



ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND
LANDESVERBAND KÄRNTEN



Die Informationszeitschrift
des Herzverbandes für Kärnten

HERZ JOURNAL

Ausgabe Nr. 100 | 4. Quartal 2014

GEFÖRDERT aus dem SELBSTHILFE - FÖRDERTOPF





Talaso Strunjan

Entspannen Sie an der Adriaküste

I FEEL SLOVENIA

An der Küste zwischen Izola und Piran liegt Strunjan, die Sonnige Bucht des Wohlbefindens, unmittelbar am Meer mit der wohltuenden Heilwirkung des Wassers, einmalige Lage in geschützten Naturpark und in der Nähe von Jahrtausenden alten Salinen ...

- 3x Übernachtung im DZ mit Halbpension im Hotel Svoboda 4*,
- unbegrenztes Baden im Schwimmbad mit beheiztem Meerwasser (32 °C)
- Morgenhydrogymnastik, Wasseraerobik, geleitete Spaziergänge, Nordic walking,
- Reichhaltiges Animationsprogramm

Termin:	16. 11.–30. 12. 2014	163,00 EUR + Geschenk
	6. 1.–15. 3. 2015	163,00 EUR

► 10% Nachlass auf Kur- und Wellness Programme. Alles Preise sind pro Person.
Reservationscode: Herzverband Winter

Talaso Strunjan, Slowenien, T: +386 8 20 50 300, E: booking@terme-krka.si, www.terme-krka.at



TERME KRKA

PHYSIO THERM® Infrarotkabinen

DIE BESTE WÄRME FÜR IHRE GESUNDHEIT

DIE PHYSIOTHERM INFRAROTTECHNIK KANN:

- Verspannungen lösen
- Rückenschmerzen lindern
- die Abwehrkräfte stärken
- die Durchblutung erhöhen uvm.

Nähere Informationen erhalten Sie unter der
kostenlosen Infhotline 00800 - 4637 2768,
per E-Mail infrarot@physiotherm.com oder auf
www.physiotherm.com.

Physiotherm GmbH, Physiothermstraße 1, 6065 Thaur



25. Kärntner Herztage mit dem Thema: „Der ältere Patient“

Der 25. Kärntner Herztage an der Universität Klagenfurt, Hörsaal A, welcher unter dem Motto „**Der ältere Patient**“ stand, war wieder von vielen interessierten Menschen bzw. Patienten zu den hochinteressanten medizinischen Vorträgen unserer Ärzte sehr gut besucht.



Präsident **Dietrich Schiffrer** konnte in seiner Begrüßungsansprache auch wieder einige Politiker begrüßen. Frau **LH-Stv. Dr. Beate Prettner**, Frau **Vizebürgermeisterin Dr. Marie-Luise Mathiaschitz**, LR **Rolf Holub** und GR Frau **Ulrike Herzig** in Vertretung von Bgm. Scheider, welche die Wichtigkeit unserer Selbsthilfearbeit für die Kärntner Herzpatienten anerkennen.

Aber unser ganz besonderer Dank gilt wie immer Herrn **Prim. Univ.Prof. DDr. Grimm**, Abteilungsvorstand der 2. Med. im Klinikum Klagenfurt /Wörthersee.

Trotz seiner ärztlichen Belastung hat Herr Prof. Grimm immer ein offenes Ohr für unsere Anliegen und nicht nur am Herztage, sondern auch das ganze Jahr über.

Prof. Grimm bringt auch zusätzlich noch immer einen interessanten Vortrag mit.

Wir bedanken uns auch ganz herzlich bei Herrn **Prim. Dr. Wolfgang Wandschneider**, Chef der Herz- Thorax- u. Gefäßchirurgie im Klinikum Klagenfurt, der für uns wie jedes Jahr einen interessanten Vortrag diesmal „Minimal-invasive Chirurgie bei Klappenerkrankungen“ mitgebracht hat.



v.l.n.r. **OA Dr. Michael Hackl**, 2. Medizinische Abteilung / Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, **Abteilungsvorstand Prim. Univ. Prof. DDr. Georg Grimm**, 2. Medizinische Abteilung / Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, **VzBgm.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Maria - Luise Mathiaschitz**, Gesundheitsreferentin der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee, **Prim. Wilfried Peterz**, Leiter des Internen Ambulatoriums der Kärntner GKK, **LH.-Stv.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Beate Prettnner**, Gesundheitsreferentin des Landes Kärnten, **Dr. Kurt Possnig**, Leitender Arzt der Kärntner GKK, **Prim. Dr. Wolfgang Wandschneider**, Abteilung für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie / Klinikum Klagenfurt am Wörthersee sowie **Dietrich Schiffrer**, Präsident des Herzverbandes Kärnten.

Auch hat für uns Herr **Prof. Dr. Michael Ausserwinkler**, Internist in Villach, einen Beitrag über „Nichtkardiale Schmerzen und Herz“, Interessantes vorgetragen, wofür wir ihm dankbar sind.

Für den Beitrag „Ultraschall bei älteren Patienten“ von **OA Dr. Michael Hackl**, 2. Med. im Klinikum Klagenfurt, herzlichen Dank.

Es waren viele unserer Besucher wieder ganz besonders begeistert von den Vorträgen der Ärzte. Viele Herzpatienten haben wieder die Gesundheitsstraße in Anspruch genommen, um ihre Werte zu testen. Für diese Einrichtung, die von der KGKK zur Verfügung gestellt wurde, bedanken wir uns sehr herzlich. Für die KGKK waren Herr **Prim. Wilfried Peterz**, Leiter des Internen Ambulatoriums und **Dr. Kurt Possnig**, leitender Arzt der Kärntner GKK anwesend.



Für die Organisation dieser Gesundheitsstraße gilt unser besonderer Dank Herrn **Mag. Martin Lemmerhofer**.

Nicht vergessen dürfen wir unsere Mitarbeiter in den Außenstellen bzw. Bezirksgruppen in ganz Kärnten. Ihnen gebührt auch ein ganz besonderer Dank für ihre selbstlose Mitarbeit.

Bedanken möchten wir uns noch für die Teilnahme am Herztag bei der Fa. **Sepin**, Fa. **Neuroth** und **ECA-MEDICAL** Peter Martin und ganz besonders bei Frau **Ficko Martina** von der Therme Radenci.

Gedanken zum Advent

*Als Junger wünscht man sich ein langes Leben.
Doch wird man alt, will man`s nicht sein,
denn manches Leiden kann`s dann geben
vom Herzinfarkt und Schlaganfall bis hin zum Zipperlein.
Dann fängt man an zu jammern und zu klagen
und, statt das Alter zu genießen und zu lieben,
statt es mit Würde zu ertragen
sieht man das Schöne nicht, das uns geblieben:
Erfahrung, Liebe und Erinnerung!
Demütig dankbar bleibt man damit jung.*

Univ. Prof. Dr. Heinz Sterz

**Frohe Festtage
und ein Gesundes Neues Jahr
wünscht Ihnen der Kärntner Herzverband**

Erkenne einen Schlaganfall

Ein wahres Ereignis:

Während gegrillt wurde, stolperte Ingrid und fiel hin. Man bot ihr an, einen Krankenwagen zu rufen, doch sie versicherte allen, dass sie OK war und sie nur wegen ihrer neuen Schuhe über einen Stein gestolpert sei.

Weil sie ein wenig blass und zittrig wirkte, half man ihr, sich zu säubern und brachte ihr einen neuen Teller mit Essen. Ingrid verbrachte den Rest des Abends heiter und fröhlich. Ingrid's Ehemann rief später an und ließ alle wissen, dass seine Frau ins Krankenhaus gebracht worden war. Um 23.00 Uhr verstarb Ingrid. Sie hatte beim Grillen einen Schlaganfall erlitten.

Hätten ihre Freunde gewusst, wie man die Zeichen eines Schlaganfalls deuten kann, könnte Ingrid heute noch leben.

Manche Menschen sterben nicht sofort. Sie bleiben oft lange in einer auf Hilfe angewiesenen, hoffnungslosen Situation. Es dauert **nur 1 Minute**, das Folgende zu lesen...

Ein Neurologe sagte, dass, wenn er innerhalb von 3 Stunden zu einem Schlaganfallopfer kommen kann, er die Auswirkung eines Schlaganfalls aufheben könne. Er sagte, der Trick wäre, einen Schlaganfall zu erkennen, zu diagnostizieren und den Patienten innerhalb von 3 Stunden zu behandeln, was allerdings nicht leicht ist.

Erkenne einen Schlaganfall: Es gibt 4 Schritte, an die man sich halten sollte, um einen Schlaganfall zu erkennen.

-Bitte die Person, zu lächeln (sie wird es nicht schaffen).

-Bitte die Person, einen ganz einfachen Satz zu sprechen (zum Beispiel: "Es ist heute sehr schön.").

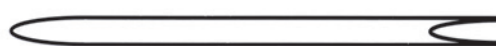
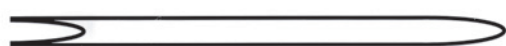
-Bitte die Person, beide Arme zu erheben (sie wird es nicht oder nur teilweise können).

-Bitte die Person, ihre Zunge heraus zu strecken (Wenn die Zunge gekrümmt ist, sich von einer Seite zur anderen windet, ist das ebenfalls ein Zeichen eines Schlaganfalls.)

Falls er oder sie Probleme mit einem dieser Schritte hat, rufe sofort den Notarzt und beschreibe die Symptome der Person am Telefon.

Ein Kardiologe hat gesagt, dass irgendein Leben – eventl. auch unseres – dadurch gerettet werden kann.

PAGITZ Mary, OSR.
Pflegedienstleitung
Chirurgische Univ. Kliniken
Anichstr. 35
6020 Innsbruck
Tel. 050 504 22302
Fax 050 504 22303
mary.pagitz@tilak.at



Herz und Rheuma



Prof. Dr. Michael Ausserwinkler

heitsbildern spielen Herzprobleme eine Rolle. In den letzten Jahren hat es enorme Fortschritte in der Behandlung des entzündlichen Rheumas gegeben. Die Patienten fühlen sich heute besser, sie haben eine bessere Lebensqualität und weniger Herzkomplikationen als noch vor 20 Jahren. Dies ist ein Verdienst der intensiven Forschungstätigkeit auf dem Gebiet der Rheumatologie, insbesondere in den 1990er Jahren. Bei diesem Fortschritt spielt vor allem die frühe Diagnose von entzündlich-rheumatischen Erkrankungen eine große Rolle. Es war nicht nur wichtig, Ärzte auf dem Gebiet einzuschulen, sondern auch in der Bevölkerung auf die Frühsymptome eines entzündlichen Rheumas aufmerksam zu machen.

Jeder Rheumatologe ist bestrebt, mit den Kardiologen im Umfeld eine gute Zusammenarbeit zu pflegen, um gemeinsam Patienten betreuen zu können.



Abbildung 1

Die Abbildung 1 zeigt das Tätigkeitsfeld des Rheumatologen. Bei all den angeführten Krank-

RHEUMATOIDE ARTHRITIS (Chronische Polyarthritits, RA)

Angaben der Patienten

- Krankheitsgefühl
 - Schmerz
 - Schwellung
 - Viele Gelenke
 - Morgensteife
 - Kälte lindert

Abbildung 2

Die in Abbildung 2 angeführten Symptome treten sehr früh auf, lange bevor Veränderungen im Röntgen zu sehen sind und sollten den Patienten veranlassen, zu einer eingehenden Untersuchung zum Hausarzt oder zum Rheumatologen zu gehen.

An Bedeutung zugenommen hat eine rheumatische Erkrankung, die in Zusammenhang mit der Schuppenflechte steht. Die Schuppenflechte, Psoriasis, ist eine Erkrankung die Haut und Nä-

Psoriasisarthritis

- Familienanamnese
- BSG, CRP oft normal
- HLA B27
- SI Gelenke
- Wurstfinger
- Hautveränderungen nicht obligat
- Nativröntgen



Abbildung 3

gel befällt (Abbildung 3). Bei dieser Erkrankung kann es unbehandelt zu heftigen Schmerzen in vielen Körperregionen und bei Nichtbehandlung zur Zerstörung von Gelenken in der Peripherie oder in der Wirbelsäule kommen. Das Teuflische bei dieser Erkrankung ist, dass es noch keinen Laborwert gibt, der die Diagnose sichert. So werden viele Patienten oft lange zu wenig ernst genommen.

Gerade bei der Psoriasisarthritis spielen die gleichen Risikofaktoren eine Rolle, die auch bei Herzkrankheiten entscheidend sind:

- ♥ Übergewicht
- ♥ Hoher Cholesterinspiegel
- ♥ Erhöhte Harnsäure
- ♥ Bewegungsmangel

Eine Lebensstiländerung wie sie Koronarpatienten kennen, kann auch bei der Psoriasisarthritis die Krankheit günstig beeinflussen. Ich habe schon viele Patienten erlebt, die nach deutlicher Gewichtsreduktion von 20% des Körpergewichtes fast beschwerdefrei waren.

Ähnlich wie bei der Psoriasisarthritis gibt es auch eine Weichteil-Rheumaerkrankung, die zu Schmerzen im gesamten Körper führen kann. Diese als Fibromyalgie-Schmerzsyndrom bezeichnete Erkrankung (Abbildung 4) wird oft spät erkannt, obwohl Patienten über multiple Symptome klagen. Auch bei dieser Erkrankung gibt es keinen Diagnose sichernden Blutwert und kein bildgebendes Verfahren, das eine frühe Diagno-

Fibromyalgie - Schmerzsyndrom



- Chronischer diffuser Schmerz
- Gelenkschmerz
- Tenderpunkte
- Schweißneigung
- Schlafstörung
- Verstopfung / Durchfall
- Leistungsrückgang
- Stress
- **Herzrhythmusstörungen**

Abbildung 4

sestellung möglich macht. Bei der Behandlung des Fibromyalgiesyndroms müssen Hausarzt, Rheumatologe und Psychologe gut kooperieren. Hinzu kommt noch die Hilfestellung durch eine gute Physiotherapie. Seit kurzem weiß man, dass Patienten mit dem Fibromyalgiesyndrom auch häufiger Herzprobleme aufweisen. Dies ist sicherlich auch durch den starken Krankheitsdruck und Stress zu erklären.

In der Behandlung entzündlich-rheumatischer Erkrankungen spielen heute moderne Medikamente eine große Rolle. Diese als Biologika bezeichneten Medikamente können direkt in das Krankheitsgeschehen eingreifen, indem sie das Immunsystem modulieren.

Vor Einleitung dieser Therapie ist es wichtig ei-

Herzscreening vor Beginn einer anti-TNF-alpha-Therapie

- Patienten ohne Hinweise auf eine Herzinsuffizienz benötigen keine gezielte HI Diagnostik (pro-BNP, Echo....).
- Bei HI-NYHA I und II Kontrollen vor und während der Therapie.
- Keine anti-TNF-alpha-Therapie bei HI III und IV !

nen Herzbefund zu erstellen. Nicht für jeden Herzpatienten sind diese modernen Therapeutika geeignet (siehe Abbildung 5).

Im Jahr 2013 zeigte sich aber auch, dass eine schon lange bekannte Substanzklasse für Herzpatienten ungünstige Auswirkungen hat. Medikamente wie Diclofenac (Voltaren) oder Coxibe können das Herzinfarktrisiko erhöhen. Vor Einnahme dieser Rheumamittel sollte unbedingt der Arzt befragt werden und der Herzbefund bekannt sein.

Besonders erfreulich ist die Tatsache, dass ein wesentliches Therapeutikum jedem Rheumapatienten und jedem Herzpatienten Vorteile bringt. Dies ist ein Therapeutikum, welches auch gut

auf die Psyche wirkt, nämlich die Bewegungstherapie. Schon bei 150 Minuten aktiver Bewegung pro Woche, kommt es bei Rheumapatienten zu einer Besserung der Entzündungswerte und der Beweglichkeit. Oft werde ich gefragt, wie denn eine derart intensive Bewegung bei Gelenkschmerzen möglich ist. Es geht darum, die adäquate Bewegung zu finden, sei es auf dem Ergometer zu sitzen oder Unterwassertherapien zu machen, wie z. B. das extrem gelenkschonende Aquajogging. Auch Ernährungsumstellungen können gleichzeitig auf die Herzkranzgefäße und die Gelenke gut wirken.

Meine Erfahrung ist, dass ein gut geschulter Koronarpatient auch besser mit Rheumasymptomen leben kann.




ZDRAVILIŠČE RADENCI
 SAVA HOTELS & RESORTS



**-10% NACHLASS FÜR
 HERZVERBANDMITGLIEDER**

HERZVERBAND +

Preis pro Person im Doppelzimmer	1.12. - 28.12.2014, 2.1. - 12.2.2015	4.10.-30.11.2014
Hotel Radin****	49 €	51 €

Im Paket inkludiert: Halbpension, unbegrenzte Eintritte in das hauseigene Thermal- und Schwimmbad, 1x täglich freier Eintritt in die hauseigene Saunalandschaft, kuscheliger Leihbademantel, das gesunde RADENSKA Mineralwasser im Trinksalon, Morgengymnastik und Aqua Fitness täglich (Mo.-Sa.) und Unterhaltungsprogramm.

ZUSÄTZLICH NOCH: 1 x pro Aufenthalt Kaffee und Kuchen im Cafe Izvir.

OHNE EINZELZIMMER ZUZAHLUNG.

 +386 2 520 27 20  info@zdravilisce-radenci.si  www.sava-hotels-resorts.com

Der subkutane Defibrillator

Eine neue Behandlungsmöglichkeit in der Prävention des plötzlichen Herztodes

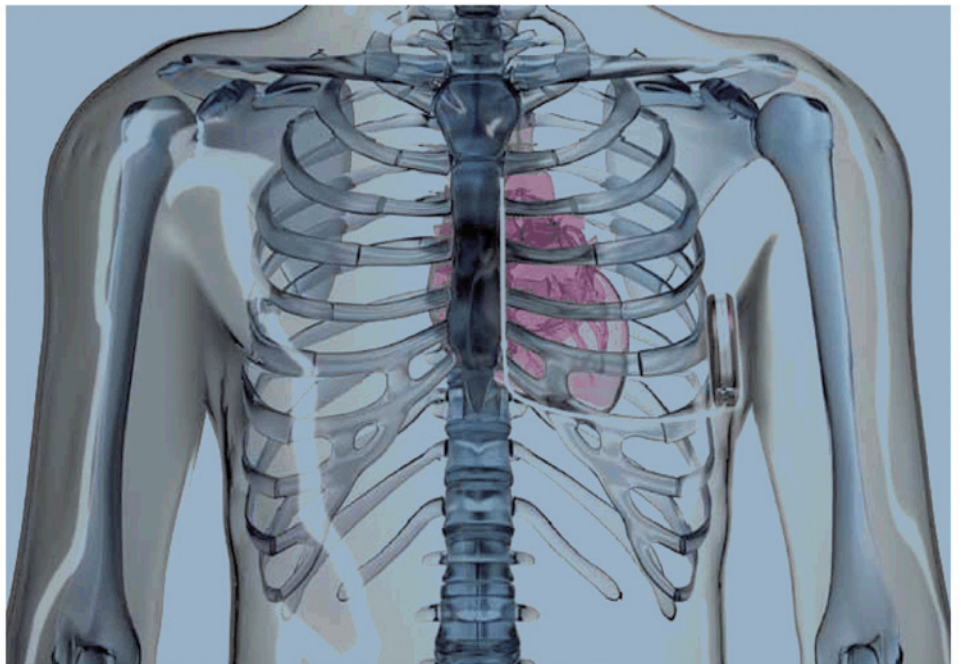
In Österreich versterben jedes Jahr mehr als 15.000 Menschen am plötzlichen Herztod.

Die Ursachen des plötzlichen Herztodes sind vor allem Herzrhythmusstörungen wie Kammerflimmern oder anhaltende Kammertachykardien, die letztlich zum Herzstillstand führen und in 80 % der Fälle in Folge einer Durchblutungsstörung bei koronarer Herzerkrankung auftreten. Aber auch andere Herzmuskelerkrankungen wie verschiedene Formen der Herzschwäche (Kardiomyopathie), oder angeborene Erkrankungen des Herzrhythmus-Systems, die ebenfalls zu Rhythmusstörungen führen können, finden sich als Ursache.

Implantierbare Defibrillatoren, die sogenannten ICDs, sind die wirksamste Therapie zum Verhindern des plötzlichen Herztodes. Bei Auftreten einer bösartigen Herzrhythmusstörung gibt das implantierte Gerät einen Elektroschock ab, welcher die Herzrhythmusstörung beendet und den normalen Herzrhythmus wieder herstellt. In Österreich wurde vor ziemlich genau 30 Jahren dem ersten Patienten ein solches Gerät implantiert.

Die ersten dieser ICDs waren ziemlich groß und wurden anfänglich im Bauchraum implantiert und mit Elektroden verbunden, die direkt auf das Herz aufgenäht wurden, was natürlich einen verhältnismäßig großen Eingriff darstellte.

Im Laufe der Zeit wurden die Geräte deutlich kleiner, und werden heute routinemäßig wie ein Herzschrittmacher unter dem Schlüsselbein (meist links) entweder unter die Haut oder



unter den Brustmuskel implantiert. Die Elektroden werden über die großen Venen (transvenös) ins Herz eingeführt und dort mittels einer Schraube oder eines kleinen Widerhakens direkt in der rechten Herzkammer fixiert. Im Anlassfall gibt das implantierte Gerät einen Elektroschock über die Elektrode ab.

Diese direkt im Herzen liegenden Elektroden sind durch die Kontraktion des Herzmuskels naturgemäß erheblichen mechanischen Belastungen ausgesetzt, welche auf Dauer zu einer Beeinträchtigung der Funktion führen können. Vor allem bei jüngeren Patienten, die körperlich aktiv sind, kann es an der Eintrittsstelle in das Gefäßsystem unter dem Schlüsselbein zu einem Abrieb der Isolierung und damit einem Defekt der Elektrode kommen.

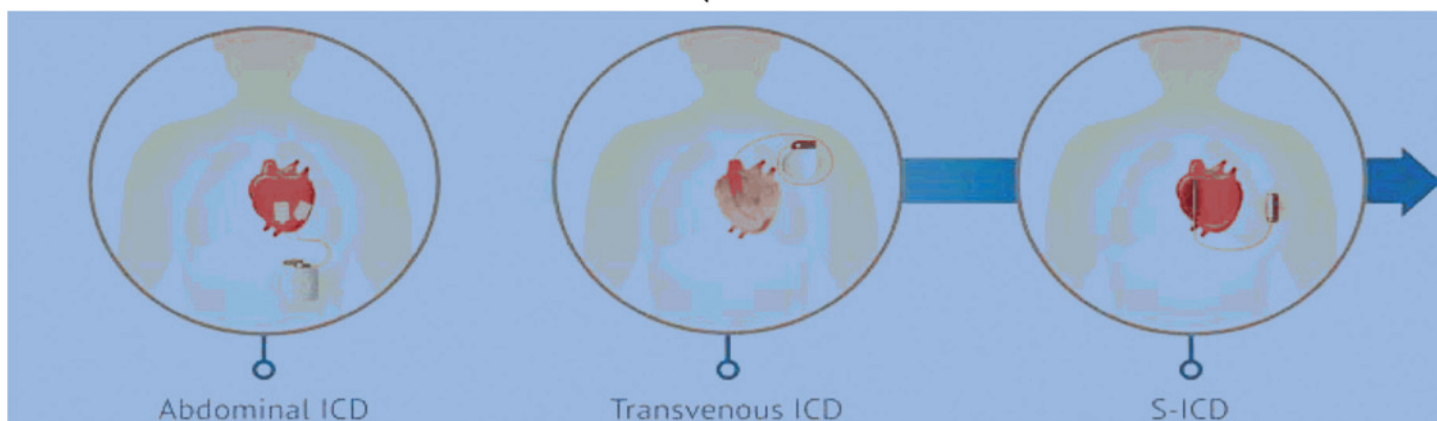
In diesem Fall muss die defekte Elek-

trode ersetzt werden. Eine Entfernung der Schockelektroden ist allerdings aufgrund von möglichen Verwachsungen dieser Elektroden, und damit der Gefahr einer Verletzung von großen Gefäßen oder des Herzens, ein durchaus riskanter Eingriff.

Seit 2009 steht nun zusätzlich ein subkutan implantierbarer Defibrillator zur Verfügung, welcher gänzlich ohne Elektroden im Herzen auskommt. Das Gerät wird an die linke Seite des Brustkorbes implantiert und mit einer neben dem Brustbein unter der Haut verlaufenden Elektrode verbunden.

Das Herz und die Gefäße bleiben bei diesem System gänzlich unberührt.

Das AKH Linz hat sich in den vergangenen Jahrzehnten zu einem Zentrum der Herzversorgung mit überregionaler Bedeutung entwickelt.



Vor allem die Kardiologie an der 1. Internen Abteilung unter der Leitung von Primarius Dozent Dr. Clemens Steinwender zählt mit über 4000 angiographischen Untersuchungen und zusätzlich 1700 Gefäßinterventionen zu den größten und erfahrensten Abteilungen auf diesem Gebiet.

Im Leistungsspektrum des AKH Linz findet sich im Rahmen der Prophylaxe des plötzlichen Herztodes sowohl die Implantation von transvenösen ICDs (Elektroden im Herzen) als auch die Implantation von subkutanen ICDs.

Herr Dozent Steinwender, worin bestehen die wesentlichen Unterschiede zwischen einem transvenösen ICD und einem subkutanen ICD?

Der wesentliche Unterschied besteht bei der Implantation des subkutanen ICD in der fehlenden Notwendigkeit, eine Elektrode durch die Venen im Herzen zu verankern. Die Elektrode liegt bei diesem Geräte unter der Haut und ist dadurch im Vergleich zu transvenösen Sonden weniger Belastungen ausgesetzt. Man geht daher ohne Beschädigungen in Verwendung bleiben können.

Kann jedem Patienten ein subkutaner ICD als Alternative zum transvenösen ICD implantiert werden?

Nein. Patienten, die auch eine Stimulation gegen zu langsamen Herzschlag oder eine kardiale Resynchronisationstherapie bei Herzschwäche und begleitendem Linksschenkelblock leiden, muss ein transvenöses System implantiert werden, da der subkutane ICD diese Stimulationen

von „außen“ nicht bewerkstelligen kann.

Auch Patienten, bei denen immer wieder Rhythmusstörungen auftreten, die durch ein sogenanntes rasches „Überstimulieren“, also ohne Schock, beendet werden können, sind für einen subkutanen ICD nicht geeignet.

Welchen Patienten können Sie demnach diese Alternative anbieten?

Patienten, die einen ICD zum Verhindern des plötzlichen Herztodes infolge von Kammerflimmern - und nicht zur zusätzlichen Stimulation - benötigen. Dies sind z.B. Patienten, die auf eine Herztransplantation warten oder Patienten mit angeborenen Erkrankungen des Herzrhythmus-Systems. Auch Patienten mit manchen angeborenen Herzfehlern, bei denen im weiteren Leben Kammerflimmern auftreten kann, sind geeignete Kandidaten. Eine Gruppe von Patienten, die besonders profitiert, sind solche, die bereits ein transvenöses System implantiert hatten, das wegen einer Infektion entfernt werden musste.

Kann ein Patient wählen, welches Device er implantiert bekommt, falls er sowohl für die Implantation eines transvenösen, als auch für die Implantation eines subkutanen ICDs in Frage kommt?

Die Entscheidung, welches System für den Patienten das Beste ist, ist so kompliziert, so dass sie vom behandelnden Arzt getroffen werden muss. Ist der Patient jedoch ein potentieller Kandidat für einen subkutanen ICD, sollte diese Möglichkeit im Aufklärungsgespräch angesprochen werden.



AKH Linz, Interne 1 - Kardiologie,
Krankenhausstraße 9, 4021 Linz
Prim. Priv. Doz. Dr. Clemens Steinwender
Tel. 0043/(0)732/7806-6220
Interne1@akh.linz.at
www.bsci.com/sicd

Boston Scientific Österreich GmbH
Cardiac Rhythm Management
Vienna Twin Tower Turm A 19.0G
Wienerbergstrasse 11, 1100 Wien
www.bostonscientific.com

Eine Patientenbroschüre können Sie direkt beim österreichischen Herzverband anfordern.

Ölwechsel fürs Herz

Marine Omega-3-Fettsäuren: Auf die Dosis kommt es an!

Der gesundheitliche Benefit der Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure und Docosahexaensäure - kurz EPA und DHA genannt - aus Kaltwasserfischöl ist heute unbestritten und durch wissenschaftliche Studien eindrucksvoll belegt. Am besten dokumentiert sind die Schutz-Effekte auf Herz und Gefäße, z.B. bei Arteriosklerose, Bluthochdruck oder Fettstoffwechselstörungen, insbesondere bei zu hohen Triglyzerid-Werten. Aber auch auf die Entwicklung des Nervensystems, auf Gehirn oder Sehvorgang, bei der altersabhängigen Makuladegeneration, bei Rheuma oder depressiven Störungen zeigen Omega-3-Fettsäuren erstaunliche Effekte. I.L.

»Die Wirksamkeit der Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA ist direkt von der Dosis abhängig«.

Nur durch die tägliche Einnahme der Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA in ausreichend hoher Dosierung kann der gewünschte positive Effekt auf die Herzgesundheit erreicht werden. EPA und DHA sind fast ausschließlich in fettreichen Kaltwasserfischen wie Makrele, Hering oder Lachs enthalten. Zur Erhaltung der Herzgesundheit sollen pro Woche mindestens zwei Fischmahlzeiten zu je 200 g fettem Seefisch auf den Tisch kommen. Internationale kardiologische Fachgesellschaften empfehlen in ihren Leitlinien hochdosierte Omega-3-Fettsäuren zur Sekundärprävention nach Herzinfarkt oder zur Behandlung der Hypertriglyzeridämie, zusätzlich zur Standardtherapie. Um positive Wirkungen bei bestehenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu erzielen, sind rund 1000 mg EPA/DHA täglich notwendig, zur Senkung erhöhter Triglyzerid-Werte sogar 2-4 g täglich.

So viel Fisch steht hierzulande aber kaum auf dem Speiseplan. Aus diesem Grund empfehlen Ernährungsexperten die Versorgungslücke durch die konsequente tägliche Ergänzung mit standardisierten, hochgereinigten Omega-3-Fettsäure-Kapseln zu schließen.

Wichtiges Qualitätskriterium bei der Auswahl des Produktes ist der Omega-3-Gehalt des Fischölkonzentrates, v. a. ein hoher deklarierter Anteil an EPA und DHA. arteriomed® Produkte enthalten die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA aus natürlichem, hochgereinigtem Fischöl in hoher Konzentration und geprüfter Qualität.

Premium-Qualität aus der Apotheke: arteriomed®

arteriomed® enthält Omega-3-Fettsäuren in konzentrierter, standardisierter Form mit einem besonders hohen Anteil an EPA und DHA. Gerade bei Menschen mit erhöhtem Risiko (Diabetes, Bluthochdruck, erhöhten Triglyzeriden, Übergewicht) ist eine optimale Versorgung mit EPA und DHA in ausreichend hoher Dosierung besonders wichtig. Mit nur einer Kapsel arteriomed® pro Tag kann der Normalbedarf an den schützenden Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA einfach gedeckt werden. Zur Senkung erhöhter Triglyzeride werden (je nach ärztlicher Anweisung) ca. 3 Kapseln pro Tag empfohlen.

Die neue Alternative: arteriomed® Omega-3-liquid

Für alle, die keine Kapseln schlucken wollen, gibt es arteriomed® jetzt auch in wohlschmeckender, flüssiger Form. Das große Plus: Aufgrund des aufwändigen Reinigungsverfahrens bzw. des speziellen Kapselüberzuges sind arteriomed®-Produkte absolut frei von »fischigem« Geschmack. Alle arteriomed® Omega-3-Produkte sind in Apotheken erhältlich.

EMPFOHLEN
VOM
ÖSTERREICHISCHEN
HERZVERBAND



ECA-MEDICAL

arteriomed® Omega-3-Fettsäuren

Die Premium-Qualität aus der Apotheke

- ♥ Hochdosiertes Omega-3-Monopräparat
Standardisierte Omega-3-Fettsäuren aus natürlichem Fischöl ohne weitere preistreibende Zusatzstoffe
- ♥ Sehr hoher Gehalt: 720 mg EPA/DHA pro Kapsel
Bestes Preis-Leistungs-Profil
- ♥ Innovative Galenik: Hohe Magensaftstabilität
➤ Kein fischiges Aufstoßen, geschmacksneutral

Für die Herzgesundheit

Neu!
Schmeckt
ausgezeichnet!



... zur diätetischen Behandlung von Arteriosklerose, insbesondere bei Diabetes mellitus, Bluthochdruck und erhöhten Triglyzeriden.

1 Kapsel arteriomed® enthält 720 mg EPA und DHA.

Neu: arteriomed® Omega-3 liquid – 10 ml enthalten 500 mg EPA und DHA.

(EPA: Eicosapentaensäure, DHA: Docosahexaensäure).

Schwedischer Hafer

für Ihr Herz

Empfohlen vom
Herz-Verband



Bereits vor einiger Zeit haben Wissenschaftler herausgefunden, dass so genannte Beta-Glukane aus Hafer den Cholesterinspiegel senken. Das Problem war damals:

In herkömmlichem Hafer sind diese Stoffe nur in kleinen Mengen enthalten. Ein Forscherteam aus Schweden hat basierend auf den früheren Untersuchungen nun einen Weg gefunden, um hohe Konzentrationen von Beta-Glukanen aus nordischem Hafer zu gewinnen.

Das Resultat sind knusprige Haferherzen mit den Namen Betavivo!

Das Produkt zeichnet sich durch einen milden, angenehmen Geschmack aus und ist ideal für ein Frühstück mit Joghurt oder als Zwischenmahlzeit untertags.

Der Gehalt und die Qualität der Hafer-Beta-Glukane sind ausreichend hoch, um den Cholesteringehalt im Blut bereits durch eine Portion pro Tag (3g Beta-Glukane) zu senken. Der Wert des „guten“ HDL-Cholesterins wird dabei nicht verändert! Ein angenehmer Nebeneffekt ist der Beitrag zur Reduktion des Blutzuckerspiegels nach dem Essen, was ebenfalls einen gesundheitlich vorteilhaften Effekt darstellt, besonders für Diabetiker. Betavivo ist in Skandinavien bereits ein großer Erfolg und ist nun auch in österreichischen Apotheken erhältlich.



Der Präsident der Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE) Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm sagt folgendes zur Wirkung der Beta-Glukane:

„Beta-Glucan kann einen wesentlichen Beitrag zu einer verbesserten Stoffwechselsituation leisten und möglicherweise auch mithelfen, Medikamente einzusparen. Bei Diabetes-Risiko-Patienten kann Beta-Glucan erwiesenermaßen auch die Blutzuckerkurven derart abschwächen, dass die Gefahr der vollen Entwicklung eines Diabetes deutlich reduziert werden kann.“

Senkt den Cholesterinspiegel

Betavivo enthält hochkonzentriertes Beta-Glucan aus Hafer, welches nachweislich den Cholesterinspiegel senkt.

Beta-Glucan aus Hafer verringert gleichzeitig den Anstieg des Blutzuckerspiegels nach der Mahlzeit, was Ihrer Gesundheit ebenfalls zugute kommt.

Weitere Informationen finden Sie unter betavivo.at



Cholesterin



Blutzucker

Nur in Ihrer Apotheke.



Herz-Kreislauferkrankungen haben viele Risikofaktoren. Die Veränderung einer dieser Risikofaktoren kann, muss sich aber nicht unbedingt günstig auswirken. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Trimb Healthcare, betavivo.at

Die Landesverbände des Österreichischen Herzverbandes

Österreichischer Herzverband

Präsident des Österr. Herzverbandes:
Univ. Prof. DDDr. Wolfgang MASTNAK

Bundesgeschäftsführer:

Helmut SCHULTER
8045 Graz, Statteggerstr. 35
Telefon: 0316/694517
helmut.schulter@herzverband.at

Landesverband Wien

Präsident: Franz RADL
1020 Wien, Obere Augartenstr. 26-28
Telefon: 01/3307445
franz.radl@aon.at

Landesverband Niederösterreich

Präsident: Franz FINK
2345 Mödling, Josef-Schleussner-Str. 4
Telefon: 02236/860296
franz.fink@herzverband-noe.at

Landesverband Oberösterreich

Präsident: wHR Dr. R.M. DEJAKO Prim.i.R.
4040 Linz, Kreuzstr. 7
Telefon: 0732/734185
info@herzverband-ooe.at

Landesverband Steiermark

Präsidentin: Dr. Jutta ZIRKL
8010 Graz, Radetzkystr. 1/1
Telefon: 0316/816719
jutta.zirkl@chello.at

Landesverband Salzburg

Präsident: Hubert KIENER
5020 Salzburg,
G.-Nikolaus-v.Nissen-Str. 47/48
Telefon: 0680/2178351
hubert.kiener@herzverband-salzburg.at

Landesverband Tirol

Präsident: Roland WEIßSTEINER
6020 Innsbruck, Maria-Theresienstr. 21
Telefon: 0512/570607
tiroler.herzverband@aon.at

Wir sind ausgezeichnet.



Wachsen Sie
mit uns.

Die BKS Bank
freut sich über den
Sieg im Banken-
test der ÖGVS.

BKS Bank

BKS Bank Klagenfurt, Radetzkystraße 42,
T: (0463) 511650-0, E: bks@bks.at, www.bks.at

Unsere neuen Herzverband - Mitglieder

Adamitsch	Erika	Kogler	Karl
Allmayer	Rosemarie	Krainz RR	Christina
Andritsch	Robert	Kranner	Heidemarie
Apich	Susanne	Kühberger	Heinrich
Aschbacher	Günther	Lindner	Richard
Assek	Erich	Lindner	Ingrid
Auprich	Franz	Malle	Margit
Bauer	Hubert	Manessinger	Floriana
Baumgartner	Josef	Mayrobnig	Josef
Bergmann	Valentin	Migglausch	Gudrun
Böhm	Maria	Moser	Robert
Brunner	Frieda	Müller	Elke
Buchbauer	Karl	Oberheber	Theresia
Dimitrovski Mag.	Waltraud	Oberrieser	Erich
Dohr	Simon	Oman	Franz
Dörfler	Oskar	Ortner	Gerda
Eberl	Paul	Pichler	Gerd
Felfernig	Ernst	Pinter	Herwig
Franzl	Dieter	Prüller	Olga
Fritzl	Johann	Pucher	Maximilian
Frohner	Elisabeth	Pucher	Willibald
Fugger	Herbert	Pucher	Maria
Gabriel	Anton	Puschmann	Emil
Golja	Gerhard	Puschnig	Katharina
Gradnitzer	Andreas	Radl	Margaretha
Gruber	Hans	Rauter	Waltraud
Gschwandtner Ing.	Otto	Reibnegger	Emmerich
Habenbacher	Alfred	Reigl	Karl Walter
Haberle	Walter	Rothmann	Anneliese
Hagen Mag.	Klaus	Salcher	Maria
Haider Ing.	Winfried	Salzmann	Johann
Herzele	Fritz	Schloßstein	Kurt
Hleb	Maria	Seyfried Dr.	Franz
Holler	Florian	Sibitz	Wilfried
Holzer	Otto	Sigmund	Hilde
Holzfeind	Elisabeth	Socher	Rudolf
Hunacek	Brunhild	Sorgo	Roderich
Jessernig	Robert	Staubmann	Rudolf
Juan	Walter	Strasser	Hans
Kampfer	Justine	Strasser	Maria
Keber	Hannelore	Strnad	Willibald

Wir trauern um unsere Verstorbenen Mitglieder

Brunner	Erwin
Fischer	Elfriede
Förster	Irma
Golker	Rudolf
Hofer Dr.	Herwig
Hoffmann	Maria
Holzbauer	Adolf
Kerschbaumsteiner	Joachim
Knafl	Franz
Kramer	Aloisia
Kroll	Otto v.
Künstl	Hildegard
Leitner	Anton
Lippitz	Augustin
Mörtl Ing.	Hans
Möstl	Brigitta
Müller	Johann
Nageler Ing.	Heribert
Neureiter	Fritz
Pabi	Franz
Palle	Walter
Polzer	Juliane
Puxbaumer Ing.	Franz
Spitaler	Rudolfine
Stritzl	Herta
Tschemernjak	Gottfried

Einzahlung Mitgliedsbeitrag

ACHTUNG !!!

Bitte nicht vergessen, den Namen und die Adresse auf den roten Erlagschein zu schreiben, damit wir den Mitgliedsbeitrag auch richtig zuordnen können.

Unsere neuen Mitglieder

Takats	Michael
Thalmann	Arthur
Todem	Franz
Tolazzi	Hubert
Tomz	Christine
Türk	Franz
Vasic	Jela
Wabnig	Maria
Wald	Irmgard
Walther Dr.	Heinz
Wasserer	Gertrud
Weitzer	Magdalena
Weyrer	Rupert
Wietinger	Christian
Windberger	Herta
Wirtenberger	Hubert
Wögenbauer	Elisabeth
Wölwitsch Dr.	Margot
Woschnak	Maria
Wurzer	Kurt

Ärztlicher Beirat

Prim. Univ. Prof. DDr. G. GRIMM, Klgt.
 Prim. Univ. Prof. Dr. D. GEISLER, Klgt.
 Prim. HR Dr. H. WIMMER, Villach
 Prim. Dr. F. SIEBERT, St. Veit/Glan
 Prim. Dr. H. OSCHMAUTZ, Klagenfurt
 Prim. Dr. W. WANDSCHNEIDER, Klgt.
 Prim. Dr. G. DIETRICH, Spittal
 Prim. Dr. J. HÖRMANN, Laas
 Prim. Dr. H. J. NEUMANN, Klgt.
 EOA. Dr. K. LAUBREITER, Klgt.
 OA. Dr. A. WIBMER, Laas
 OA. Dr. A. PRODINGER, Klagenfurt
 OA. Dr. H. TÜRK, Klagenfurt
 OA. Dr. K. H. KARNER, Villach
 OA. Dr. M. KRIESSMAYR, Klgt.
 OA. Dr. I. LEDERER-GROLLITSCH, Laas
 OA. Dr. H. KRAPPINGER, Villach
 Dr. P. LEHNER, St. Andrä/Lav
 Dr. M. WERNISCH, Klagenfurt
 Dr. A. SUNTINGER, Klagenfurt
 Dr. M. LACKNER, Villach
 Dr. H. F. WRÖHLICH, Krumpendorf

Kärntner Herzverband In eigener Sache Turntermine

Letztes Turnen 2014
vor Winterpause

erstes Turnen 2015
nach Winterpause

Klagenfurt	15. 12. 2014	12. 01. 2015
Villach	16. 12. 2014	13. 01. 2015
Spittal/ Drau	11. 12. 2014	08. 01. 2015
Laas	18. 12. 2014	08. 01. 2015
Wolfsberg	17. 12. 2014	07. 01. 2015
Bad St. Leonhard	15. 12. 2014	12. 01. 2015
Althofen	16. 12. 2014	13. 01. 2015

Jahresabschlussfeiern

Klagenfurt	15. 12. 2014 um 17,30 Uhr	GH „Kressnig“ in Klagenfurt, St. Veiter Straße 244
Villach	06. 12. 2014 um 12,00 Uhr	GH „Hopf“ in Villach, St. Magdalenerstraße 109
Spittal/ Drau	11. 12. 2014 um 18,15 Uhr	Restaurant „Truppe“ in Spittal, Bahnhofstrasse
Laas	18. 12. 2014 um 17,00 Uhr	Restaurant „Grünwald“, in St. Daniel
Wolfsberg	17. 12. 2014 um 19,00 Uhr	Brauhaus „Kraschowitz“, Herrengasse, Wolfsberg.
Bad St. Leonhard	17. 12. 2014 um 16,30 Uhr	„Badido“ in Bad St. Leonhard, Klagenfurterstrasse
Althofen	16. 12. 2014 um 18,00 Uhr	Pizzeria „Isopp“ in Guttaring

Österreichischer Herzverband Landesverband Kärnten

KLAGENFURT - LANDESVERBAND

Büro: Kumpfgasse 20/3, 9020 Klagenfurt
Telefon (0463) 50 17 55 Fax: (0463) 500 266
E-Mail: schiffrer@gmail.com

Präsident: Dietrich SCHIFFRER
Mantschehofg. 34/17, 9020 Klagenfurt
Telefon: (0664) 750 27 213 oder (0463)420119

Stellvertreterin: Marlis SCHIFFRER
Mantschehofg. 34/17, 9020 Klagenfurt
Telefon: (0664) 45 20 213 oder (0463) 420 119

KLAGENFURT:

Dietrich **SCHIFFRER**
Mantschehofg. 34/17, 9020 Klagenfurt Tel.: (0664) 750 27 213

TURNEN:

Jeden Montag im Klinikum Klagenfurt
Turnsaal, 16.15 – 17.15

VILLACH

Josef **PICHLER**
Hochfeldweg 14, 9241 Wernberg Telefon: (04252) 3406

TURNEN:

Jeden Dienstag in der Friedensschule in Villach 16.45 - 17.45

WOLFSBERG

Mag. Norbert **FARITSCH**
Pernhartweg 8/36, 9400 Wolfsberg Telefon: 0680 – 2002513

TURNEN:

Jeden Mittwoch i. d. Knaben-Hauptschule
in Wolfsberg von 19.00 - 20.00

BAD ST. LEONHARD

Benno **MÜHLBACHER**
Finsterweg 217, 9462 Bad St. Leonhard Telefon: 04350 - 2392

TURNEN: Jeden Montag in der Hauptschule
in Bad St. Leonhard v. 19.00 - 20.00

LAAS

Anni **EINETTER**
Kötschach 368, 9640 Kötschach/Mauthen
Telefon: (04715) 20915

TURNEN: Jeden Donnerstag im

A. Ö. Krankenhaus - Laas 15.30 - 16.30

SPITTAL/DRAU

Edeltraud **STEINER**
Matzelsdorf 6, 9872 Millstatt Telefon: (04766) 2607

TURNEN:

Jeden Donnerstag in der Musikschule (Antonius-Schule), in der
Dr.-Albertini-Str. 2 (Eingang 10. Oktoberstr.), v. 17.00 – 18.00

ALTHOFEN

Barbara **HÖRNER**
Rupertiweg 3, 9334 Guttaring Telefon: (0680) 1211965

TURNEN:

Jeden Dienstag im Panoramasaal im Reha-Zentrum Althofen,
Turnsaal v. 17.00 – 18.00

Gruppe der Herz- & Lungentransplantierten

Franz **LINTSCHE**

Rilkestraße 44, 9020 Klagenfurt Telefon: (0650) 2328442

Dr. Jutta **LUDWIG**

Lobisserweg 2, 9371 Brückl Telefon: (0650) 6543754

Ansprechpartner des Kärntner Herzverbandes

Dr. LAUBREITER Kornelia

EOA der 2. Med. Abtlg., Klinikum Klagenfurt
FA für Innere Medizin, Kardiologie, Intensivmedizin
Ordination nach tel. Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Lerchenfeldstraße 45

9020 Klagenfurt Tel.: 0664 / 416 97 54

Prim.Dr. WANDSCHNEIDER Wolfgang

Facharzt für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie
Termine nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Benediktinerplatz 5

9020 Klagenfurt Tel.: 0664 / 413 59 59

Dr. RAB Anna

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie und
Intensivmedizin
Herzkatheterleitung am LKH Villach
Ordination nach telefonischer Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

St. Veiter Strasse 7

9020 Klagenfurt Tel.: 0676 / 361 05 16

Kärntner Herzverband

In eigener Sache

In der Generalversammlung vom März 2003 wurde beschlossen, dass bei Ehepaaren (mit gleichen Adresse) der Ehepartner nur die Hälfte des Jahresmitgliedsbeitrages zu bezahlen braucht (das ist z. Z. Euro 15,-).

Wir hoffen, dass auch die Ehepartner als Mitglied an den Aktivitäten des Landesverbandes teilnehmen werden.

Ansprechpartner des Kärntner Herzverbandes

Prim. Univ. Prof. DDr. GRIMM Georg

Vorstand der 2. Med. Abtlg., Klinikum Klagenfurt
FA für Innere Medizin, Kardiologie, Intensivmedizin
Ordination nach tel. Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen
Privatordination

Winklerner Straße 32
9210 Pörschach Tel.: 04272 / 3110

Dr. KRAPPINGER Heinz

Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie
Gesundenuntersuchung
Ordination nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Nikolaigasse 39
9500 Villach Tel.: 0664 / 28 22 134

Prim. Dr. OSCHMAUTZ Harald

FA für Innere Medizin
Ordination nach tel. Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Radetzkystraße 35
9020 Klagenfurt
Tel.: 0676 – 885751481 bzw.
Tel.: 0463 / 5885 4531
www.droschmautz.at

Prim. Dr. SIEBERT Franz

Vorstand der internen Abteilung
Krankenhaus der Barmherzigen Brüder

Spitalgasse 26
9300 St. Veit/Glan
Tel.: 04212 / 499 - 0
Fax: 04212 / 499 - 400
www.barmherzige-brueder.at

Dr. SUNTINGER Anton

Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie
Ordination nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Lerchenfeldstraße 45
9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 55562
Fax: 0463 / 55562-22

Dr. WERNISCH Margarethe

Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie
Ordination nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Lerchenfeldstraße 45
9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 55562 Fax: 0463 / 55562-22

Dr. WRÖHLICH Hubert F.

FA für Innere Medizin
Ordination nach tel. Vereinbarung
Wahlarzt

Kochstraße 20
92010 Krumpendorf
Tel.: 0676 / 636 2818
E-Mail: hubert.wroehlich@aon.at

Prim. Dr. SYKORA Josef

FA f. innere Medizin und Kardiologie
Ordination nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Radetzkystraße 35
9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 26 14 02
Handy: 0664 / 4508195 bzw.
REHAB – Zentrum Althofen
Moorweg 30
9330 Althofen
Tel.: 04262 / 2071 – 577
Fax: 04262 / 2071 – 503
www.humanomed-zentrum.at

EOA. Dr. VORDEREGGER Ulf

FA f. innere Medizin und Kardiologie
Ordination nach Vereinbarung
Wahlarzt aller Kassen

Radetzkystraße 35
9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 5885 4705 Handy: 0664 / 3011256 bzw.
REHAB – Zentrum Althofen
Moorweg 30
9330 Althofen
Tel.: 04262 / 2071 – 577
Fax: 04262 / 2071 – 503
www.humanomed-zentrum.at

Lebensqualität durch Kompetenz



Das SEPIN Orthopädietechnik – Sanitätshaus, überprüft Ihr Blutdruckmessgerät auf Genauigkeit.

Die regelmäßige Messung des Blutdrucks durch die Betroffenen selber ist ein wichtiger Teil der Behandlung. Die selbst gemessenen Werte der Patienten zeigen dem Arzt, wie sich der Blutdruck über einen längeren Zeitraum verhält. Voraussetzung dafür sind zuverlässige Messgeräte.

Wir sind bestrebt Ihnen mit unserer Beratung, Leistung und unseren Qualitätsprodukten mehr Lebensqualität und Sicherheit zu geben.



KLAGENFURT – VILLACH – FELDKIRCHEN
Völkermarkter Straße 97, T: 0463/556 68
Alter Platz 30, T: 0463/556 685 • office@sepin.at

**IHRE MOBILITÄT
IST UNSER ANTRIEB.**

Der Österreichische Herzverband braucht Ihre Mitgliedschaft

Durch Ihren Beitritt helfen Sie mit, unsere Selbsthilfe-Organisation zu vergrößern und zu stärken. Sich selbst aber, so Sie schon Herz- oder Risikopatient sind, verhelfen Sie in unserer Gemeinschaft zu einer besseren Bewältigung Ihrer Krankheit und damit zu einer höheren Lebensqualität.

Ihre Anmeldung nimmt jederzeit gerne entgegen:

ÖSTERREICHISCHER HERZVERBAND, Landesverband Kärnten
Kumpfgasse 20/3, 9020 Klagenfurt, Tel./: (0463) 50 17 55, Fax (0463) 500 266

Beitritts-
erklärung

Vor- und Zuname: geb.:

Strasse: PLZ./Ort:

Bitte in Blockschrift)

Datum:20Tel.:

Unterschrift

Spenden: Bank für Kärnten IBAN: AT19 1700 0001 1300 0589 BIC: BFKKAT2K

P.b.b. Verlagspostamt 9020 Klagenfurt

Znr.: 02Z030842

Ergeht an:

Wenn unzustellbar, bitte
zurück an Aufgabepost-
amt 9020 Klagenfurt

Impressum:

Herausgeber: Österreichischer Herzverband,
Landesverband Kärnten 9020 Klagenfurt, Kumpf-
gasse 20/3, Telefon: (0463) 501755, Fax: 500266.
Medieninhaber: Dietrich Schiffrer, 9020 Klagenfurt,
Mantschehofg. 34/17, Tel. 0664-750 27 213
Für den Inhalt verantwortlich: Der Herausgeber
Satz und Druck: WOM-Institut für Weiterbildung,
Willroidergasse 3, 9073 Viktring, Tel. 0660-7671000
SAP: 0021020117