



ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND
LANDESVERBAND WIEN

Die Informationszeitschrift des Herzverbandes für Wien

HERZ JOURNAL

Ausgabe Nr. 3 / September 2019



Burg Güssing mit Güssinger Teichen
(Ramser Schutzgebiet)

INHALT

KH Nord/Klinik Floridsdorf	2-3	Sanofi	11
Ausflug Burg Güssing	4	Personalisierte Medizin	12-13
Radenci, Tipps gegen gereizte Augen	5	Personalisierte Medizin, boso	14
Spanferkelessen Hohe Wand	6	Wandern, koromed® Kapseln	15
KH Hietzing, Anfrage	7	Novartis	16
Herbstfahrt Ganslessen, Bad Tatzmannsdorf	8	Beitrittserklärung	17
Rechte in der Arzt-Patienten-Beziehung	8	Neue Mitglieder, Vorschau, Termine	18
Das gebrochene Herz	9	Ärztlicher Beirat	19
Weltherztag KH Nord/Klinik Floridsdorf	10	Termine für Wandern und Turnen	20

KARDIOLOGIE

KRANKENHAUS NORD/KLINIK FLORIDSDORF

Eine neue Abteilung mit alten Wurzeln stellt sich vor.



*Prim. Priv. Doz. Dr. Georg Delle Karth
Abteilungsvorstand Kardiologie
Krankenhaus Nord/ Klinik Floridsdorf
Brünner Straße 68
1210 Wien*

Die Übersiedlung vom Standort Hietzing in die Brünner Straße erfolgte Mitte Juni und man kann sagen „Sie ist gelungen“!

Eine Übersiedlung in dieser Dimension ist sicher eine Mammutaufgabe. Der prägendste Eindruck ist, dass durch die moderne Ausstattung beziehungsweise durch die Vernetzung der einzelnen Abteilungen Herzchirurgie - Radiologie- Anästhesie -Notaufnahme und Kardiologie eine neue Ära in der Versorgung von kardiovaskulären Patienten eingeläutet wurde. Klar ist, es müssen noch viele Prozess und Abstimmungen optimiert werden, aber das Hietzinger Team hat Großartiges geleistet, sodass die klinische Versorgung der Patienten von Beginn an auf höchstem Niveau erfolgt.

Warum war eine Übersiedlung notwendig?

Ein Pavillon System wie im Krankenhaus Hietzing stößt gerade im Bereich der kardiovaskulären Medizin auf Grenzen. Wir brauchen eine enge Verbindung mit den oben genannten Fächern, um eine optimale Patientenversorgung zu gewährleisten und dies kann heutzutage nur in einem Zentralbau erfolgen. Alle die das Krankenhaus Nord/Klinik Floridsdorf besuchen sind von der großzügigen Architektur beeindruckt. Dies ist aber nur die Fassade. Im Inneren finden sich neben modernen Medizingeräten, kurze Wege für Akut-Patienten und kurze Kommunikationswege. Natürlich ist auch der Patientenkomfort auf einem völlig neuen Niveau.

Welches sind die wesentlichsten Einrichtungen der Kardiologie im Krankenhaus Nord/ Klinik Floridsdorf?

Die Kardiologie verfügt über eine großzügig gestaltete Termin Ambulanz, wo auch u.a. Schrittmacher Kontrollen und echokardiographische Untersuchungen erfolgen. Dies ermöglicht uns eventuell geplante Eingriffe zu evaluieren und zielgenau zu planen. Die 2 Katheter-Labore entsprechen dem neuesten Stand der Technik: Hier werden neben Koronarinterventionen und elektrophysiologischen Eingriffen auch Herzklappeneingriffe durchgeführt. Die enge Nachbarschaft zur



interventionellen Radiologie setzt hier viele Synergien frei. Einen Stock höher befindet sich unser großer Intensivbereich mit 10 Intermediate Care und 8 Intensivbetten. Hier können wir schwer kranke Patienten mit verschiedenen Herzunterstützungs-Systemen und mit allen gängigen Intensivmedizinischen Methoden behandeln. Nicht weit entfernt findet sich im Zentral-OP ein Hybrid-Operation-Saal, welcher über eine vollwertige Angiographie-Anlage verfügt: Dieser wird von uns hauptsächlich für transkatheter Aortenklappen-Implantationen verwendet, deren Zahl stetig steigt. Auf Ebene 5 befinden sich 2 kardiologische Normalbetten-Stationen zu je 32 Betten wo bei 1-2 Bettzimmern der Patientenkomfort großgeschrieben wird.

Wie geht die Entwicklung der kardiovaskulären Medizin in den nächsten Jahren weiter?

Kardiovaskuläre Erkrankungen sind die Todesursache Nummer eins in Österreich. Bei einer immer älter werdenden Bevölkerung ergibt sich, dass die Bedeutung der Kardiologie sicher nicht kleiner wird. Neben der Koronar-Intervention, welche ihren Stellenwert behalten wird, sehen wir insbesondere im Bereich der minimale invasiven Herz-Klappeneingriffe und im Bereich der interventionellen Elektrophysiologie eine Steigerung. Natürlich werden auch Entwicklungen im Bereich der Schrittmacher Technologie und in der Herzschwäche Behandlung, die Patientenbehandlung nachhaltig verändern. Moderne Kardiologien wie im Krankenhaus Nord/Klinik Floridsdorf werden sich mehr in Richtung von zentralen Servicestellen in einer vernetzten Medizinversorgung entwickeln, da die Aufenthaltsdauer für viele Eingriffe immer kürzer wird. Wichtig dabei ist der multiprofessionelle Zugang von Medizin und Pflege. Das System muss sich an den Bedürfnissen der Patienten orientieren. Der Patient steht im Mittelpunkt.



Wie sieht die Kooperation zwischen Herzverband und Krankenhaus Nord/Klinik Floridsdorf aus?

Der mündige Patient ist mehr als ein Stichwort. Nur ein Patient, der seine Erkrankung kennt und begreift, ist in der Lage positiv im Behandlungsprozess mitzuarbeiten. Hier kann man dem Herzverband nicht genug danken. Das Krankenhaus Nord/Klinik Floridsdorf steht als Partner zu Verfügung und unterstreicht dies mit einer gemeinsamen Info-Veranstaltung im nächsten Jahr.



Bilder: KH Nord/Klinik Floridsdorf

Tagesausflug nach Güssing

am 14.05.2019

Es war für den Monat Mai sehr kalt und der Himmel mit dichten Regenwolken bedeckt. Es fegte ein stürmischer Wind über das Burggelände. Mit einer Schrägseilbahn führen wir rauf zur Burg Güssing. Die Burg Güssing steht auf einem vor langer Zeit erloschenem Vulkankegel. Seine aus der Ebene steil aufragenden Felswände und das über dem Krater lagernde Plateau, sowie die Lage im Grenzgebiet zwischen Österreich und Ungarn, waren ideale Umstände zur Anlage einer wehrhaften Burg.

Bereits 1157 wird Güssing urkundlich erwähnt. Nach über drei bewegten Jahrhunderten gelangte Güssing schließlich am 30. Juni 1524 in den Besitz der Familie Batthyány, die fast ein halbes Jahrtausend bis zum heutigen Tage mit Burg Güssing verbunden sind.

Nach der perfekten Führung ca. 1½ Std. mit einer detaillierten Erklärung über die Fürstendynastie Batthyány, ging es zum Mittagessen in das unmittelbar in der Burg gelegene Restaurant. Nach dem Essen ging es weiter in die Basilika

Güssing wo wir bei einer Führung Wissenswertes über die Klosterkirche und die Familiengruft der Fam. Batthyány erfuhren.

Nach so viel weltlicher und kirchlicher Information ging es weiter auf den Riegelberg in Rauchwart zum Heurigen.

Bei einer Bretteljause, ein paar Gläser Wein und mit guter musikalischer Untermalung, durch unser Mitglied Karl-Heinz Lackner auf der Ziehharmonika, war es wieder Zeit die Heimreise anzutreten.

R.B.



Klosterkirche wird Basilika

Papst Franziskus hat einem entsprechenden Antrag der Diözese Eisenstadt stattgegeben und die Kloster- und Wallfahrtskirche Maria Heimsuchung in Güssing (Teil der Batthyányschen Burg- und Klosterstiftung) im Jahr

2013 in den Stand einer Basilica minor erhoben. Basilica minor (kleinere Basilika) ist ein Ehrentitel, den der Papst einem bedeutenden Kirchengebäude verleiht. Sie ist neben den Wallfahrtskirchen

Frauenkirchen und Loretto, erst das dritte Gotteshaus im Burgenland, dem diese Auszeichnung zuteil wurde. Sehenswert ist die private Familiengruft der Familie Batthyány.

R.B.



Der Jungbrunnen von Radenci

-20%
Nachlass für
Herzverband-
mitglieder

Ihr Jungbrunnen

Kur & Wellness Oase Radenci, Slowenien

📅 Bis 30.9.2019

Hotel Izvir****

3 Nächte / 4 Tage mit Halbpension
nur ~~228€~~ p.P.

182,80€

Das Programm beinhaltet:

unbegrenzte Eintritte in das Thermal und Schwimmbad, 1x täglich Eintritt in die Saunalandschaft bis 16 Uhr, kuscheliger Leihbademantel.

Jungbrunnenbad mit dem Mineralwasser aus Radenci 20 Min., Rückenmassage 20 Min., Trinkkur mit dem Mineralwasser und Hennis Gedenkglas, täglich frischer Apfel im Zimmer, Unterhaltungsprogramm.

Buchungscode: Herzverbandmitglieder.



ZDRAVILIŠČE RADENCI

SAVA HOTELS & RESORTS

+386 2 512 51 50 | info@zdravilisce-radenci.si

www.sava-hotels-resorts.com

Der Drei Herzen-Symbol repräsentiert das eingetragene Warenzeichen der Gesellschaft Radenska d.o.o.

Von der Anzeige in den Herz Journalen animiert, wollte ich selbst erleben, wie dieses Programm aussieht. Ich habe 3 Nächte/ 4 Tage gebucht und war von diesem Angebot wirklich sehr angetan. Schon im sehr schönen Zimmer erwartete mich frisches Obst und ein schönes Gedenkglas, welches ich für täglichen Trinkkuren verwenden konnte. Am nächsten Tag wurde ich mit einer 20 Minütigen Rückenmassage verwöhnt und am 3. Tag kam dann der Höhepunkt „ Ein 20 Minuten dauerndes Bad im Mineralwasser von Radenci“ Dieses Bad kann man wirklich als Jungbrunnen bezeichnen, denn man fühlt sich hinterher einfach fantastisch. Alles in allem ist dieses Angebot ein richtiges Highlight und ich kann es wirklich weiter empfehlen.

Helmut Schulter, Graz

Tipps gegen gereizte Augen

Es brennt, juckt und man möchte am liebsten die ganze Zeit reiben. Zu lange Stunden vor dem Computer, ausgedehnte Autofahrten bei Nacht, falsche Beleuchtung am Arbeitsplatz, Belastung durch verschmutzte Luft, das sind alles Faktoren, die unsere Augen reizen.

Trockene, rote Augen können ein wahrer Alptraum sein, gegen den man sich im ersten Moment kaum zu helfen weiß. Die häufigste Ursache für trockene Augen sind äußere Einflüsse. Beim Arbeiten am PC oder auch bei konzentriertem Fernsehen blinzeln wir seltener.

Setzen Sie Ihre Augen nicht der Zugluft einer Klimaanlage aus. Sorgen Sie dafür, dass genügend Luftfeuchtigkeit in Ihren Räumen vorhanden ist

und diese immer gut durchlüftet sind. Wenn Sie über Nacht die Heizung aktivieren, hängen Sie auf die Heizkörper feuchte Tücher. Dadurch wird die Raumluft über Nacht nicht zu trocken.

Auch Ihre Augen können Sie hin und wieder einer leichten Massage unterziehen. Bewegen Sie dabei die Fingerspitzen kreisförmig über das geschlossene Lid. Darauf achten, dass kein Druck ausgeübt wird?

Falls sich allerdings die Symptome Ihrer Augen innerhalb weniger Tage nicht bessern, sollten Sie unbedingt einen Augenarzt aufsuchen. So gehen Sie sicher, dass sich keine Binde- oder Hornhautentzündung entwickelt!

R.B.

SPANFERKELESSEN / HOHE WAND

am 18.06.2019

Spanferkelschwarte aufs Brot dazu ein Schnapsperl, herzliche Begrüßung durch den Wirt Hr. Mohr und herrliches Sommerwetter bei unserer Ankunft in Zweiersdorf an der Hohen Wand. Der Wiener Herzverband war wieder unterwegs, diesmal zum Spanferkelessen.

Leider mussten wir wieder einmal so manchem Mitglied absagen, weil keine Plätze mehr frei waren!

Außerhalb des Lokals gab es eine Grillhütte, wo sich das Ferkel am Spieß noch ein

wenig drehte damit es noch knuspriger wurde und uns den Mund noch wässriger machte. Dann war es so weit. Es gab ein Spanferkel zart mit einer Kruste, Semmelknödel, Bratensaft und gemischten Salat.

Ein Musiker (Alleinunterhalter) spielte auf. Die Damen waren nicht zu halten. Tanzten und sangen, als könnten vom Essen ein paar Gramm am Körper bleiben.

Um ca. 15:00h bestiegen wir den Bus, um in den Naturpark Hohe Wand zu fahren.

Von einer erfahrenen Naturparkrangerin erfuhren wir alles bei dieser Führung. In den Gehegen ließen sich die sonst scheuen Tiere wie Hirsch, Mufflon, Murmeltier und Steinbock hautnah erleben, füttern und beobachten. Ein tierisches Vergnügen war es die Lamas (es hat keines gespuckt) und Alpakas zu besuchen.

Ein Abschluss noch auf der Terrasse des Alpengasthofs mit Kaffee, Eiskaffee und Mehlspeise. Schön wars.

R.B.



Hatten Sie schon einmal einen Herzinfarkt oder Schlaganfall?
Leiden Sie an Durchblutungsstörungen?

Haben Sie überlegt, an einer klinischen Studie teilzunehmen?

Die Teilnahme an einer klinischen Studie kann zukünftige
Behandlungsmöglichkeiten für Sie und andere Menschen mit
Herz-Kreislauf-Erkrankungen verbessern

Welche Vorteile bringt eine Teilnahme an dieser Studie?

- ◆ Studienbezogene Behandlung einschließlich regelmäßiger Gesundheitsuntersuchungen
- ◆ Allgemeine Gespräche mit einem spezialisierten Team aus Ärzten und Studienpersonal
- ◆ Beratung zu einer gesunden Lebensführung

Sie sind möglicherweise für die Teilnahme geeignet, falls Sie:

- ◆ Sie hatten einen Hirnschlag (Schlaganfall) oder einen Herzinfarkt (Myokardinfarkt) oder Sie leiden an Durchblutungsstörungen (periphere arterielle Verschlusskrankheit)
- ◆ Sie sind mindestens 45 Jahre alt
- ◆ Sie sind von Übergewicht oder Adipositas betroffen
- ◆ Sie können über einen Zeitraum von 3-5 Jahren regelmäßig klinische Besuchstermine wahrnehmen und Telefonanrufe entgegennehmen

Sie erhalten eine Entschädigung für Ihren Zeitaufwand

Rufen Sie bitte für weitere Informationen und ein informelles Gespräch
unverbindlich folgendes Studententeam an:

Krankenhaus Hietzing
Pavillon 7A, 2.Stock
Wolkersbergenstr. 1, 1130 Wien

Ansprechpartner: Hr. Prof. Prager
Tel.: 0664/4430654
Mo-Fr von 10:00-15:00 Uhr

Mit freundlicher Genehmigung von Prof. Dr. Rudolf Prager (DSVGO, Art 4, Z 11)

Vermeehrt wurde eine Bitte (Anfrage) an den Wiener Herzverband gestellt.

Gibt es innerhalb des Wiener Herzverbandes jemanden oder auch mehrere Personen, die ein Implantat in sich tragen. Kann es sein, dass sich diese Menschen zu einem internen Austausch treffen. Ihre Erfahrung und ihr Wissen als Implantierte weitergeben. Vielleicht auch an eine andere Person die kurz davor steht so ein Implantat zu bekommen. Auch über die Ängste oder mögliche Komplikationen zu sprechen und beraten. Wen jemanden, diese Runde, dieses Treffen mit Gleichgesinnten innerhalb des Wiener Herzverbandes, leiten, führen und gestalten will, gerne und jederzeit. Der Vorstand unterstützt dieses Vorhaben und stellt auch die Räumlichkeiten (Büro) für die Treffen zur Verfügung.

Franz Radl , Robert Benkö

Herbstfahrt mit dem Herzverband

am 12.11.2019

Rehazentrum Bad Tatzmannsdorf, Ganslessen Drumling,
Schnapsbrennerei Lagler Kukmirn

Reisedetails :

Abfahrt: 08.00 Uhr Wien U3 Station Erdberg

Frühstück: 09.30 Uhr Rehazentrum Bad Tatzmannsdorf

Programm: 10.15 Uhr Führung Rehazentrum

Mittagessen: 12.15 Uhr Drumling

Programm: 15.00 Uhr Führung Schnapsbrennerei Lagler Kukmirn mit Verkostung und Jause

Rückkunft : ca. 19.00 Uhr Wien U3 Station Erdberg

Kosten : Nach Teilnehmeranzahl

Fahrtpreis beinhaltet: Autobuskosten, Frühstück Melange und Kuchen, Führung, Verkostung und Jause Kukmirn Lagler

Bitte rechtzeitige Anmeldung im Büro oder bei den Turnwarten!

Die Bezahlung erfolgt entweder beim Club, den Turnwarten oder im Büro, bis spätestens einen Monat vor Reisebeginn.

Wenn eine Erkrankung vorliegt wird das einbezahlte Geld natürlich zurucküberwiesen.

Rechte in der Arzt-Patienten-Beziehung

Die Beziehung zwischen Arzt und Patienten ist eine ganz besondere. Stellen Sie sicher, dass Sie Ihre Rechte dabei kennen.

Wenn Sie eine chronische Erkrankung oder ein anderes Leiden haben, sollte die Beziehung zu Ihrer Ärztin-ihrem Arzt nicht bloß eine zweckmäßige Notlösung sein, sondern eine, die auf Vertrauen und Respekt beruht.

Es ist also wichtig, die richtige Wahl zu treffen und nicht zuletzt auch informiert zu sein, welche Rechte und Möglichkeiten zur Mitsprache Sie nach dem Sozialversicherungsgesetz besitzen, unter dem Sie Ihre Pflichtbeiträge leisten.

Dabei fällt es nicht immer leicht, dem sprichwörtlichen Kleingedruckten, den Verträgen und Bedingungen die nötige Aufmerksamkeit zu schenken, besonders wenn Sie krank sind und den Kopf ohnehin voll mit anderen Dingen haben, im Paragraphendschubel den Überblick zu behalten und zu wissen, wie Sie Ihre Rechte gegebenenfalls auch durchsetzen können.

Mehr Information unter: <https://selpers.com/kurs/rechte-in-der-arzt-patienten-beziehung/>
Auf unserer Homepage unter www.herzwoien.at gibt es einen Link wo sie den Fragenbogen ausfüllen und ausdrucken können.

Rechtliche Leitung: Dr. Maria-Luise Plank und mit freundlicher Genehmigung von

Philipp Annerer >presse@selpers.com< www.selpers.com

„selpers ist eine kostenlose Online-Plattform für chronisch Kranke und Angehörige.“

Das gebrochene Herz

Diese Funktionsstörung des Herzmuskels ist genauso lebensbedrohlich wie der klassische Herzinfarkt.

Bei der Tagung „Herzinsuffizienz Update 2015“ der Österreichischen Gesellschaft für Kardiologie im Krankenhaus der Elisabethinen in Linz befassten sich Herzspezialisten mit einer unterschätzten Erkrankung. Dem „Broken-Heart-Syndrom“. Das gebrochene Herz betrifft vor allem Frauen über 65 Jahre.

Die Symptome des erst vor 25 Jahren erstmals beschriebenen „Broken-Heart-Syndroms“ sind ähnlich jenen eines Herzinfarkts. Betroffene erleben einen plötzlichen „Vernichtungsschmerz“ in der Brust, oft begleitet von einem Gefühl der Hilflosigkeit, manchmal kommen Atemnot oder Bewusstlosigkeit dazu. Allerdings ist das Syndrom nicht auf den Verschluss eines Herzkranzgefäßes zurückzuführen. Es ist vielmehr eine Herzmuskelerkrankung. Warum 90 Prozent der Patienten Frauen sind, ist noch nicht geklärt. Hormonelle Einflüsse werden vermutet. Die Diagnose bzw. die Abgrenzung zu einem Herzinfarkt erfolgt mittels Herzkatheter. Zwar fehlen beim „Broken Heart Syndrome“ die für den Infarkt typischen Gefäßverschlüsse und Vernarbungen des Herzmuskels. In der Akutphase ist es aber alles andere als harmlos. Es kann zu gefährlichen Komplikationen kommen, bis hin zum kardiogenen Schock (wird durch eine starke Verringerung des Herzzeitvolumens ausgelöst, das Herz pumpt dabei nicht genügend Blut in den Kreislauf)⁽¹⁾. Ziel der Mediziner ist es, eine Therapie zu finden, die das Wiederauftreten der Krankheit verhindert. Derzeit ist bei zwei bis zehn Prozent der Betroffenen damit zu rechnen.

Diese Funktionsstörung des Herzmuskels ist genauso lebensbedrohlich wie der klassische Herzinfarkt. Es wird davon ausgegangen, dass 3-5% Prozent aller vermeintlichen Herzinfarkt Patienten gar keinen Infarkt, sondern eine Stress Kardiomyopathie, ist eine seltene, akut einsetzende und oft schwerwiegende Funktionsstörung des Herzmuskels, (auch Gebrochenes-Herz-Syndrom oder Broken-Heart-Syndrom auch „Tako Tsubo“)⁽²⁾ hatten. Es tritt nach großen emotionalen oder körperlichen Belastungen

auf, bei einem Todesfall eines nahen Angehörigen, einer Trennung oder in existenzieller Not und generell großer psychischer Belastung.

Beim Herzinfarkt kommt es zu einem Gefäßverschluss durch Gefäßverkalkung oder ein Blutgerinnsel. Auch beim Broken-Heart-Syndrom verengt und verschließt sich ein Gefäß. Aber die Ursache des Verschlusses ist eine übertriebene Kontraktion (sich zusammenziehen) von Muskelzellen an einer bestimmten Stelle. Bisher hat man gedacht, dass dies für Betroffene die akute Phase gut überstanden haben, nicht so dramatisch ist. Aber das stimmt nicht. Die Sterblichkeit ist deutlich höher als bisher angenommen. Bei knapp 300 untersuchten Broken-Heart-Patienten lag die Sterberate ein Jahr danach bei 10% und vier Jahre danach bei 25%. Dies bedeute aber, dass dieses Syndrom genauso lebensbedrohlich ist wie der klassische Herzinfarkt“. Wer einmal an diesem Syndrom gelitten hat, hat ein deutlich höheres Risiko, es bei einer künftigen Stresssituation neuerlich zu bekommen.

Forscher haben aber noch eine weitere neue Erkenntnis. Bei der Analyse von Broken-Heart-Patienten fanden sie genetische Auffälligkeiten also Veränderungen im Erbgut, die möglicherweise das Risiko für ein Broken-Heart-Syndrom erhöhen. Diese Daten müssen noch durch größere Studien erhärtet werden. Aber wenn es tatsächlich gelingen sollte, eindeutige genetische Ursachen zu identifizieren, könnte man auf diese Weise auch die Menschen mit dem größten Risiko ausfindig machen. Dann wäre es möglich, diese vorbeugend etwa mit Betablockern zu behandeln und vielen ein lebensbedrohliches Risiko zu ersparen. Im Gegensatz zu Patienten mit Herzinfarkt zeigen sich beim Broken-Heart-Syndrom keine atherosklerotischen Plaques (Ablagerungen), die Gefäße sind also gesund. Bei der Erkrankung nimmt die linke Herzkammer die Form eines japanischen Oktopus Fangkorbes, ein Krug mit kurzem Hals, an, daher auch die Bezeichnung „Tako Tsubo“. Gebrochenes Herz ist eine unterschätzte Krankheit.

Quelle: (kurier.at) Wissen und Gesundheit|

1.) www.medmix.at/kardiogenen-schock

2.) www.google.at/search? Broken-Heart-Syndrome

Wiener Weltherztag

am 27. September 2019 im Krankenhaus Nord



*Priv. Doz. OA Dr. Michael Gorlitzer, MBA
Abt. für Herz- und Gefäßchirurgie
Krankenhaus Nord*

Auf Initiative der HerzspezialistInnen des Wiener Krankenanstaltenverbunds (KAV) findet am 27. September ein ExpertInnen-Symposium mit einer Publikums-Veranstaltung statt. Alle interessierten WienerInnen sind eingeladen sich über die Prävention von Herzkreislauf-Erkrankungen, Gefahren und neueste Behandlungsmethoden zu informieren.

Wien - Herz- und Kreislaufferkrankungen zählen in Europa zur häufigsten Todesursache. In Österreich sterben 45,4 Prozent der Frauen und 36,8 Prozent der Männer daran. Die koronare Herzkrankheit (Verengung der Herzkranzgefäße) stellt dabei die häufigste Form der Herzerkrankungen dar. Bei diesem zweiten Weltherztag in Wien, steht deswegen die koronare Herzkrankheit und die Herzinsuffizienz im Vordergrund.

Am Wiener Weltherztag am 27. September werden Fachleute über neue Entwicklungen und Trends sowie Zukunftsperspektiven diskutieren. Führende Wiener ÄrztInnen werden dazu Beiträge leisten. Ab Mittag können sich alle WienerInnen zum Thema Herz-Kreislaufferkrankungen informieren. Dazu gibt es neben Informationständen und Workshops ebenfalls zahlreiche Vorträge. Die wissenschaftliche Leitung hat der Herz- und Gefäßchirurg Dozent Dr. Michael Gorlitzer (Wiener KAV, KH Nord) übernommen.

Die Zahl der Todesfälle durch Herz-Kreislaufferkrankungen liegt in Österreich bei 33.000 pro Jahr, 6.670 davon in Wien.

„Die Sterblichkeitsrate ist seit 1980 vor allem in Bezug der Krankheiten des Herz/Kreislaufsystems deutlich gesunken, sie ist aber seit mehr als zehn Jahren stabil“, warnt Dr. Michael Gorlitzer (Herz- und Gefäßchirurg KH Nord, KAV). Diese Entwicklung lässt sich mit dem Fortschritt in der medizinischen Versorgung, aber auch in der Änderung der Verhaltensweise der Bevölkerung erklären. Die moderne Therapie der Herzinsuffizienz und verschiedene Möglichkeit der Behandlung des Herzinfarktes werden von zahlreichen Experten, unter anderen Univ. Prof. Dr. Thomas Stefenelli (SMZ-Ost), Priv. Doz. Dr. Georg Delle-Karth (KH Nord), Univ. Prof. Dr. Otmar Pachinger (Präsident des österreichischen Herzfonds) und Univ. Doz. Dr. Martin Grabenwöger (KH Nord), beleuchtet.

Am Vormittag findet dazu eine Fachtagung für alle Mediziner statt, ab Mittag gibt es zahlreiche Informationen für alle WienerInnen. Außerdem bietet sich die Gelegenheit das neue Krankenhaus Nord- Klinik Floridsdorf näher kennenzulernen!

Anmeldung und nähere Informationen finden Sie unter www.herztag.at.



HERZINFARKT

Jetzt achte ich auf mich!

Sie haben gerade ein bedrohliches Ereignis, wie einen Herzinfarkt oder Schlaganfall, überlebt und fragen sich, was Sie in Zukunft unternehmen können, damit diese Erkrankung nicht wieder akut wird.

Es gibt eine Reihe von Risikofaktoren, allen voran das **LDL-Cholesterin**, welche unter Kontrolle gebracht werden müssen. Werden Sie **jetzt** zum Manager Ihrer eigenen Gesundheit.



Prim.a Univ. Prof.in Dr.in
Andrea Podczeck-Schweighofer
Past-Präsidentin der Österreichischen
Kardiologischen Gesellschaft (ÖKG)

**Wissenswertes zum Erreichen Ihrer
Gesundheitsziele finden Sie unter:**

www.initiative-cholesterin.at

Vielfältige Informationen ▪ Top LDL Tipps ▪ Ratgeber
Informative Videos ▪ Ernährungsempfehlungen zum Download



Einer Einladung vom Gesundheitspolitischen Forum der Karl Landsteiner Gesellschaft folgend, war der Wiener Herzverband bei einer Podiumsdiskussion zum Thema:



Personalisierte Medizin

Im weitesten Sinn bedeutet personalisierte Medizin die Berücksichtigung individueller Eigenschaften von Patienten in der Diagnose, Therapie, und auch in der Prävention. Damit steht der Mensch mit seinen spezifischen Merkmalen im Mittelpunkt der personalisierten Medizin. Nur ein Schlagwort oder Hoffnung auf einen durchschlagenden Fortschritt in der Prävention (*Krankheitsvorbeugung bzw. Krankheitsverhütung*)

und Therapie schwerer Erkrankungen wie Krebs, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Eine Medizin, die sich an individuellen Merkmalen (ein Merkmal auch Charakteristikum ist allgemein eine erkennbare Eigenschaft, die eine Person, eine Sache von anderen unterscheidet)⁽²⁾ der kranken Menschen orientiert, um Therapie und Prognose passgenau auf den Menschen auszurichten.

Die richtige Therapie für den richtigen Patienten zum richtigen Zeitpunkt, dies ist Kern der personalisierten Medizin.

Jeder Mensch reagiert aufgrund individueller genetischer Faktoren bzw. molekularer Eigenschaften anders auf Medikamente. Der Kerngedanke der personalisierten Medizin ist es, dass nicht alle Patienten mit den gleichen Medikamenten behandelt werden, sondern eine für ihre spezifische Krankheitsform maßgeschneiderte Therapie erhalten. Dazu wird mit modernsten Diagnoseverfahren nach der genauen Ursache der Erkrankung gesucht. Werden bestimmte Merkmale als Ursache der Erkrankung identifiziert, so wird eine Therapie gewählt, die genau bei diesen Merkmalen bzw. Ursachen ansetzt. Die Therapie ist dadurch individuell (auf das Individuum, den einzelnen Menschen bezogen)⁽¹⁾. Die Chance, auf ein Medikament anzusprechen ist deutlich größer, da die Wirkung wesentlich zielgerichteter erfolgt. Gleichzeitig können unerwünschte Nebenwirkungen reduziert werden.

Die personalisierte Medizin spielt in der medizinischen Forschung eine wichtige Rolle. Auch bisher haben Ärzte und all jene, die für kranke Menschen sorgen, die individuellen Merkmale von Patienten berücksichtigt. Diagnose und

Therapie basieren seit jeher auf Faktoren wie Geschlecht, Alter und Krankheitsgeschichte der jeweiligen Person. Es werden häufiger auch Daten über den Lebensstil oder körperliche Aktivitäten für die Personalisierung von Diagnose und Therapie als nutzbar angesehen. Die Art und die Menge der Daten, die zur „Personalisierung“ herangezogen werden, haben sich in den letzten Jahren stark verändert. Individuelle biologische Merkmale wie die Gensequenz werden Biomarker (messbare Parameter biologischer Prozesse)⁽²⁾ genannt. Auch Blutdruck und Herzfrequenz sind Biomarker. Für Diagnosen und Therapien ziehen Ärzte heute vermehrt molekularbiologische Biomarker heran. Das ist mitunter deshalb wichtig, weil Medikamente nicht bei allen Menschen gleich wirken. Auf Basis der Informationen zu molekularen Biomarkern, die in Blut- und Gewebeproben enthalten sind, kann festgestellt werden, wie Medikamente auf Patienten wirken.

Neue Erkenntnisse im Bereich der personalisierten Medizin sind nur über das Sammeln von medizinisch relevanten Daten möglich. Ein Verständnis von personalisierter Medizin geht über

1.) <https://www.wortbedeutung.info/individuell/>

2.) <https://de.wikipedia.org/wiki/Merkmal>

die Nutzbarmachung von großen Datenmengen hinaus. Es werden große Hoffnungen darangesetzt, dass Patienten stärker in Forschung, Behandlung und Vorsorge eingebunden werden und damit die Entwicklung der personalisierten Medizin unterstützen. Indem sie einer Aufnahme ihrer biologischen Proben in eine Biodatenbank zustimmen oder Informationen zu ihrem Gesundheitszustand bereitstellen (beispielsweise über Apps). Es sollen Patienten auch stärker in Entscheidungen über ihre eigene medizinische Versorgung eingebunden werden. Obwohl die personalisierte Medizin noch am Anfang ihrer Entwicklung steht, wirft der Ansatz der Personalisierung schon heute eine Reihe von Fragen auf. Das betrifft zum Beispiel die technische Umsetzung und den Umgang mit gesammelten Daten. Wie können große Datenmengen verarbeitet und interpretiert werden und vor allem, wie kann der Schutz der Daten gewährleistet werden?

Man muss sich die Frage stellen, wie sich mit der Umsetzung der Personalisierten Medizin das Verhältnis zwischen Ärzten und Patienten verändern wird. Sie soll dabei helfen, Prävention, Diagnose und Therapie enger an spezifische Eigenschaften von Patienten anzupassen, unnötiges Leiden verhindern, Kosten senken helfen. Es wird die Sorge geäußert, dass der Begriff „Personalisierte Medizin“ bei Menschen falsche Hoffnungen wecken könnten, und diese glauben dass man gerade für ihr Problem eine maßgeschneiderte Lösung finden werde.

Solche „Big Data“ Ansätze in der Präzisionsmedizin werden heute von manchen Menschen als revolutionär gefeiert, andere warnen davor, zu viel von Daten zu erhoffen. Und diese Datensätze schließen nicht nur genetische oder molekulare Daten mit ein, sondern potenziell alle Daten, die uns, wenn man sie miteinander in Verbindung bringt, irgendetwas Neues über Ge-

sundheit und Krankheit sagen können. Daten können fehlerhaft, unvollständig oder auch für eine bestimmte Frage nicht aussagekräftig sein. Zudem müssen bei medizinischen Entscheidungen, die auf großen Datensätzen beruhen, immer auch die Frage zustellen sein, was in den Datensätzen fehlt. Solche und andere ethische Fragestellungen sind bei der Entwicklung der personalisierten Medizin zu berücksichtigen und bedürfen der gesellschaftlichen Diskussion. Man möchte die Menschen in den Vordergrund der Diskussion stellen, welche vom Fortschritt der Medizin profitieren sollen, die krank sind, die leiden und Hilfe benötigen und vom Fachwissen und der Heilkunst der Ärzte abhängig sind.

Der Mensch will seine Daten und Privatsphäre geschützt wissen, seine Integrität bewahren und sich auf eine solidarische Gesellschaft verlassen. Es geht um Selbstbestimmung, Fürsorge, Gerechtigkeit. Es geht um Menschen und ihre Gesundheit. Werden Menschen vor den Karren der Forschung und der Pharmaindustrie gespannt? Was muss geschehen, damit der Patient Zugang zu einer Therapie und zu einer Biomarkerdiagnostik erhält, welche für die Auswahl eines geeigneten, personalisierten Arzneimittel erforderlich ist? (Geld?) Wird die Solidargemeinschaft für die personalisierte Behandlung des Menschen eintreten oder wird sie ihm auf die hohen Kosten hinweisen, er hätte die Erkrankung durch einen tadellosen Lebensstil verhindern können und wird der Mensch in die finanzielle Eigenverantwortung getrieben. Wird es eine Zwei-, Drei- oder sogar eine Vier-Klassen- Medizin geben?

Der Verfasser dieser Zeilen war bei dieser Podiumsdiskussion perplex, das dieses Thema nicht erst in ferner Zukunft an Bedeutung gewinnen wird, sondern in Kürze.

R.B.

Personalisierte Medizin

was ist das überhaupt - Bedeutung für den Patienten?

Manchmal wird der Begriff dahingehend missverstanden, dass personalisierte Medizin eine engmaschige persönliche Betreuung von Patienten seitens ihrer Ärzte bedeutet. Obwohl dies wünschenswert ist, ist dies nicht mit dem Begriff der personalisierten Medizin gemeint. Das Augenmerk der personalisierten Medizin liegt auf Berücksichtigung der Eigenschaften von Patienten in der Diagnose, Therapie und auch in der Prävention. Eine ganz spezielle Bedeutung haben die jeweiligen molekularbiologischen Eigenschaften von Patienten, die als sogenannte Biomarker ermittelt werden können. Diese Biomarker⁽¹⁾ können einen wertvollen Bei-

trag bei der Auswahl der optimalen Therapie leisten und Nebenwirkungen von Medikamenten in vielen Fällen reduzieren oder sogar ganz verhindern. Ist der Mensch Nutznießer oder Opfer der personalisierten Medizin. In jedem Fall ist hier eine Zusammenarbeit von Experten aus den verschiedensten Gebieten auf dem Gebiet der ethischen Vertretbarkeit sowie von Selbsthilfegruppen und Patienten erforderlich. Der Umgang mit und der Schutz dieses sensiblen Datenmaterials muss gewährleistet sein. Überdies leistet der Wiener Herzverband einen wertvollen Beitrag zur Aufklärung und Information.

R.B.

1.) <https://de.wikipedia.org/wiki/Biomarker>

Blutdruck messen –
Häufigkeit von Herzrhythmusstörungen erkennen.

boso medicus vital.

BOSCH +SOHN **boso**

boso medicus vital Oberarm-Blutdruckmessgerät | Medizinprodukt



Erhältlich in
Apotheke und Sanitäts-
fachhandel

- besonders einfache Handhabung
- misst Ihren Blutdruck präzise in bewährter boso Qualität
- zeigt Bewegungsstörungen bei der Messung an
- speichert 60 Messwerte
- erkennt eventuelle Herzrhythmusstörungen sowie deren Häufigkeit

Wandern

Am 08.06.19 war die Wanderung auf den Tulbingerkogel.

Am 22.06.19 die Wanderung vom Wasserspreng zum Hoher Ge.

Respekt allen, die sich zu den Wanderterminen des Wiener Herzverbandes überwunden haben und mitgegangen sind!

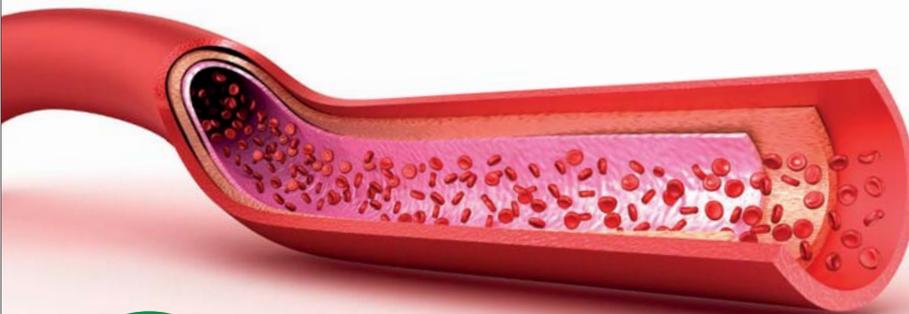
Es waren keine körperlich anstrengende Wege die wir begangen haben, sie waren angepasst. Mit Freude und Spaß sind wir durch die Gegend „Rund um Wien“ geschlendert und gegangen. Auch in der Zukunft (Herbstwanderungen), werden die Wanderwege so sein, dass wir als Herzpatienten diese auch strapaziösfrei gehen können.

Mit einem wanderbaren Gruß Robert



Staugefahr? koromed® Kapseln

- mit dem patentierten, wissenschaftlich dokumentierten FRUITFLOW®-Tomatenkonzentrat
- für Personen, die auf natürliche Weise ihre Durchblutung unterstützen wollen (z.B. Thrombose-Vorsorge)
- empfohlen für Raucher, Diabetiker, Übergewichtige, Senioren, Fernreisende und Personen mit schlechter Durchblutung



In Ihrer Apotheke



Für die Verbesserung des Blutflusses und zum Erhalt einer normalen Blutgerinnung.

fruitflow®

FRUITFLOW® ist eine Marke unter Lizenz von DSM

Materialien für Menschen mit Herzschwäche



Folder „Müde Herzen munter machen – Herzschwäche erkennen und Handeln“

Ein Informationsfolder mit vielen wichtigen Tipps und Fakten zum Thema Herzschwäche.

Mein Herz Tagebuch

Ein nützlicher Begleiter für alle, die unter der Erkrankung Herzschwäche leiden.

Mein Herz
Tagebuch

www.herzstark.at
Für ein besseres Leben
mit Herzschwäche



Herzstark 3D App

Ein kostenloser Service, der die Kommunikation zwischen Betroffenen und ÄrztInnen unterstützen soll. Zusätzlich finden Sie sehr viele nützliche Informationen die durch Bilder und Videos anschaulich erklärt werden. – Für Android und Apple im Appstore erhältlich.

Broschüre „Leben mit Herzschwäche“

Mit wertvollen Tipps im Umgang mit Herzschwäche.



WEITERE INFORMATIONEN
ÜBER HERZSCHWÄCHE
FINDEN SIE AUF
WWW.HERZSTARK.AT

 **NOVARTIS**

Ein Service von

Novartis Pharma GmbH

1020 Wien, Stella-Klein-Löw-Weg 17

Tel.: +43 1 866 57-0

www.novartis.at

patient
partner

PATIENT.PARTNER INFOLINE

Kostenfreie sozialrechtliche und
psychologische Information

0800/203909

Mo–Do 9–16 Uhr & Fr 9–13 Uhr

patient.partner@novartis.com

Sie müssen nicht erst krank werden – Sie können schon früher zu uns kommen!

Österreichischer Herzverband



BEITRITTSERKLÄRUNG

Ich möchte beim Landesverband Wien, 1020 Wien Obere Augartenstrasse 26-28 ordentliches Mitglied werden. (Jahresbeitrag € 30.- inkl. Herzjournal)

ZVR Nr.: 123235744

Mir ist bekannt, dass das Turnen / Wandern / Radfahren und alle sonstigen Aktivitäten des Landesverbandes Wien auf eigene Gefahr und Verantwortung sowie nur nach ärztlicher Bewilligung durchgeführt werden.

Einwilligung in die Datennutzung zu weiteren Zwecken

- Ich willige ein, dass der Datenschutzbeauftragte des Wiener Herzverbands meine Daten zum Zwecke der Mitgliederverwaltung elektronisch speichert.
- Ich willige ein, dass mir der Datenschutzbeauftragte per E-Mail/Telefon/Fax/SMS Informationen über geplante Aktivitäten sendet.
Des Weiteren erkläre ich mich damit einverstanden, dass Fotos, auf denen ich zu sehen bin, **auf der Homepage des Wiener Herzverbandes und im Herzjournal veröffentlicht werden.**
- Ich verpflichte mich jede Änderung meiner Adresse/Telefonnummer dem Wiener Herzverband sofort mitzuteilen.

.....
Vor – und Familienname

Geb. Datum

.....
Anschrift

Postleitzahl

.....
Datum

Unterschrift

.....
E-Mail-Adresse

Telefonnummer

Rechte des Betroffenen: Auskunft, Berichtigung, Löschung und Sperrung, Widerspruchsrecht

Sie sind gemäß § 15 DSGVO jederzeit berechtigt, gegenüber dem Wiener Herzverband um umfangreiche Auskunftserteilung zu den von Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen.

Gemäß § 17 DSGVO können Sie jederzeit gegenüber dem Wiener Herzverband die Berichtigung, und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich zu widerrufen. Wenn Sie die Löschung Ihrer Daten verlangen hat dies zur Folge, dass wir Sie aus der Mitgliederdatei löschen müssen.

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

SEIFERT Patrik

STROHMAIER Johann

HEUMÜLLER Elfriede

KARL Jacqueline

WENDY Hannes

WITURIVA Christian

Vorschau Herbst - Winter

05.09.2019 Beginn Koronarturnen im 22. Bezirk um 18:00 Uhr

Zschokkegasse 98 (Sonnenhof) U2 Donauspital
Jeden Donnerstag

01.10.2019 Clubnachmittag Fa. Sanofi

Mag. Gerald Brtnik „Lebenszyklus eines Arzneimittels“

05.11.2019 Clubnachmittag

Frau Dr.ⁱⁿ Ingrid Kaindl „Stress und Resilienz“

12.11.2019 Herbstfahrt

Bad Tatzmannsdorf Rehasentrum, Ganslessen Drumling, Schnapsbrennerei Lagler Kukmirn,

16.11.2019 Herztage des Wiener Herzverbandes

Krankenhaus Rudolfstiftung 1030 Wien, Juchgasse 25

Das genaue Programm entnehmen sie unserer Homepage: <http://www.herzvwien.at>

Nordic Walking Termine

September

10.09.2019	10:00 Uhr
Treffpunkt Donauinsel Station 31 Floridsdorfer Brücke (Cafe)	
17.09.2019	10:00 Uhr
Treffpunkt Hietzinger Tor Schönbrunn (beim Standl)	
24.09.2019	10:00 Uhr
Treffpunkt Endstation Linie 31 Stammersdorf	

Oktober

08.10.2019	10:00Uhr
Treffpunkt Endstation Prater Hauptallee-Linie 1	
15.10.2019	10:00 Uhr
Treffpunkt Endstation Prater Linie 1	
22.10.2019	10:00 Uhr
Treffpunkt 1020 Wien, Obere Augartenstr. 26-28, Büro	

Ehren - und Gründungsmitglieder des Wiener Herzverbandes

Ehrenmitglied



Univ. Prof.
Dr. Heinz Weber

Ehrenpräsident



Univ. Prof.
Dr. Johannes Mlczoch

Ehrenmitglied



Prof. Dr. Herbert Laimer
Kardiologe

Gründungsmitglied



Univ. Prof. Dr. Norbert Bachl
Leiter des Zentrums
Sportwissenschaft Schmelz

Gründungsmitglied



Dr. Georg Gaul
Kardiologe

Ärztlicher Beirat des Wiener Herzverbandes



Prim. Priv. Doz. Dr. Georg Delle Karth
Leiter der Kardiologie
KH Nord - Klinik Floridsdorf



Prim. Dr. Martin Frömmel
Leiter der Kardiologie
Göttlicher Heiland Krankenhaus



Prim.ª Dr. Christiane Marko
Leiterin der ambulanten
Rehabilitation PVA



Prim. Univ. Prof. Dr. Gerald Maurer



Prim. Dr. Johann Mikl
SKA-RZ Felbring



OA Dr. Michael Nürnberg
Wilhelminenspital
3. Med. Schrittmachertechnik



Prim.ª Univ. Doz.ªn Dr. Andrea
Podczeck-Schweighofer
Leiterin der Kardiologie KFJ



MR Dr. Karl Schmoll
Chefarzt SVB der Bauern



Univ. Prof. Dr.
Thomas Stefenelli
SMZ-Donauspital



Prim.ª a.o. Univ. Doz.ªn
Jeanette Strametz-Juranek
SKA-RZ Bad Tatzmannsdorf



Univ. Doz. Dr. Dr. Ferdinand
Waldenberger
Ärztl. Direktor LKH Klagenfurt



Prim. Univ. Prof.
Dr. Franz Weidinger
Kardiologie Rudolfstiftung

Nutzen sie die Möglichkeiten des Wiener

Herzverbandes!

Wir bieten sportliche Aktivitäten wie Turnen, Radfahren, Wandern, Lebenshilfe und interessante Arztvorträge. Wir sind bemüht Ihr Wohlbefinden zu verbessern und freuen uns, Sie als Mitglied zu begrüßen!



Präsident Franz Radl

Unser Büro finden Sie:

1020 Wien, Obere Augartenstrasse 26-28 / E 10

Telefon: 33 07 445 , Mo-Fr 10-12 Uhr

Homepage: <http://www.herzwien.at>

E-Mail: wien-herzverband@herzwien.at

Turnprogramm

Montag

1020, Obere Augartenstr.26-28
14:00 - 17:00 Uhr

1030, Petrusgasse 10 (Schule)
18:00 - 21:00 Uhr

1170, Hernalser Hauptstr. 222
17:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch

1170, Hernalser Hauptstr. 222
17:00 - 21:00 Uhr

Donnerstag

1030, Petrusgasse 10 (Schule)
18:00 - 21:00 Uhr

1100, G.-W.-Pabstg. 2a
(Eingang: Fernkorng. Hptsch.)
15:00 - 17:30 Uhr

1160, Kreitnergasse 32
14:30 - 17:00 Uhr

Tai Chi und Qi Gong

Donnerstag

1170, Hernalser Hauptstr. 222
17:00 - 21:00 Uhr

Bitte rufen sie für diesen Termin immer, bevor sie kommen wollen, Frau Eva Maria Zollner unter der Tel.Nr. 0676/9638244 oder Frau Christl Hohl unter der Tel.Nr. 0664/2782438 an!

Wanderungen

Samstag-Gruppe

07.09.19 09:30 Uhr
Hagenbachklamm

Franz Josef Bhf. (Foyer)
21.09.19 09:30 Uhr

Lobau-Dechantweg-Josefsteg-
Esslinger Furt

U2-Donaustadtbrücke (Foyer)
05.10.19 09:45 Uhr

Rotes Kreuz-Sophienalm
Mostalm

Endstelle Linie 43 Neuwaldegg
19.10.19 09:45 Uhr

Wilhelminenberg-
Jubiläumswarte

U3 Ottakring (Foyer)
02.11.19 08:45 Uhr

Krauste Linde
Meidling S-Bahn (Foyer)

23.11.19 08:45 Uhr
Helenental-Augustinerhütte

Meidling S-Bahn (Foyer)

Sonntag-Gruppe

15.09.19 09:50 Uhr
Deutschwald - Purkersdorf

Westbahnhof (Foyer)
29.09.19 10:50 Uhr

Hagenbrunn
Floridsdorf Bus 228

13.10.19 10:15 Uhr
Mostalm

Endstation Linie 43
27.10.19 09:50 Uhr

Krauste Linde
Meidling (Foyer)

10.11.19 10:00 Uhr
Lobau / Groß Enzersdorf

U1 Aspern
24.11.19 10:00 Uhr

Rund um die Alte Donau
Alte Donau U1

08.12.19 10:00 Uhr
Prater

Praterstern Endstelle Linie 5

*Samstagwanderungen werden geführt
von Robert Benkö
Tel.: +43 (0)664 52 35 489*

*Sonntagwanderungen werden geführt
von Gusti Gedlicka
Tel.: +43 (0)1 269 75 20*

Freitag ab 20:00 Uhr anrufen!

Mitglieder können gerne Wandervorschläge unterbreiten, damit nicht immer dieselben Wege begangen werden.

Danke Robert

Herausgeber: Österreichischer Herzverband
Landesverband Wien, ZVR NR.: 123236744
Obere Augartenstraße 26-28/E10; 1020 Wien
Redaktion: Robert Benkö, Grafik: Maximilian Scherwitzl
Beiträge für Nr. 4/2019 bitte bis 2.11.2019 an
r.benkoe@herzwien.at oder m.scherwitzl@herzwien.at

Medieninhaber, Verleger und Druck
GRÖBNER Druckgesellschaft m.b.H.
Steinamangererstr. 161
7400 Oberwart
Nachdruck nur mit schriftlicher
Genehmigung des Verlages!