser Ausgabe des Herzjournals sind wieder interessante Artikel zu lesen. Ende des Monats gibt es das nächste WIFF-Seminar zu rechtlichen Fragen der Vereinstätigkeit, das in der Kreuzstraße und als Videokonferenz angeboten wird. Für die Wiederaufnahme der Vereinsaktivitäten nach der Sommerpause wünsche ich den Herzgruppen viel Erfolg! Zugleich möchte ich alle interessierten Mitglieder aufrufen sich an der Organisation zu beteiligen, denn die Aufgabenteilung bringt für alle Erleichterung.

Ehrenamtliches Engagement kann ein erfüllendes Erlebnis sein:

„Wir tun etwas für unser Herz, damit es auch für uns was tun kann!“

MR Dr. Wolfgang Zillig  
Präsident des OÖ. Herzverbandes

## Inhalt Seite

Zum Geleit ..... 3

Die Risiken falscher  
Medikamenten  
Einnahme ..... 4

Künstliche Intelligenz in der  
Kinderkardiologie ..... 6

Klimawandel  
und die Gefahr  
der Dehydration ..... 8

Achtjährige Tochter  
hat mir das Leben gerettet ..... 10

Training / Fitness / Humor ..... 12

### Berichte aus den Herzgruppen

Bad Ischl ..... 13

Bad Schallerbach/Grieskirchen ..... 13

Braunau ..... 14

Enns ..... 14

Freistadt ..... 14

Gmunden ..... 15

Kirchdorf ..... 15

Perg ..... 16

Ried / Innkreis ..... 16

Rohrbach ..... 17

Steyr ..... 17

Vöcklabruck ..... 17

Wels ..... 18

Linz ..... 18

Schnappschüsse ..... 20

### Berichte aus dem Herzverband OÖ.

Verbandsinformationen ..... 22

Herzlich Willkommen ..... 22

Beitrittsformular ..... 23

Ärztlicher Beirat ..... 23

Juristischer Beirat ..... 23

Impressum ..... 23

Kontaktadressen ..... 24

# KRANKENHAUSEINWEISUNGEN UND TODESFÄLLE: Die Risiken falscher Medikamenten-Einnahme



©Africa-Studio - AdobeStock

**Jeder kann diese Hinweise auf Beipackzetteln: „Medikament mit reichlich Flüssigkeit, vor dem Essen, nach dem Essen oder gemeinsam mit einer Mahlzeit einnehmen“. Dass diese Hinweise nicht als Tipp zur leichteren Einnahme gedacht sind, sondern pharmazeutische Anweisungen darstellen, ist vielen Menschen nicht bewusst. Dabei ist die Form der Einnahme entscheidend, ob das Medikament die gewünschte Wirkung erzielt oder ob unerwünschte Nebenwirkungen auftreten – im schlimmsten Fall sogar lebensbedrohliche.**

Untersuchungen zufolge nehmen 50 Prozent aller Patient\*innen die ihnen verschriebenen Medikamente entweder überhaupt nicht, nur teilweise oder unvorschriftsmäßig ein. Mit dramatischen Folgen sowohl für das Gesundheitssystem als auch für die Patient\*innen: So basiert jede vierte Krankenhauseinweisung auf einer fehlerhaften Medikamenteneinnahme. Allein bei Herz-Kreislaufpatient\*innen führt dies zu 4000 Todesfällen pro Jahr.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO schätzt, dass sich jeder zweite Patient nicht an Beipackzettel oder ärztliche Anweisungen hält. Die Fehlerquellen sind vielfältig: Patient\*innen nehmen keine oder die falschen Medikamente, sie nehmen die richtigen Medikamente in zu kleinen oder zu hohen Dosen, aufgrund von Alter und Vergesslichkeit in falschen Intervallen, vielleicht sogar doppelt oder dreifach. Gerade bei chronischen Krankheiten wie Tuberkulose, insulinpflichtiger Diabetes, Asthma und Grünem Star stellt dies jedoch das Hauptproblem der Behandlung dar.

Aufklärung zur richtigen Einnahme leistet Mag. Gunda Gittler, Leiterin der Apotheke der Barmherzigen Brüder Linz.

*„Auf vielen Beipackzetteln steht zum Beispiel der Hinweis ‘mit reichlich Flüssigkeit einnehmen’. Dieser wird häufig überlesen oder ignoriert. Doch eine ganze Reihe von Medikamenten enthält Säuren und die können die Speiseröhre verätzen, wenn die Kapseln oder Tabletten beim Schluckvorgang hängen bleiben.*

*Zudem ist die Flüssigkeit notwendig, damit die Arznei rascher den Magen verlässt. Die (meisten) Arzneimittel müssen, um zu wirken, in den Darm gelangen. Dazu braucht der Magen ein Signal der Füllung. Das erreicht man durch das Trinken von mindestens 1/4 Liter Wasser“,*

weist Apothekenleiterin Mag. Gunda Gittler auf die Notwendigkeit hin, sich genau über Einnahmemodalitäten zu informieren.

## **Keinesfalls Tabletten teilen, um das Schlucken zu erleichtern**

Tabletten dürfen nur nach Anweisung eines Arztes oder Apothekers geteilt werden, auch wenn das Schlucken schwer fällt. Ganz schlecht ist es, den Kopf beim Schlucken ruckartig nach hinten zu werfen. Dabei wird nämlich die Tablette gegen den Gaumen gespült und dort abgebremst. Besonders problematisch ist die Einnahme von Arzneimitteln im Bett. Am besten ist es den Kopf nach vorne zu beugen: Kinn gegen die Brust, bei ansonsten aufrechter Oberkörperhaltung. Durch die nach vorne gebeugte Kopfhaltung rutscht die Tablette direkt nach hinten in den Rachen.

## **Abbrechen der Behandlung**

Von großem Nachteil ist ein grundloses, verfrühtes Abbrechen der Behandlung. Dies kann zu einem Wiederaufflackern der Krankheit oder einer gefürchteten Resistenz führen, z.B. bei einer Antibiotikatherapie gegen Infektionen.

## **Einnahme vor dem Essen**

Vor dem Essen meint, dass der Wirkstoff in den leeren Magen gelangt, mit viel Wasser nachgespült wird und somit schnell in den Darm weiterbefördert wird. So kann die Arznei seine volle Wirkung schnell entfalten. Ein weiterer Grund: Nahrung kann «magensaftresistente» Tabletten unwirksam machen. Nehmen Sie Ihr Medikament mindestens 1 Stunde (!) vor dem Essen.

## **Einnahme während des Essens**

Während des Essens werden Medikamente eingenommen, die z. B. magenschädlich sind und so





kaum mit der Magenschleimhaut in Berührung kommen. Die Wirkung tritt erst verzögert ein, da der Wirkstoff im Essensgemisch nur langsam in Magen- und Darmwand gelangt, um von dort aufgenommen zu werden.

### Einnahme nach dem Essen

Nach dem Essen bedeutet, dass das Essen den Magen bereits verlassen haben muss. Nehmen Sie Ihr Medikament mindestens 2 (!) Stunden nach dem Essen mit viel Wasser ein. Denn Nahrung kann diese Arzneien unwirksam machen. Ein wichtiges Beispiel dafür sind «magensaftresistente» Tabletten. Sie haben einen Überzug, der nur auf leeren Magen stabil bleibt. Dieser Überzug dient entweder dazu das Medikament vor der aggressiven Magensäure zu schützen oder aber den Magen vor dem Medikament.

### „Fragen nach, ob Einnahmehinweise verstanden wurden“

„Wir Apotheker fragen daher beim Verkauf der Medikamente genau nach, ob die Einnahmehinweise des Beipackzettels verstanden worden sind. Vom Arzt angeordnete Gebrauchsanweisungen vermerken wir deutlich lesbar auf der Packung und wiederholen die Anweisungen auch mündlich, da manche Menschen eine bessere akustische Aufnahmebereitschaft besitzen“, so Gittler.

Aufgeklebte Etiketten mit dem Namen der abgebenden Apotheke erleichtern den Patienten Rückfragen, falls nachträglich Unsicherheiten auftreten.

### Auf Nummer sicher gehen: Verblisterte Medikamente aus der Apotheke

Für mehr Sicherheit in der Medikamenten-Einnahme bietet die Apotheke der Barmherzigen Brüder die sogenannte Medikamenten-Verblisterung an. Basierend auf dem Rezept des Arztes werden die Medikamenten sortiert und automatisiert nach dem jeweiligen Einnahmezeitpunkt abgepackt. Die Patient\*innen können ihre Medikamente als Vorratspack für 14 Tage in der Apotheke der Barmherzigen Brüder bestellen und das zeitaufwändige oder fehlerhafte Einsortieren entfällt.



Bild:  
Mag. Gunda Gittler  
Fotorechte:  
Barmherzige Brüder



# circumed® Regeneration

Zum Diätmanagement bei Erschöpfungszuständen infolge übermäßiger Anstrengung wie Stress oder Sport (Ausdauersport).

**Für mehr Leistung und Vitalität!**



- zur Rekonvaleszenz
- zur Stärkung bei Erschöpfungszuständen
- schützt die Gefäße und fördert die Regeneration



ECA-MEDICAL



Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).

In Ihrer Apotheke

1 x täglich



Die Arginin-Quelle  
in Österreich!

Anzeige



## KINDERHERZ ZENTRUM WELTWEIT FÜHREND

# Künstliche Intelligenz in der Kinderkardiologie für bessere Behandlungsprognose und Lebensqualität

**Das Linzer Kinderherz Zentrum am Kepler Universitätsklinikum ist derzeit die weltweit größte Institution für fetale (pränatale) Herzeingriffe. Im Rahmen eines Forschungsprojekts des Kinderherz Zentrums mit dem Institut für Biomechanik am Imperial College in London wird mit Hilfe von künstlicher Intelligenz für die Verbesserung der Behandlungsprognose und somit der Lebenserwartung geforscht. Künstliche Intelligenz soll Medizinerinnen und Mediziner in der Diagnosestellung, bei der Entscheidung für die individuell beste Behandlung und Therapie oder bei der Voraussage von eventuellen Komplikationen unterstützen.**

Die linke Herzkammer von **Feten mit hochgradiger Einengung der Aortenklappe** ist meist schon erheblich geschädigt, erweitert und vernarbt. Gelingt es, diese Einengung der Aortenklappe durch einen pränatalen Herzeingriff zu behandeln, kann sich die linke Herzkammer wieder teilweise oder sogar vollständig erholen. Manchmal ist aber diese Herzkammer schon zu stark geschädigt, wodurch selbst ein guter erfolgreicher Eingriff diese Kammer nicht mehr retten kann.

Die Schwierigkeit besteht jetzt darin, mit Sicherheit vorherzusagen, ob die Herzkammer noch das Potential besitzt, sich zu erholen oder nicht. Damit könnte man jene Patientinnen und Patienten, die für einen derartigen pränatalen Herzeingriff geeignet sind, eruieren und auch solche Patientinnen und Patienten ausschließen, bei denen keine Erholungsmöglichkeit mehr besteht und man sie damit dem Eingriffsrisiko nicht aussetzen muss.

Mit der Einsatz von KI ist es jetzt möglich, eine sogenannte **digitale Kopie dieser Herzkammer** mittels komplexer Algorithmen herzustellen. Es kann die Möglichkeit geschaffen werden herauszufinden, wie diese Herzkammer auf verschiedene Interventionen reagieren wird.

Hier arbeitet das Kinderherz Zentrum mit dem Institut für Biomechanik am Imperial College in London im Rahmen eines Forschungsprojekts zusammen.

Es wird ein Ergebnis erstellt, das folgende Schlussfolgerungen zulassen soll:

- Auswahl der für Eingriffe geeigneten Patientinnen und Patienten; problematische, nicht für einen Eingriff geeignete Befunde können frühzeitig eruiert werden;
- Vorhersage, ob und wie weit die Herzkammer sich noch erholen kann, und
- mit welcher Intervention bzw. womit das *optimale* Ergebnis erzielt werden kann;

*„Wenn Ärztinnen und Ärzte oder Kliniken die Möglichkeiten der künstlichen Intelligenz nicht nutzen, werden sie in Zukunft den Anschluss verlieren – davon bin ich überzeugt. Gleichzeitig möchte ich klar betonen: Künstliche Intelligenz ist immer nur ein zusätzliches Instrument und kann Medizinerinnen, Mediziner und Pflegende niemals ersetzen,“*

**so Prim. Univ.-Prof. Dr. Gerald Tulzer, Vorstand der Klinik für Kinderkardiologie.**

**OA Dr. Andreas Tulzer, PhD, stellvertretender Leiter des pränatalen Herzprogramms** am Kinderherz Zentrum, ist bei diesem Projekt für die Datenerhebung und Kommunikation mit dem Institut in London verantwortlich:



„Unser erklärtes Ziel ist, durch kontinuierliche Forschung, Ergebnisse für das Wohl der Patientinnen und Patienten zu finden. Wir können mit dem Imperial College in London auf die Erfahrung eines der weltweit erfahrensten Institutes für Biomechanik im Bereich der Kinderkardiologie bzw. fetalen Kardiologie zugreifen. Die präzise Diagnostik sowie die Ausdifferenzierung der verschiedenen Befunde mittels künstlicher Intelligenz ist sehr vielversprechend.“

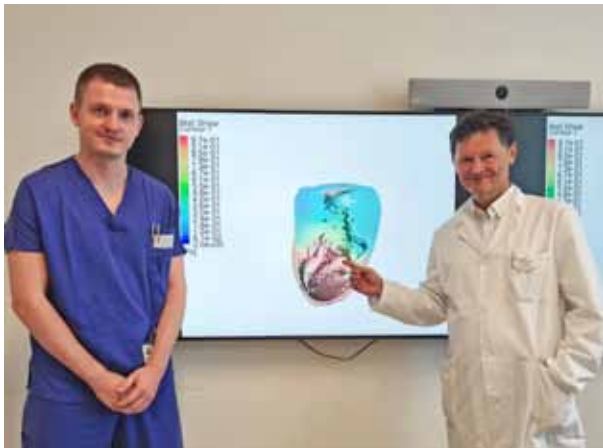


Foto: Prim.Univ.- Prof. Dr. Gerald Tulzer (re.) und OA Dr. Andreas Tulzer, PhD (li.) mit digitaler Herzkammer

„Gesundheit ist unser wichtigstes Gut. Daher ist die Gesundheitsversorgung unsere wichtigste Aufgabe. Gerade im so wichtigen Bereich der Krankenversorgung unserer Jüngsten stellen wir damit die weltweit modernsten Systeme für die beste Versorgung zur Verfügung. Diagnosen werden dadurch weiter verbessert und das Personal wird entlastet. Wir zeigen damit einmal mehr deutlich: Auf Oberösterreich ist Verlass!“

sagt Gesundheitsreferentin LH-Stellvertreterin Mag.a Christine Haberlander.

Presseauswertung  
Juli 2023  
Kepler Universitätsklinikum



# boso medicus X



Bestes Oberarm-Blutdruckmessgerät  
Stiftung Warentest 5/2016, 11/2018 und 9/2020



Bestellung vor Ort:

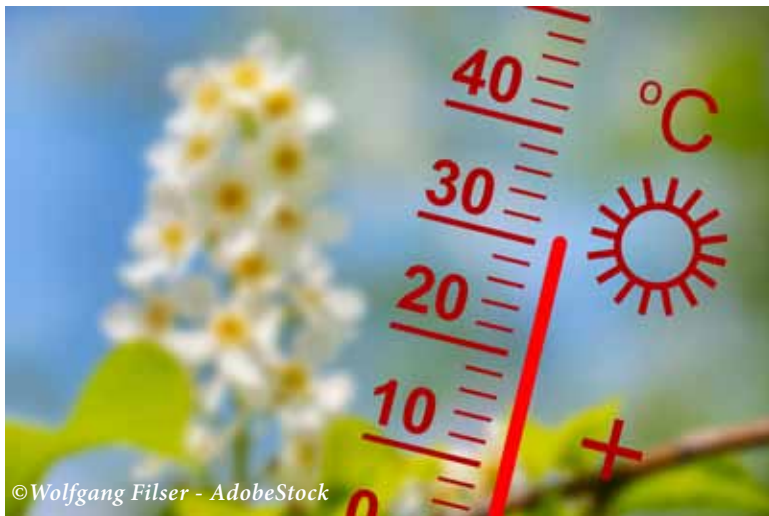


Speicher für 30 Messwerte und Auswertung des Blutdrucks. Bedienung ganz einfach über eine einzige Taste.

Premium-Blutdruckmessgeräte von boso erkennen eventuelle Herzrhythmusstörungen (z.B. Extrasystolen, Vorhofflimmern etc.).

EUR 67,90  
unverb.  
Preiseempfehlung

Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel.



©Wolfgang Filser - AdobeStock

# Klimawandel und die Gefahr der Dehydration

**Die meisten von uns freuen sich im Sommer über Sonnenschein und warmes Wetter. Aber nicht für alle verheißen die Prognosen der Meteorolog\*innen und Klimaexpert\*innen nur Gutes. Vor allem für ältere Menschen und Kinder können durch die zunehmenden Temperaturen auf Grund des Klimawandels gesundheitliche Beeinträchtigungen drohen, warnt OÄ Dr.in Regina Steringer-Mascherbauer, Kardiologin am Ordensklinikum Linz Elisabethinen.**

„Wir haben in den vergangenen Jahren schon mehrfach Perioden mit sehr hohen Sommertemperaturen erlebt und dann in unseren Ambulanzen immer wieder Menschen behandelt, die in der Folge unter Dehydrierung, also der Austrocknung des Körpers, gelitten haben. Nachdem uns von den Expert\*innen künftig vermehrt Zeiten noch höherer Temperaturen angekündigt werden, erscheint die Beachtung dieser Auswirkung auf die Gesundheit von besonderer Wichtigkeit.“

## Dehydration

Von Dehydration spricht man, wenn der Körper austrocknet. Das ist dann der Fall, wenn wir mehr Flüssigkeit verlieren als wir aufnehmen. Bei einem gesunden Menschen wird Flüssigkeit durch den Urin ausgeschieden, über die Haut durch das Schwitzen und durch die Atemluft. Schon bei normalen Temperaturen verlieren wir täglich durch Schwitzen Atmen 500-1000 ml Flüssigkeit. Zusätzlich negativ auf den Wasserhaushalt im Körper können sich aber auch Erbrechen, Durchfall, Nierenversagen, hoher Blutverlust sowie Infektionserkrankungen auswirken. Zu berücksichtigen ist auch, wenn Patient\*innen Medikamente einnehmen, die „entwässern“. In diesem Fall ist die Rücksprache mit der behandelnden Ärztin bzw. dem behandelnden Arzt sinnvoll. Flüssigkeit dient der Aufrechterhaltung des Zellorganismus (der

Mensch besteht zu 90% aus Wasser), aber auch zur Kühlung. Gefährlich wird es vor allem dann, wenn infolge der Dehydration eine sogenannte Hyperthermie entsteht, eine Überhitzung des Körpers. Ab einer Körpertemperatur von 41 Grad droht dabei ein Multiorganversagen.

In Erinnerung ist noch immer der Sommer des Jahres 2022, der zweitheißeste in Frankreich seit 1900, in dem die Gesundheitsbehörden über 10.000 Hitzetote vermelden mussten, überwiegend ältere Menschen. Verbunden mit der Dehydrierung ist meistens auch eine Störung des Elektrolyshaushaltes, also des Salzhaushaltes. Dadurch zeigen sich drei Formen der Dehydrierung: Bei der Isotonen Dehydration stimmt zwar das Verhältnis zwischen Körperwasser und Natrium, aber es liegt ein Gesamtdefizit vor. Bei der hypotonen Dehydration liegt zu wenig Natrium im Verhältnis zum Körperwasser vor, während bei der hypertonen Dehydration der Natriumgehalt im Verhältnis zum Körperwasser zu hoch ist.

Zum Glück treten die schweren Symptome wie Bewusstseins Einschränkungen oder Fieberkrämpfe nicht sofort auf. Um diese zu vermeiden ist es wichtig, erste Anzeichen ernst zu nehmen. Je nach dem Grad der Austrocknung zeigen sich Symptome wie Durst, trockene Haut, dunkler Harn, Herzrasen und niedriger Blutdruck.

## Stehende Hautfalte

Eine sehr einfache Überprüfung stellt die sogenannte „stehende Hautfalte“ dar. Dabei wird, beispielweise am Unterarm eine Hautfalte geformt, die sich im Normalfall sofort, bei einer vorliegenden Dehydration aber erst nach ein paar Sekunden wieder glättet.

Leichte Formen der Dehydration kann man selbst behandeln. Flüssigkeitszufuhr und Kühlung des Körpers sind Maßnahmen, die rasche Erleichterung bringen. Circa 1,5 Liter Flüssigkeit, vor allem Wasser,



Früchte- oder Kräutertee und Auflegen von kühlen Umschlägen werden empfohlen. Die Überprüfung des Elektrolysehaushaltes erfolgt üblicherweise durch eine Blut- und Urinanalyse.

## Prävention

„Vor allem bei älteren Menschen und Kindern sollten die Trinkgewohnheiten im Auge behalten werden. Ein Wasserkrug, mit 1,5 – 2 Liter Wasser am Morgen bereitgestellt, sollte 3 Mal täglich kontrolliert werden,“ rät Steringer-Mascherbauer.

- *Anstrengende Tätigkeiten wie auch Sport sollen idealerweise an die Tagesrandzeiten verlegen werden.*
- *Der Aufenthalt im Freien soll in den Schatten und gegebenenfalls in den Wald verlegt werden.*
- *Um eine zusätzliche Aufheizung des Körpers zu vermeiden hilft eine Kopfbedeckung und helle Kleidung.*
- *Was die Ernährung betrifft, empfiehlt sich die leichte so genannte mediterrane Kost, die den Kreislauf weniger belastet.*
- *Hat man sich aber dennoch einmal stark angestrengt, dann hilft langsames schluckweises Trinken, das Herz zu schonen.*

„Mit entsprechender Achtsamkeit und etwas Vernunft, ist es aber nach wie vor möglich, ungetrübte Sommertage zu genießen“, gibt sich die Kardiologin zuversichtlich.



Artikel:  
Medieninformation Juli 2023  
Ordensklinikum Linz  
Foto:  
OÄ Dr.in Regina Steringer-  
Mascherbauer, Kardiologin am  
Ordensklinikum Linz Elisabethinen.



**SPARKASSE**  
Oberösterreich

Wir  
bewegen  
Oberösterreich  
seit

**170**  
Jahren

#glaubandich [www.sparkasse-ooe.at](http://www.sparkasse-ooe.at)

# „Achtjährige Tochter hat mir das Leben gerettet“



**Bei einem Schlaganfall zählt jede Sekunde. Dank des schnellen Eingreifens seiner achtjährigen Tochter blieb für Norbert Z. dieser ohne bleibende Schäden. Heute (Dienstag, 25.7.) konnte der 62-jährige Altenpfleger im Ruhestand wieder nach Haus zu seiner Familie und sagt: „Jetzt kann sich Lisa von mir wünschen was sie will.“**

Das Jahr 2023 war für Norbert Z. kein leichtes. Zunächst hatte er Corona, dann stürzte er, brach sich drei Rippen und kurz darauf wurde er mit einem Blinddarmdurchbruch ins Krankenhaus eingeliefert. Kaum zwei Tage zuhause dann das nächste Unglück:

*„Aufgrund der schwierigen Operation brauchte ich eine Vakuum-Pumpe, um das Wundsekret abzusaugen. Als ich in der Früh aufgewacht bin dachte ich, dass etwas mit der Pumpe nicht stimmt. Ich habe mich ganz komisch gefühlt und bin auf den Boden gerollt, konnte dann aber nicht mehr aufstehen. An einen Schlaganfall habe ich dabei nicht gedacht.“*

## **Rettung kam innerhalb weniger Minuten**

Zum Glück war Lisa gleich nebenan und hörte das Rufen ihres Vaters. Dieser bat sie, Hilfe zu holen. Die Achtjährige benutzte sofort ihre GPS-Uhr, in der ihre Schwägerin als Notfallkontakt gespeichert ist. Diese wohnt nur wenige 100 Meter entfernt und eilte mit ihren drei Kindern sofort zu Hilfe. Im Nu war die Rettung verständigt. „Das alles hat nur wenige Minuten gedauert, ich wurde sofort zu den Barmherzigen Brüdern gebracht und dort untersucht. Meine rechte Halsschlagader war verstopft und mir musste ein Stent gelegt werden.“ Bereits eineinhalb Stunden nachdem Lisa ihren Vater gefunden hatte, konnte die lebensrettende Operation stattfinden.

*„Ich bin sehr stolz auf Lisa, obwohl sie Angst hatte hat sie sehr schnell reagiert. Als Belohnung darf sie sich nun alles wünschen was sie möchte. Mein Sohn hat ihr bereits ein Handy geschenkt. Und am 26. Juli sind wir bei Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer eingeladen, wo sie eine Urkunde, ein Geschenk und ein Eis erhält. Lisa ist deswegen schon ein wenig nervös.“*

Selbst freut sich der zweifache Vater einfach darüber, endlich wieder nach Hause zu kommen und hofft, dass seine Pechsträhne nun ein Ende hat.

## **Hintergrundinfos:**

Hochspezialisierte und schnelle Behandlung bietet die „Stroke Unit“ der Barmherzigen Brüdern Linz, denn bei einem Schlaganfall zählt jede Sekunde – nicht nur, was das Überleben der Patienten betrifft. Auch bei der Genesung gilt: Wird ein Patient rechtzeitig behandelt, können bleibende Folgeschäden minimiert werden. So wie bei Norbert Z. „Die Versorgungskette hat optimal funktioniert“, erzählt OA Dr. Emil Get-



zev von der Neurologie. „Wir haben gleich nach dessen Einlieferung ein CT und eine Angiographie gemacht und einen Verschluss der rechten Halsschlagader sowie ein Blutgerinnsel in einem großen Gehirngefäß entdeckt.“ Aufgrund der technischen Hilfsmittel war es möglich, eine präzise Diagnose zu erstellen und die Behandlung zu optimieren. Seit dem Frühjahr 2023 wird bei den Barmherzigen Brüdern ein CT verwendet, welches von einer KI unterstützt wird. Dank der künstlichen Intelligenz können bei der Erstdiagnose entscheidende Minuten gespart werden.

„Der Patient wurde umgehend zur unserem Kooperationspartner in den Neuromed- Campus überstellt, wo eine Thrombektomie vorgenommen wurde. Hierbei handelt es sich um einen Eingriff bei dem der Blutpfropf, welcher das Gefäß im Gehirn verstopft, entfernt wird“,

so Isabella Pühringer, Stationsleiterin der Neurologie.

„Das Herr Z. ein so gutes Outcome hatte, ist dem medizinischen, pflegerischen und therapeutischen Team zu verdanken. Durch die interdis-

ziplinäre Zusammenarbeit der unterschiedlichen Berufsgruppen wird ein rascher Genesungsprozess ermöglicht.“

Das Konventhospital der Barmherzigen Brüder in Linz setzt auf Zusammenarbeit in Augenhöhe. Das Know-how von den unterschiedlichen pflegerischen Berufsgruppen (Pflegeassistent, Pflegefachassistent oder Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger) wird von den Mediziner\*innen ernst genommen und die Therapie dementsprechend adaptiert. Dies ermöglicht es, den Einzelnen bestmöglich individuell zu behandeln und die Ressourcen des Patienten zu fördern. Je nachdem, welche Defizite der Betroffene aufweist, wird die Expertise von Logo-, Ergo-, oder Physiotherapie eingeholt und die Therapien werden so gestaltet, dass die Patienten bestmöglich davon profitieren.

Presseinformation Juli 2023

*Bild: Familie Z. mit Pflegeassistentin Lisa Reindl und DGKP Michael Sigl. Dank der hervorragenden Zusammenarbeit aller Berufsgruppen werden Patienten optimal versorgt.*

Fotorechte: Barmherzige Brüder



selpers Online-Kurs

## Raucherentwöhnung bei Angina pectoris

Durch einen gesunden Lebensstil können Sie viel zu Ihrer Lebensqualität beitragen. Im neuen kostenlosen Online-Kurs „**Raucherentwöhnung bei Angina pectoris**“ der Kursreihe „Leben mit Angina pectoris“ erklärt Ihnen Prim. Priv.-Doz. Dr. Bernd Lamprecht in mehreren Video-Interviews wie Rauchen auf Ihre Blutgefäße wirkt. Sie lernen außerdem, welche körperlichen Verbesserungen eintreten, wenn Sie damit aufhören.

Sammeln Sie wichtige Tipps und Informationen, wie Sie es schaffen können, mit dem Rauchen aufzuhören. Es werden unter anderem Fragen beantwortet wie:

- ❓ Wie bereite ich mich auf eine Raucherentwöhnung vor?
- ❓ Welche Hilfsmittel machen die Entwöhnung leichter?
- ❓ Was kann beim Umgang mit den Entzugssymptomen helfen?
- ✔ Alle Online Kurse sind kostenlos und ohne Registrierung

[www.selpers.com/angina-pectoris](http://www.selpers.com/angina-pectoris)



AT-RAN-17-04-2020

Diese Kursreihe widmet Ihnen



Empfohlen von



Anzeige



## Training fürs Gehirn

### Finde die Wörter

Streiche die angegebenen Wörter aus dem Buchstabenfeld.  
Sie können waagrecht, senkrecht oder diagonal versteckt sein.  
Manche Buchstaben können mehrmals gebraucht sein.  
Die Buchstaben die übrig bleiben ergeben das gesuchte Rätselwort.

BUERDE	GRETEL	MARIO	ZITRUS
ESELIN	IRRTUM	START	
GITARRE	KLERUS	STEHEN	

A	B	S	N	M	G	T
M	I	U	A	R	L	S
S	U	R	E	L	K	T
G	I	T	A	R	R	E
O	E	I	R	A	D	H
L	O	Z	T	R	P	E
E	E	S	E	L	I	N

--	--	--	--	--	--	--	--

## Fitness für den Körper



### Stufenübung

#### Ausgangsstellung:

aufrechter Stand vor einer Stiege, linker Fuß steht auf der ersten Stufe

#### Durchführung:

Steigen Sie mit dem rechten Fuß auf die zweite Stufe, dann wieder hinunter. Die Arme werden gegengleich mitbewegt.

#### Dosierung:

10x mit dem rechten und 10x mit dem linken Bein, 3 Durchgänge/Tag

#### Varianten / Steigerung:

- linker Fuß steht auf zweiter Stufe, rechter Fuß steigt auf 4. Stufe
- führen Sie die Übung einmal schneller und einmal langsamer durch

Physiotherapie Kepler Universitäts Klinikum Med Campus III

## Training fürs Gehirn

Gehirnjogging bedarf keines großen Aufwands. Im Gegenteil! Im Alltag bieten sich genug Möglichkeiten, unser Gehirn zu trainieren. Gehirnjogging-Übungen lassen sich häufig nebenbei durchführen, aber auch Wartezeiten können damit sinnvoll überbrückt werden.

### ÜBUNG: Buchstabieren

Buchstabieren ist eine einfache Gehirnjogging-Übung mit der Möglichkeit, den Schwierigkeitsgrad zu steigern. Zunächst denkt man sich ein langes Wort aus und buchstabiert dieses von vorne nach hinten möglichst schnell.

Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen, nimmt man das gleiche Wort und buchstabiert es rückwärts. Hierbei wird das Konzentrationsvermögen sehr gut trainiert.

Quelle: 50 Gehirnjogging-Übungen Ing. Burkhard Heidenberger  
www.zeitblueten.com

## Humor für die Seele

Klein Maxi ist mit seiner Mutter einkaufen.  
„Mami! – Papi hat gesagt wir müssen sparen – und Du kaufst Seife?“

~

„Hier war doch letztes Jahr so ein wunderschönes Echo“, sagt der Tourist zum Bergbauern. „Wo ist denn das geblieben?“ „Auf dem Friedhof – der Echo-Gustl ist gestorben!“

~

Die Mutter beschwert sich beim Lehrer ihres Sohnes: „Wie können Sie meinem Sohn eine Rechenaufgabe stellen, in der eine Flasche Bier 20 Cent kostet? - Mein Mann hat vor Aufregung die ganze Nacht nicht geschlafen.“

~

Bekanntgabe im Amtsblatt: „Die, die die, die die Rathauswände beschmiert haben, anzeigen, erhalten 100 Euro Belohnung.“

~

In Anbetracht der heurigen sehr heißen Temperaturen stellt sich berechtigt die Frage: Darf man 30°Grad Wäsche eigentlich bei 40°Grad aufhängen?



# BERICHTE AUS DEN HERZGRUPPEN

Ein Streifzug durch Oberösterreich . . .



## Bad Ischl

**Kontakt: Ursula Janko**

Telefon: 0660 111 10 54

e-mail: ursi.janko07@gmail.com

## TERMINE

### Koronartraining:

Jeden Montag 17:00 - 18:00 Uhr

Fitness Studio EXCITINGFIT

Bad Ischl, Lindau Straße 28

Heuer machten wir keine Sommerferien.

Auf Wunsch vieler Mitglieder turnten wir durch.

## INFORMATION

Wanderungen, Kaffeenachmittage, Qigong im Frei-

en gestalten wir unterschiedlich. Das WO und WANN erfahren unsere Mitglieder über unsere Herzgruppen App.

Am 5. Oktober 2023 treffen sich die Leitungen der Herzgruppen aus ganz Oberösterreich, diesmal zur Sitzung in Bad Ischl. Darauf freuen wir uns sehr.



## Bad Schallerbach & Grieskirchen



**Kontakt: Franz Feichtenschlager**

Telefon: 0664 248 66 80

e-mail: ff.franz@gmx.at

## TERMINE

### Koronartraining:

Reha-Zentrum Austria der BVA

Dienstag: 15:30 - 16:30 und 16:45 - 17:45 Uhr

### Ausflug:

13.09.2023

Ins Waldviertel nach Weitra - Blockheide-Gmünd.

Kostenbeitrag € 25,00

Detailauskunft und Anmeldung bei Rudi Wagner unter +43 677/61426660 bis 10.09.2023.

## INFORMATION

Ich möchte diesmal die Gelegenheit nützen, um in diesem Herzjournal **DANKE** zu sagen!

Wir, die Herzgruppe Bad Schallerbach / Grieskirchen, bedanken uns herzlich, beim

**Regionalfond der Sparkasse Grieskirchen**, sowie bei der **Marktgemeinde Bad Schallerbach**, für die alljährliche großzügige finanzielle Unterstützung. Mit dieser können wir einen Teil der Ausgaben für unsere Koronartrainer abdecken und sie ermöglichen uns ein Turnen in zwei Gruppen.

Mit Veranstaltungen wie Turnen, Wandern, Radeln und Kegeln versuchen wir, ein möglichst sportlich vielseitiges Programm zu schaffen. Mein **Dank** gilt euch allen, die ihr die Veranstaltungen so zahlreich besucht.

(Fotos: Seite Schnappschüsse)





## Braunau

**Kontakt: Heidi Kasper**

Telefon: 0680 305 13 41

e-mail: heidi.kasper@aon.at

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

Mittwoch: 17:30 - 18:30 Uhr

Turnhalle der Volksschule Neustadt

Unser Training beginnt wieder mit Schulbeginn.

**Herzcafe:** Am ersten Montag im Monat 10:00 Uhr  
„Cafe Sailer“

**Stammtisch:** Am letzten Donnerstag im September. Treffpunkt wird über WhatsApp bekanntgegeben.

### INFORMATION

Als Herzgruppe, die öfters in den Motorikpark geht, haben wir festgestellt, dass eigentlich nur zwei bis drei Geräte für ältere Leute geeignet sind. In Hochburg gibt es wartungsfreie Outdoorgeräte (Foto bei den Schnappschüssen) in Form eines Zirkels, die Jung und Alt fürs Training benutzen können. Deshalb haben wir sie schon ein paar Mal ausprobiert. Diese wären auch in Braunau ein Hit und würden das Naherholungsgebiet enorm bereichern.



Heidi Kasper



## Enns

**Kontakt: Gerhard Dauwa**

Telefon: 0699 182 20 474

e-mail: gerhard@dauwa.at

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

Jeden Dienstag: 18:00 - 19:00 Uhr (außer in den Ferien)

Turnsaal der Volksschule Ennsdorf

Wiederbeginn ab 12.09.2023

#### **Herzkafee Stammtisch:**

Am ersten Mittwoch im Monat

04.10.2023 / 08.11.2023 im Seniorenclub

#### **Nordic Walking:**

Ab Montag 11.09.2023

Jeden Montag 09:30 Uhr

(Treffpunkt Ecke Eichberg / Födermayr Straße)

#### **Vortrag: „Herzinsuffizienz“**

Im November (Einladung hierfür folgt)

### RÜCKBLICK

5.Juni: Abschlusswanderung der Turn- und Walking Gruppe in Sandl, mit Besichtigung des Hinterglasmalerei Museums

31.Juli: Frühschoppen im Restaurant Brunner

Gemeinsamer Abschluss des Aktivjahres 2022/2023

(Fotos: Seite Schnappschüsse)



Gerhard Dauwa



## Freistadt

**Kontakt: Annemarie Larndorfer**

Telefon: 0650 721 91 50

e-mail: annemarie.larndorfer@gmail.com

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

Mittwoch: 09:00 - 10:00 Uhr

im Saal der Tennishalle Freistadt

Turnbeginn, wieder am 13.09.2023

#### **Genussfreitag:**

Am 29.09.2023 werden wir zum Saisonfinale auch dabei sein. Wir treffen uns ab 14:00 Uhr am Hauptplatz Freistadt. Da werden Kellerführungen, Kirchturmbesteigung und auch eine Führung im Schloss geboten. (Wir müssen ja nicht bei allen Angeboten dabei sein!)

#### **Wanderung:**

Für 13.10.2023, 14:00 Uhr ist eine Wanderung (Vogelkundeweg in Gutau) geplant.

### INFORMATION

Eine Betriebsbesichtigung der Firma Neoom in Freistadt ist vorgesehen. Der genaue Termin (Oktober/November) muss noch mit der Firma abgeklärt werden. Die Firma Neoom baut Speicher in allen Größen für dezentrale Energiesysteme - für Großanlagen aber auch Speicher für die Solaranlage auf dem eigenen Haus.



Annemarie Larndorfer



## Gmunden

**Kontakt: Peter Zemlicka**

Telefon: 0644 243 62 70

e-mail: hpz.trk@a1.net

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

Montag: 16:30 - 17:30 Uhr  
Brahmsschule Lindenstraße, Gmunden  
Ab 11.09.2023 wieder Turnbeginn

#### **Frühstücks Stammtisch:**

Jeden Dienstag 09:00 Uhr  
im Cafe Habert – SEP Gmunden

#### **Wanderung:**

Jeden Donnerstag (Verständigung über WhatsApp)

### INFORMATION

Der Vereinsausflug für Herbst ist in Planung.

Unsere Herzgruppe nimmt am 21. Oktober am „Gesundheitstag Gmunden“ teil.

Die Turnstunden, geleitet von unserer Therapeutin Claudia, werden mit großer Freude und Elan angenommen. Ebenso ist es bei den abwechslungsreichen Wanderungen, die von unserer Wanderwartin Anna Achleitner ausgesucht werden.

### RÜCKBLICK

Am 12. Mai fand in Altmünster der Gesundheitstag, veranstaltet von den „COMMUNITY NURSING“ Gesunde Gemeinden Altmünster-Traunkirchen, statt. Wir konnten hier einige Kontakte mit anderen Gesundheitsanbietern knüpfen und interessierte Besucher über das Programm und die Angebote des O.Ö. Herzverbandes informieren.

Beim letzten Turnen wurde Rückblick auf das vergangene Halbjahr gehalten, mit anschließendem gemütlichem Beisammensein.

(Fotos: Seite Schnappschüsse)



Peter Zemlicka



## Kirchdorf

**Kontakt: Hermann Wimmer**

Telefon: 0650 689 86 46

e-mail: herzgruppe.ki@gmx.at

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

Montag: 16:30 - 17:30 Uhr  
Pfarrsaal Kirchdorf (Parkuhr nicht vergessen!)  
Ab 11.09.2023 wieder Turnbeginn

#### **Herz-Stammtisch im Gasthaus Söllhuber:**

Montags, nach dem Turnen.  
Hier treffen sich alle Herzler, auch solche, die nicht mehr das Kreislauftraining besuchen möchten, um sich auszutauschen und alte Freundschaften zu pflegen. Auch die jeweiligen Partner dürfen mitgebracht werden.

#### **Wanderungen:**

Ganzjährig jeden 2. Donnerstag im Monat.  
Wanderführer Sepp Kniewasser schreibt den Treff-

punkt kurzfristig per SMS oder WhatsApp aus.  
Eine Wanderung dauert in etwa 2 bis 3 Stunden, wird ohne große Steigung mit langsamen Schritten geführt und endet wieder am Ausgangspunkt mit einem gemeinsamen Mittagessen.



Hermann Wimmer

### IM GEDENKEN AN:



#### **Walter Ebenhöchwimmer**

ist am 5. Juni 2023, kurz vor seinem 80. Geburtstag von uns gegangen.

Walter war Mitbegründer der Herzgruppe Kirchdorf und hat diese bis 2018 geleitet und ist der Gruppe bis zuletzt, stets verbunden gewesen.

„Du warst, du bist und du bleibst im Herzen“!



## Perg

**Kontakt: Ernst Metzbauer**

Telefon: 0664 818 31 66

e-mail: info@herzverband-ooe.at

### TERMINE

**Koronartraining:** In der Turnhalle Perg

Montags von 08:45 - 09:45 Uhr

Dienstag von 17:30 - 18:30 Uhr

Die Trainingseinheiten werden von Susanne Holzer geleitet und sind auf Herzpatienten abgestimmt.

15 Min. Koordinationstraining,

30 Min. Kraft-Ausdauertraining

15 Min. Mobilitätstraining und Sturzprävention.

**Wanderungen:**

Erster Donnerstag im Monat um 13:30 Uhr.

Die Wanderungen mit Wanderwart Willi Lehner finden monatlich statt. Treffpunkt beim Hallenbadparkplatz Perg (Mitfahrgelegenheit wird angeboten).

Die Wanderstrecken im Bezirk Perg haben eine Länge von 5 - 6 km und sind leicht zu bewältigen. Die Teilnehmer werden zeitnah von der jeweils geplanten Wanderung per E-Mail verständigt.

**Schwimmkurs:**

Unser bewährter Schwimmlehrer Josef Diwold hat in einigen Einzelstunden die Schwimmkenntnisse bei manchen Mitgliedern vertieft; Terminvereinbarungen für Individuallösungen sind möglich.

### RÜCKBLICK

Die Juniwanderung, geleitet von Bgm.a.D. Robert Zeitlinger (siehe Fotos bei den Schnappschüssen) führte uns auf interessante Plätze in der Marktgemeinde St. Florian/Tillysburg. Bei der anschließenden Einkehr im Weingut Schmuckenschlager in Volkerstorf bei Enns konnten wir dann den wunderbaren Nachmittag mit netten Gesprächen ausklingen lassen.

Unser Gründungsmitglied Balthasar Rieser ist nach kurzer, schwerer Krankheit verstorben. Mit seiner umgänglichen und verbindenden Art, seiner stetigen Unterstützung unserer Herz-Gruppe und seiner begeisternden Art beim Training und im Nachmeeting, hat er unsere Gemeinschaft immer wieder begeistert. Unvergessen sind auch die Ausflüge mit ihm auf der Donau, wo er uns als Kapitän der Rad-Fähre Enns/Mauthausen einige Male im Ennshafen geführt hat.



Ernst Metzbauer



IM GEDENKEN AN:

**Balthasar Rieser**

welcher im 78. Lebensjahr von uns gegangen ist.

Balthasar war ein Gründungsmitglied der Herzgruppe Perg



## Ried / Innkreis

**Kontakt: Johann Dobler**

Telefon: 07752 85 050/

e-mail: familiedobler@gmx.at

### TERMINE

**Koronartraining:**

Dienstag: 17:10 - 18:10 Uhr

Turnhalle Volksschule 2, Waldmüllerstraße 6

Ab 19.09.2023 wieder Turnbeginn nach der Sommerpause

**Stammtisch:**

Am ersten Dienstag im Monat beim Rieder Wirt um 18:00 Uhr.

**Wandern:**

14.09.2023: Wandern in Mehrnbach

Treffpunkt 16:00 Uhr ROOMFIVE (ehem. GH zur Alm)

19.10.2023: Wandern in Utzenaich

Treffpunkt 15:00 Uhr Gasthaus Mesnersöld

16.11.2023: Wandern in Ried

Treffpunkt 15:00 Uhr Rieder Wirt

### INFORMATION

Wie geht es weiter mit dem Koronartraining im Herbst?

Diese Frage stellte sich zum Ferienbeginn, als unsere Physiotherapeutin Tina in den Mutterschutz ging.

Eine Konsultation mit der ehemaligen Studienkollegin Manuela Zweimüller – die uns einige Jahre beim Koronarturnen im Krankenhaus Ried betreute – ergab eine vollständige Vertretung zu den bisherigen Bedingungen.

Ein Lob den beiden Mehrfachmüttern für diese logistische Meisterleistung.

(Fotos: Seite Schnappschüsse)



Johann Dobler





## Rohrbach

**Kontakt: Gerhard Raab**

Telefon: 07289 62 419 / 0664 83 53 556

e-mail: gerhardt.raab@aon.at

### TERMINE

#### **Koronartraining mit Musikuntermalung:**

*Wir treffen uns jeden Montag von 17:00 - 18:00 Uhr im Pfarrheim der Stadtpfarre Rohrbach-Berg.*

*Ausgenommen davon sind die Ferien.*

*Wir beginnen wieder am 4. September.*

#### **Wandern:**

*Den 4. Donnerstag im Monat um 13:30 Uhr.*

*Dauer ca. 2 Stunden.*

*Es wird auch eine Kurzstrecke angeboten.*

*Zum Abschluss erfolgt eine gemeinsame Einkehr.*

*Wir beginnen wieder*

**14.09.2023** in Oepping:

*Treffpunkt – Gasthof Simmel.*

**12.10.2023** Treffpunkt: Wirtin z.Anreit,

*Bettina Kapeller – Ortszentrum.*

**09.11.2023** Ulrichsberg: Treffpunkt – Hauptschule-Parkplatz, anschließend Hotel Böhmerwaldhof.

**14.12.2023** Rohrbach- Berg:

*Treffpunkt – Gasthof Mosthütte.*

#### **Stammtisch:**

*Die Stammtische werden hinsichtlich Ort und Terminen flexibel festgelegt und jeweils beim Koronarturnen bekanntgegeben.*

### INFORMATION

*Wir freuen uns auf den Vortrag des FA für Innere Medizin und Herzspezialist Prof. Dr. Josef-Friedrich Hofer aus Freistadt zum Thema „Die Pumpleistung des Herzens“, der im September geplant ist. Der konkrete Termin wird den Mitgliedern mittels Rundschreiben bekanntgegeben.*

*Für an unseren Aktivitäten Interessierte gibt Herzgruppenleiter Gerhard Raab gerne nähere Auskunft. (siehe Kontakt)*



Gerhard Raab



## Steyr

**Kontakt: Gertraud Putz**

Telefon: 0676 361 17 60

e-mail: gertraud.putz@gmx.at

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

*Mehrzweckhalle Wehrgrabengasse 22, 4400 Steyr*

*Wiederbeginn Mitte September.*

*Tag und Uhrzeit sind noch offen!*

*Die aktiven Mitglieder werden telefonisch informiert.*

#### **Kaffeeplausch:**

*Jeden 2. Mittwoch des Monats, Cafe „Nagl“ in Garsten um 14:30 Uhr*

#### **Wandern:**

*Jeden 4. Mittwoch des Monats, um 10:00 Uhr*

*Treffpunkt: Parkplatz des Kraftwerkes*



Gertraud Putz



## Vöcklabruck

**Kontakt: Gerhard Wittmann**

Telefon: 0664 2301003

e-mail: gerhard.wittmann33@gmail.com

### TERMINE

#### **Koronartraining:**

*Jeden Mittwoch 16:00 – 17:00 Uhr*

*Klinikum Vöcklabruck, Physiotherapie*

*Beginn mit Mittwoch 20. September 2023*

### INFORMATION

**Liebe Mitglieder!** *Es freut uns, dass künftig wieder für die Herzgruppe Vöcklabruck ein Koronartraining angeboten werden kann.*



Der Ö. Herzverband



Wels

**Kontakt: Maximilian Spach**

Telefon: 0699 817 80 302

e-mail: maxispachi@gmail.com

## TERMINE

### **Koronartraining:**

Montag: 17:00 - 18:00 Uhr

Turnsaal der Volksschule Vogelweide, 4600 Wels

11. 09.2023 Erstes Turnen nach der Sommerpause

### **Wanderungen:**

Diese werden im Herbst kurzfristig organisiert.

### **Ausflug "Mondsee":**

Am 21.09.2023 Treffpunkt 08:00 Uhr

Pendlerparkplatz Eberstalzell bei Feuerwehr!

Wir versuchen mit Fahrgemeinschaften einen Ausflug zu organisieren, Ziel ist Mondsee, Friedhofparkplatz. Wir gehen den "Helenenweg", einen gemütlichen idyllischen Weg, entlang der Zeller Ache bis zur Erlachmühle und retour, Gehzeit ca. 1,5 Std.

Anschließend gemeinsames Mittagessen. Nachmittags ist eine Seerundfahrt geplant! Wer will kann auch am Marktplatz Mondsee spazieren, auch für eine Kaffeepause ist Zeit.

Der Ausflug findet jedoch nur bei Schönwetter statt!

## INFORMATION

Am Freitag 22. September von 13:00 – 17:00 Uhr findet im Klinikum Wels ein Infotag der Selbsthilfegruppen statt. Auch unsere Herzgruppe nimmt daran teil und ist mit einem Infostand am Haupteingang im Foyer vertreten. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!

(Fotos: Seite Schnapshots)



Maximilian Spach



Linz

**Kontakt: Dagmar Pötscher**

Telefon: 0650 448 84 84

e-mail: h.poetscher@aon.at

## TERMINE

### **Koronartraining:**

Donnerstag: 16:30 - 17:45 Uhr

Turnsaal Diesterwegschule, Khevenhüllerstraße Linz

14.09.2023: Erste Turnstunde nach den Ferien

### **Herzkafee mit Olga:**

Jeweils um 14:00 Uhr im Gasthaus AMANO am

Lunaplatz in der Solar City. Olga freut sich auf euch.

15.09. / 20.10. / 17.11.2023

### **Smoveytraining mit Sabine:**

Treffpunkt: 14:00 Uhr vor dem ehemaligen Gasthaus Lindbauer.

Start wieder im September

06.09. / 27.09. / 04.10. / 11.10. / 08.11. / 22.11.2023

### **Vortrag:**

13.09.2023, 19:00 Uhr

Volkshaus Kleinmünchen Dauphinestr. 19, 4030 Linz

**Prim. Dr. Christian Mittermaier**

Vorstand des Instituts für Physikalische Medizin,

Kepler Universitäts Klinikum Linz

„Physikalische Medizin bei Herz Kreislauferkrankung“

### **Radl Treff mit Werner:**

22.09.2023, 13:00 Uhr beim ehem. GH Lindbauer.

Fasst euch ein Herz und macht bei diesem Ausflug mit.

Nähere Details, Tel. Nr. 0677 61273195

### **Seniorentanz: NEU**

Ab September im Volkshaus Harbach,

Im Bachfeld 31, 4040 Linz

Jeden Mittwoch von 9:30 - 11:00 Uhr

Je Person und Stunde € 5,00

Anfragen an Johann Palzenberger

+43 68110385404

Ihr könnt zu zweit, aber auch alleine kommen.

Kommt einfach auch ohne Anmeldung!

### **Turnen mit Theo:**

05.09.2023, 10:00 Uhr. Turnen auf der Wiese, in der Nähe vom ehem. GH Lindbauer.

Nach der Turnstunde treffen wir uns im Asiatischen Lokal „Charly's Essen und Trinken“, Ferihumerstr. 44

### **Jahresabschlussfeier:**

24.11.2023, 15:00 Uhr, Volkshaus Ebelsberg

Wir freuen uns über Kekserl, es muss nicht jeder was bringen.

Ein Kinderchor wird unsere Feier musikalisch begleiten.

### **Wandertag ist Dienstag:**

Wir wandern bei jeder Witterung, eine Anmeldung ist nicht notwendig. Wer mitwandern will, kommt zum angeführten Treffpunkt. Wenn eine Weiterfahrt zum tatsächlichen Ausgangspunkt notwendig ist, können Fahrgemeinschaften gebildet werden, um auch Personen ohne PKW das Mitwandern zu ermöglichen.



Die Mitfahrt erfolgt auf eigene Gefahr. Nach der Wanderung kehren wir jeweils in ein nahegelegenes Gasthaus zum gemütlichen Ausklang ein.

(Fotos: Seite Schnappschüsse)



Dagmar Pötscher

Nr.	Zeit	Treffpunkt	Route
12.09.2023	13:30 13:40	Universität, 4040 Linz, Altenbergerstraße 50, Linien 1 u. 2, Hst. "JKU/Universität", u. Bus 253, 305 u. 306 <b>GH Wildenauers Mostheuriger, 4203 Altenberg, Altenberger Str. 187, Linien 305 u. 306, Hst. "Altenberg-Katzgraben"</b>	Katzgraben - Hagerberg - Rundweg
19.09.2023	13:30 14:00	Gründberg, Kirche St. Markus, 4040 Linz, Gründbergstr. 2, Linien 1 u. 2, Hst. "Gründberg" <b>Marktplatz 4181 Oberneukirchen, Linie 265, Hst. "Marktpl."</b>	Oberneukirchen - Lobenstein
26.09.2023	13:30	Biesenfeldbad, 4040 Linz, Dornacher Str. 37, Linien 1 u. 2, Hst. "St. Magdalena"	Hasbergsteig - Elmberg
03.10.2023	13:30 13:50	Gründberg, Kirche St. Markus, 4040 Linz, Gründbergstr. 2, Linien 1 u. 2, Hst. "Gründberg" <b>GH Maurerwirt, 4202 Kirchschlag 46, Linie 260, Hst. "Ortsmitte"</b>	Kirchschlag - Rundweg 3
10.10.2023	13:30	Pichlinger See Campingpl., 4030 Linz, Wiener Str. 937, Linie 400, Hst. "Pichlinger See - Wiener Str." LinzAG Ticket gilt	Pichlinger See - Gemering
17.10.2023	13:30	Volkshaus Dornach, 4040 Linz, Niedermayerweg 7, Straßenb. Linien 1 u. 2, Hst. "Schumpeterstr."	Elmberg - Pferdeeisenbahntrasse - Dornach
24.10.2023	13:30 13:50	GH Lindbauer, 4040 Linz, Linke Brückenstraße 2, Linien 12 u. 25 Hst. "Heilhamer Weg" <b>Fähre 4100 Ottensheim, Lederergasse, Linie 200, Hst. "Marktpl."</b>	Bleicherbachtal - Hamberg
31.10.2023	13:00 13:10	Universität, 4040 Linz, Altenbergerstraße 50, Linien 1 u. 2, Hst. "JKU/Universität", u. Bus 253, 305 u. 306 <b>GH Prangl, 4203 Altenberg, Marktpl. 5, Linie 305, Hst. "Ortsmitte"</b>	Altenberg - Hagerberg
07.11.2023	13:00	Solar-City, 4030 Linz, Lunaplatz 1, Linie 2, Hst. „Solar-City-Zentrum“	Weikerlsee
14.11.2023	13:00	GH Lüftner, 4040 Linz, Klausenbachstr. 18, Linie 1 u. 2, +2, Hst. "Ferdinand-Markl-Str."	Gründberg - Kampmüllerweg, Höllmühlbachtal
21.11.2023	13:00 13:30	Gründberg, Kirche St. Markus, 4040 Linz, Gründbergstr. 2, Linien 1 u. 2, Hst. "Gründberg" <b>GH Reichenauer Stuben, 4204 Reichenau, Badsteig 2, Linien 260, 305 u. 317, Hst. "Martpl."</b>	Reichenau - „Weg für Körper und Seele“ - Burgruine
28.11.2023	13:00	Linzer Hauptplatz, Straßenbahnlinien 1,2,3 u. 4	Schlossberg - Freinberg-Runde
05.12.2023	13:00 13:20	Parkplatz Trauner Kreuzung, 4050 Traun, Wiener Bundesstr. 151, Linien 3 u. 4, Hst. "Trauner Kreuzung" <b>GH Schlosstaverne, 4053 Haid, Weissenberg 5, Linie 453, Hst. "Weissenberg Schloss", Zug S4 u. R140, Hst. "Nöstlbach-St. Marien"</b>	Weissenberg - Links und Rechts der Krens
12.12.2023	13:00 13:30	GH Lindbauer, 4040 Linz, Linke Brückenstraße 2, Linien 12 u. 25 Hst. "Heilhamer Weg" <b>Sportplatz 4210 Unterweikersdorf, Sportplatzstraße 1, Linien 312 u. 316, Hst. "Abzweigung Reitern"</b>	Unterweikersdorf - Pferdeeisenbahn - Pfaffendorf
19.12.2023	13:00	Plesching, 4045 Plesching, Plesching 33, Bus Linien 33 u. 33a, Hst. "Plesching"	Donauufer - Damm - Rundweg

Bei Anfragen stehen zur Verfügung:

Theo Schwandl Tel.: 0650 / 4144078, Gertrude Leppelt Tel.:0676 / 5211533





HG - Bad Schallerb. / Griesk.



HG - Bad Schallerb. / Griesk.



HG - Enns



HG - Enns



HG - Gmunden



HG - Gmunden



HG - Gmunden



HG - Kirchdorf



HG - Kirchdorf



HG - Kirchdorf





HG - Linz



HG - Linz



HG - Linz



HG - Linz



HG - Perg



HG - Perg



HG - Ried



HG - Ried



HG - Wels



HG - Wels





# VERBANDSINFO

## Fragebogenaktion AHA-Help-Studie - Juni und Juli

Herzlichen Dank für die überwältigende Beteiligung! Der Rücklauf in analoger und digitaler Form war so zahlreich, sodass wir mit den ersten Ergebnissen in diesem Monat rechnen können. Rechtzeitig zum Weltherztag am 29. September werden wir in einer Pressekonferenz mit dem Institut für Allgemeinmedizin den Medien den ersten Teil der Studie zur Publikation präsentieren.

## WIFF – Seminar als Videokonferenz

Ziel des Kurzseminars ist, Personen die bereits aktive Vereinsarbeit leisten, die Aufgaben und

Rahmenbedingungen aus organisatorischer und rechtlicher Sicht darzustellen und zu helfen. Ebenso soll es aber auch für Unentschlossene aber doch Interessierte, einen Einstieg in die Herzgruppenarbeit erleichtern.

**Dauer: 1.30 h als Videokonferenz**  
**Mittwoch 28.10.2023, 18:00 Uhr**  
**im Büro Kreuzstraße**

**Referent: Mag. Gerold Rachbauer**

Anmeldung: Gerda Müller – OÖ. Herzverband,  
4040 Linz, Kreuzstraße 7  
Tel.: 0732 737 185  
Mail: [info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)

## HERZLICH WILLKOMMEN



01.01.2023 - 31.03.2023

### Wir begrüßen die neuen Mitglieder!

**Herzgruppe Bad Ischl:** Abozraa Shirin, Theinschnack Harald

**Herzgruppe Bad Schallerbach:** Kronschläger Willi, Scholl Marianne

**Herzgruppe Braunau:** Friedl Helga, Priewasser Gerlinde

**Herzgruppe Enns:** Dipl.-Ing. Wilken Frank, Dipl.Ing. Wilken Regina

**Herzgruppe Kirchdorf:** Auer Frieda, Bruckner Edelgarda, Brunsteiner Rosa

**Herzgruppe Linz:** Hinterplattner Thereseia, Kalchgruber Karl, Reinthaler Theresia, Wallnstorfer Franziska

**Herzgruppe Perg:** Pilz Heide Lore

**Herzgruppe Rorbach:** Schwentner Ewald, Sladek Anna, Sladek Werner,

**Herzgruppe Steyr:** Scheuchenpflug Marianne

**Herzgruppe Wels:** Steindl Edith, Wiesinger Elfriede

## Melden Sie sich einfach unter 0732 / 79 77 79 an.





Ambulante Kardiologische Rehabilitation

Untere Donaulände 21-25 (Medicent)  
4020 Linz, Tel. 0732 / 79 77 79  
[www.cardiomed.at](http://www.cardiomed.at)



## BEITRITTSERKLÄRUNG

ÖSTERREICHISCHER HERZVERBAND; LANDESVERBAND OBERÖSTERREICH

4040 Linz, Kreuzstraße 7, Tel. 0732 734185, E-Mail: [info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)

Homepage: [www.herzverband-ooe.at](http://www.herzverband-ooe.at)

Ich erkläre mit meiner Unterschrift den Beitritt zur Herzgruppe

Mitgliedsbeitrag derzeit pro Jahr € 25,00 (einschließlich 4 x im Jahr Bezug des OÖ Herz-Journals)

Titel:	Vorname:	Zuname:	Geb.Dat:
PLZ:		Ort:	Straße:
Telefon:		Handy:	E-Mail:
Datum:			Unterschrift:

- |                                                        |                                    |                                    |                                          |                                      |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bad Ischl                     | <input type="checkbox"/> Enns      | <input type="checkbox"/> Kirchdorf | <input type="checkbox"/> Ried / Innkreis | <input type="checkbox"/> Vöcklabruck |
| <input type="checkbox"/> Bad Schallerbach/Grieskirchen | <input type="checkbox"/> Freistadt | <input type="checkbox"/> Linz      | <input type="checkbox"/> Rohrbach        | <input type="checkbox"/> Wels        |
| <input type="checkbox"/> Braunau                       | <input type="checkbox"/> Gmunden   | <input type="checkbox"/> Perg      | <input type="checkbox"/> Steyr           |                                      |

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass die angegebenen Daten vom Österreichischen Herzverband elektronisch verarbeitet und für Infomails, Postausendungen und Herzjournale verwendet werden. Des Weiteren erkläre ich mich bereit, dass Fotos auf denen ich zu sehen bin, auf der Homepage des Herzverbandes und dem Herzjournal veröffentlicht werden dürfen. Gemäß DSGVO haben Sie das Recht auf Auskunftserteilung ihre gespeicherten Daten betreffend, sowie Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten zu verlangen.

## Ärztlicher Beirat

### Prim. Mag. Dr. Josef Aichinger

Vorstand Interne 2 Kardiologie, Ordensklinikum Linz Elisabethinen

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Johann Auer

Vorstand der Abteilung Innere Medizin 1 mit Kardiologie, Krankenhaus St. Josef, Braunau

### Prim. Priv.-Doz. Dr. Robert Berent

Ärztlicher Leiter des Herz-Kreislauf-Rehabilitationszentrum in Bad Ischl

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Martin Clodi

Abteilungsleiter der Inneren Medizin am Konventhospital der Barmherzigen Brüder Linz

### wHR Dr. Rainer Maria Dejaco, Prim. i. R.

Ehrenpräsident des OÖ. Herzverbandes, Enns

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Bernd Eber

Ärztlicher Leiter der Reha-Klinik Wilhering

### Dr. med. Sahba Enayati

FA. f. Innere Medizin und Kardiologie, im Ärztezentrum St. Stephan in Wels

### Prim. Dr. Norbert Fritsch, MPH

Ärztlicher Direktor und Abteilungsleiter der Inneren Medizin am Klinikum Freistadt

### Prim. Dr. Franz Gebetsberger

Leiter der kardiologischen Abteilung am Klinikum Bad Hall

### Prim. Dr. Martin Genger

Leiter der Abteilung für Innere Medizin I Pyhrn-Eisenwurzen Klinikum Steyr

### Oberarzt MR Dr. Peter Grafinger

FA. für Innere Medizin am Kepler Universitätsklinikum Med Campus 3 in Linz

### OA. Dr. Bernhard Hartenthaler

FA. für Innere Medizin, Kardiologie und Intensivmedizin am Salzkammergut-Klinikum Vöcklabruck und Herzzentrum Attersee in Schörföling

### Univ. Prof. Dr. Gunther Kleinberger

Steyr

### Univ. Prof. Dr. Franz Leisch

Linz

### Prim. Priv.-Doz. Dr. Rudolf Mair

Leiter des Departments für Kinderherzchirurgie am Kepler Universitätsklinikum Med Campus 4 in Linz

### Prim. Dr. Martin Martinek

Vorstand Interne 2 Kardiologie, am Ordensklinikum Linz, Elisabethinen

### Prim. Dr. Bernhard Mayr

Abteilungsleiter für Innere Medizin am Salzkammergut Klinikum Gmunden

### MR Univ.-Prof. Dr. Hans Joachim Nesser

Facharzt für Innere Medizin in Linz

### OA Univ.-Prof. Dr. Helmut Pürerfellner

Leiter des Departments für Rhythmologie am Ordensklinikum Linz GmbH Elisabethinen

### OA. Dr. Kurt Sihorsch

Leitender Oberarzt der Kardiologie und Internen Intensivmedizin am Kepler Universitätsklinikum Med Campus 3 in Linz

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Peter Siostrzonek

Abteilungsleiter der Internen 2 - Kardiologie am Ordensklinikum Linz GmbH Barmherzige Schwestern

### Prim. Priv.-Doz. Dr. Clemens Steinwender

Vorstand der Klinik für Kardiologie und Internistische Intensivmedizin am Kepler Universitätsklinikum Med Campus 3 in Linz

### Prim. Dr. Thomas Winter

Abteilungsleiter der Inneren Medizin 2- Kardiologie am Barmherzigen Schwestern Krankenhaus Ried

### Prim. Univ.-Prof. Dr. Andreas F. Zierer

Vorstand der Universitätsklinik für Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie am Kepler Universitätsklinikum Med Campus 3 in Linz

## Juristischer Beirat

Mag. Edwin Kerschbaumayr 4020 Linz, Museumstraße 6-8, Tel 0732/783311 Mobil: 0676/4136738 Fax: 0732/783311-33

## Impressum

**Medieninhaber und Herausgeber:** Österreichischer Herzverband, Landesverband Oberösterreich, 4040 Linz, Kreuzstraße 7, Tel: 0732 / 734185, E-mail: [info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)  
Homepage: [www.herzverband-ooe.at](http://www.herzverband-ooe.at)

**Redaktion, Layout und Grafik:** H-D Jachs

**Bilder:** Bildmaterial von den Autoren (z.B. d. KH) bzw. von der Redaktion

**Druck:** Druckerei Haider e.U., Schönau im Mühlkreis.

**Offenlegung:** Die Zeitschrift „OÖ. Herz-Journal“ ist das offizielle Organ des OÖ. Herzverbandes. Für die Berichterstattung sind die Statuten und Zielsetzungen des OÖ. Herzverbandes bindend. Die von den Autoren der einzelnen Beiträge vertretenen Ansichten müssen nicht den Auffassungen der Redaktion oder des Herausgebers entsprechen.

**Für den Inhalt verantwortlich:** der Herausgeber.

Auflage: 3300 Stück

Zvr: 414372781

Zur leichteren Lesbarkeit wurde auf eine gendergerechte Formulierung verzichtet. Selbstverständlich sind Frauen und Männer gleichermaßen angesprochen.





4040 Linz, Kreuzstraße 7, ☎ 0732 / 734185

Sprechtage: jeden Mittwoch, im Büro Linz, Kreuzstr. 7 von 9:00 bis 12:00 Uhr

E-mail: [info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)

Homepage: [www.herzverband-ooe.at](http://www.herzverband-ooe.at)

Präsident: MR Dr. Wolfgang Zillig ☎ 0676 645 44 34

ÖSTERREICHISCHER  
**HERZVERBAND**  
LANDESVERBAND OBERÖSTERREICH

## Unsere Herzgruppen



**HERZGRUPPE  
BAD SCHALLERBACH / GRIESKIRCHEN**  
Herzgruppenleiter:  
Franz Feichtenschlager  
0664 / 248 66 80  
[ff.franz@gmx.at](mailto:ff.franz@gmx.at)

**HERZGRUPPE BRAUNAU**  
Herzgruppenleiterin:  
Heidi Kasper  
0680 / 305 13 41  
[heidi.kasper@aon.at](mailto:heidi.kasper@aon.at)

**HERZGRUPPE LINZ**  
Herzgruppenleiterin:  
Dagmar Pötscher  
0650 / 448 84 80  
[h.poetscher@aon.at](mailto:h.poetscher@aon.at)

**HERZGRUPPE ENNS**  
Herzgruppenleiter:  
Gerhard Dauwa  
0699 / 182 20 474  
[gerhard@dauwa.at](mailto:gerhard@dauwa.at)

**HERZGRUPPE BAD ISCHL**  
Herzgruppenleiterin:  
Ursula Jänko  
0660 / 111 1054  
[ursi.janko07@gmail.com](mailto:ursi.janko07@gmail.com)

**HERZGRUPPE FREISTADT**  
Herzgruppenleiterin:  
Annemarie Larndorfer  
0650 / 721 91 50  
[annemarie.larndorfer@gmail.com](mailto:annemarie.larndorfer@gmail.com)

**HERZGRUPPE GMUNDEN**  
Herzgruppenleiter:  
Peter Zemlicka  
0664 243 62 70  
[hpz.trk@a1.net](mailto:hpz.trk@a1.net)

**HERZGRUPPE KIRCHDORF**  
Herzgruppenleiter:  
Hermann Wimmer  
0650 / 689 86 46  
[herzgruppe.ki@gmx.at](mailto:herzgruppe.ki@gmx.at)

**HERZ-AKTIV GRUPPE PERG**  
Kordinator:  
Ernst Metzbauer  
0664 / 818 31 66  
[ernst.metzbauer@24speed.at](mailto:ernst.metzbauer@24speed.at)

**HERZGRUPPE RIED**  
Herzgruppenleiter:  
Johann Dobler  
07752 / 85 050  
[familiedobler@gmx.at](mailto:familiedobler@gmx.at)

**HERZGRUPPE ROHRBACH**  
Herzgruppenleiter:  
Gerhard Raab  
07289 / 62 419 0664 / 83 53 556  
[gerhardt.raab@aon.at](mailto:gerhardt.raab@aon.at)

**HERZGRUPPE STEYR**  
Herzgruppenleiterin:  
Gertraud Putz  
0676 / 361 17 60  
[gertraud.putz@gmx.at](mailto:gertraud.putz@gmx.at)

**HERZGRUPPE VÖCKLABRUCK**  
Interimistische Leitung  
Landesverband OÖ.  
0732 / 734 185  
[info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)

**HERZGRUPPE WELS**  
Herzgruppenleiter:  
Maximilian Spach  
0699 / 817 80 302  
[maxispachi@gmail.com](mailto:maxispachi@gmail.com)

## Die Landesverbände



**ÖSTERREICHISCHER  
HERZVERBAND**  
Präsident des Österr. Herzver-  
bandes:  
Univ.-Prof. DDDDr.  
Wolfgang Mastnak

Bundesgeschäftsführer:  
Helmut Schuller  
A - 8045 Graz, Statteggerstr. 35  
0316 / 694517  
[helmut.schuller@herzverband.at](mailto:helmut.schuller@herzverband.at)

**LANDESVERBAND  
BURGENLAND**  
Präsident: Andreas Unger  
A - 7142 Illmitz  
Schellgasse 31  
0664 / 103 00 308  
[andreas.unger@bnet.at](mailto:andreas.unger@bnet.at)

**LANDESVERBAND  
WIEN**  
Präsident: Robert Benkö  
A - 1020 Wien,  
Obere Augartenstr. 26-28  
01 / 3307445  
[wienherzverband@herzwien.at](mailto:wienherzverband@herzwien.at)

**LANDESVERBAND  
NIEDERÖSTERREICH**  
Präsident: Franz Fink  
A - 2345 Mödling,  
Josef Schleussner Str. 4  
02236 / 860296  
[franz.fink@herzverband-noe.at](mailto:franz.fink@herzverband-noe.at)

**LANDESVERBAND  
OBERÖSTERREICH**  
Präsident:  
MR Dr. Wolfgang Zillig  
A - 4040 Linz, Kreuzstr. 7  
0732 / 734185  
[info@herzverband-ooe.at](mailto:info@herzverband-ooe.at)

**LANDESVERBAND  
STEIERMARK**  
Präsidentin: Dr. Jutta Zirkl  
A - 8010 Graz,  
Radetzkystr. 1/1  
0316 / 816719  
[jutta.zirkl@chello.at](mailto:jutta.zirkl@chello.at)

**LANDESVERBAND  
SALZBURG**  
Präsident: Dr. Hubert Wallner MBA,  
LL, MBP, FSCAI  
Arztpraxis - 5020 Salzburg  
Aighofstraße 45/2  
[office@hubert.wallner.at](mailto:office@hubert.wallner.at)

**LANDESVERBAND  
KÄRNTEN**  
Präsident: Ing. Dietmar Kandolf  
A - 9020 Klagenfurt,  
Kumpfgasse 20/3  
0463 / 501755 oder 0660/7671000  
[office@herzverband-ktn.at](mailto:office@herzverband-ktn.at)

**LANDESVERBAND  
TIROL**  
Präsident: Roland Weißsteiner  
A - 6020 Innsbruck,  
Maria Theresienstr. 21  
0512 / 570607  
[roland.weisssteiner@herzverband-tirol.at](mailto:roland.weisssteiner@herzverband-tirol.at)

**LANDESVERBAND  
VORARLBERG**  
Präsident: Dr. Axel Philippi  
A - 6830 Rankweil-Brederis  
Ilgenweg 14  
0664 3859516  
[vlbg.herzverband@aon.at](mailto:vlbg.herzverband@aon.at)