



wieder aufleben

November 2015 23

NEUES VON DER KATHARINENHÖHE

„Machen kann eigentlich jeder etwas!“

Segen und Fluch – moderne Behandlungsmethoden mit hochdosierten Medikamenten haben die Überlebenschancen für Krebspatienten in den letzten Jahren signifikant erhöht, verursachen zum Teil aber erhebliche Nebenwirkungen. Eine davon sind Osteonekrosen, eine Art Löcher im Knochen, was oft sehr schmerzhaft ist. Große Gelenke und Knorpel können brechen und einen künstlichen Gelenkersatz nötig machen. „Vor allem Leukämiepatienten sind davon betroffen“, berichtet Dr. Siegfried Sauter, Ärztlicher Leiter der Katharinenhöhe. „Osteonekrosen sind bei der Chemotherapie von Leukämien und Lymphomen eine der häufigsten Langzeitfolgen.“

„Und so ist auch die Gruppe von Patienten mit Osteonekrosen auf der Katharinenhöhe deutlich größer geworden – zum einen, weil es immer mehr Betroffene gibt, zum anderen, weil die Reha-Klinik in diesem Bereich über viel Erfahrung verfügt und dafür eine eigene, von Medizinern und Physiotherapeuten gemeinsam entwickelte Behandlungsstrategie hat. „Wir versuchen bei Osteonekrosen nicht nur zu schonen, sondern vor allem den Bewegungsapparat zu stärken“, erklärt Dr. Sauter. „Sport und

Physiotherapie spielen dabei eine besondere Rolle.“ Ein Erfolg: Die Schmerzen zahlreicher Osteonekrosen-Patienten konnten deutlich gelindert werden.

Das bestätigt auch Sandra Kuhn, Leiterin der Physiotherapie: „In vier Wochen Reha können bei diesen Patienten sowohl die



Schmerzen als auch die Kraft und Gelenkbeweglichkeit verbessert werden. Zudem versuchen wir, ihnen mehr Sicherheit im Umgang mit ihrer Krankheit zu geben.“ Auch die Psyche ist wichtig. Dank des auf Aktivität ausgerichteten Konzepts trauen

sich die Betroffenen wieder mehr zu. „Speziell für junge Patientinnen und Patienten ist die körperliche Einschränkung durch Osteonekrosen oft sehr belastend“, erzählt Sandra Kuhn. „Während der Reha merken sie dann, dass ihnen Bewegung auch gut tut und noch viele Sportarten für sie möglich sind. Machen kann eigentlich jeder etwas!“ Um Brüche zu vermeiden, ist allerdings Sport mit extremer Stoßbelastung wie z. B. Fußball tabu.

Das musste auch Alexander (15) lernen, der vor seiner Krebsdiagnose 2013 gerne Fußball gespielt hat. Auf Krücken ist der Osteonekrosen-Patient im August 2015 in die Reha-Klinik gekommen und hatte sogar den Rollstuhl im Gepäck. Gebraucht hat er diesen zum Glück dann nicht. Im Gegenteil: Am Ende der Rehabilitation ist Alexander ohne Krücken unterwegs und sagt: „Die Reha hat viel gebracht. Meine Schmerzen sind besser, und ich habe sogar wieder Sport gemacht.“ Kein Fußball zwar, aber dafür z. B.

Gerätetraining, Fahrradfahren, Rollbrett-Handball und Floorball – was ihn neu motiviert hat. Zuhause will er auf jeden Fall die eine oder andere Sportart weiterbetreiben, die er auf der Katharinenhöhe kennengelernt hat.

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freunde der Katharinenhöhe,

sich nur mit Schmerzen bewegen können – gerade für junge Patientinnen und Patienten ist das nur schwer zu ertragen. Nach dem Schock einer Krebsdiagnose und überstandener Akutbehandlung wollen sie endlich wieder möglichst normal leben, sich mit Freunden treffen, tanzen gehen, Sport treiben. Schmerzhaftes Osteonekrosen, die oft Wochen nach der Behandlung als Nebenwirkung auftreten können, machen diese Pläne dann erst einmal zunichte. Wie wir Osteonekrosen-Patienten während ihrer Reha auf der Katharinenhöhe therapeutisch betreuen, lesen Sie in dieser Ausgabe von wieder aufleben.

Lesenswert ist außerdem auf Seite 3 ein Porträt über einen ehemaligen Patienten, der seinen eigenen Weg gefunden hat, mit seiner Krebserkrankung umzugehen.

*Herzliche Grüße
von der Katharinenhöhe*



Stephan Maier
Geschäftsführer

Dr. med. Siegfried Sauter
Ärztlicher Leiter

Ilona Mahamoud
Verwaltungsleiterin



Engagierte Biker

Tolle Aktion – der 19. Schwarzwald-Bike-Marathon (SBM), der im September 2015 stattfand und dieses Mal auch als Deutsche Meisterschaft im Mountainbike fungierte, war für die Reha-Gäste der Katharinenhöhe ein besonderes Ereignis. Die Rennstrecke verlief direkt an der Klinik vorbei, was den Ort zu einem beliebten Beobachtungspunkt machte. Begeistert wurden hier alle Biker bejubelt – insbesondere natürlich ein Klinik-Team sowie aktuelle und ehemalige Patienten, die am SBM teilnahmen. Am Ende schaffte das Team der Katharinenhöhe einen stolzen sechsten Platz in der Firmenwertung. Für große Freude sorgte zudem, dass wieder ein Teil des Startgeldes der Biker für die Reha-Klinik gespendet wird.

Nachhaltiges Projekt

Aktuell läuft ein Projekt der Gemeinden Furtwangen und Schönwald, bei dem die Trinkwassernetze der beiden Kommunen miteinander verbunden werden. Das betrifft auch die Katharinenhöhe: Direkt neben der Reha-Klinik werden zwei Wasserhochbehälter mit einem Fassungsvermögen von jeweils 40 Kubikmetern und eine zusätzliche Trinkwasserleitung entstehen. Nachhaltig gesichert ist damit nicht nur die Trinkwasserversorgung der Klinik, verlegt werden auch Rohre für Glasfaserleitungen. In Zukunft wird die Katharinenhöhe also eine schnellere Internetverbindung haben.

Lesung und Gesang

Die Waldau-Schänke in Königsfeld-Buchenberg lädt regelmäßig zu Benefizveranstaltungen zugunsten der Katharinenhöhe ein und lässt sich dabei immer etwas Neues einfallen. Als Publikumsmagnet erwies sich z. B. im Juni 2015 eine Lesung von Gunther Schwarz, der lange als Lehrer in der Reha-Klinik tätig war. In seinen Texten behandelt er vor allem lokale Themen, setzt sich z. B. aber auch mit dem Tod von Schülern auseinander. Ein großes Repertoire zeigte an diesem Abend übrigens auch der Chor „Futu-Ensemble“.

2015 kamen bei fünf Benefizveranstaltungen der Waldau-Schänke 12.500 Euro an Spenden zusammen.

Herzlich willkommen!

Wenn die Katharinenhöhe zum Familienfest einlädt, dann richtig. Das Programm, das Klinikmitarbeiter/-innen und zahlreiche Ehrenamtliche jedes Mal für das Fest auf die Beine stellen, ist beeindruckend. Beim diesjährigen Familienfest am 20. September 2015 gab es wieder vielfältige Angebote für Jung und Alt – z. B. Spielstationen, eine Hüpfburg, ein Kinderkarussell, eine Bierkastenrutsche, Hausrundgänge, kulinarische Köstlichkeiten und ein umfassendes Musikprogramm. Mutige konnten sich an die Kletterwand, den Hochseilgarten oder die Drehleiter der Feuerwehr wagen. Fußballfans freuten sich auf das Torwandschießen und auf Autogramme von den SC Freiburg-Spielern Christian Günter und Nicolas Höfler sowie der Fußballnationalspielerin Dzenifer Marozsán. Höhepunkt des Familienfestes war aber ein-



deutig ein Auftritt des Schlagerstars Tony Marshall (2. v. l.), der seit vielen Jahren eng mit der Katharinenhöhe verbunden ist. Fast zwei Stunden begeisterte er seine Fans mit alten und neuen Liedern und gab anschließend noch ausgiebig Autogramme. So viel Engagement freute auch Klinikgeschäftsführer Stephan Maier (r.) und Hansjörg Seeh (l.), Aufsichtsratsvorsitzender der Katharinenhöhe und Ehrenvorsitzender der AWO Bezirksverband Baden e. V.

Mit viel Herz für die gute Sache

Nein, eigentlich möchte Dr. Martin Aichele, ehemaliger Arzt der Katharinenhöhe, gar nicht so ausführlich darüber reden, dass er und seine Frau Ute Graf sich seit langem ehrenamtlich für die jungen Patientinnen und Patienten der Reha-Klinik einsetzen. Es ist den beiden einfach eine Herzensangelegenheit zu helfen.

„Während meiner 20-jährigen Tätigkeit als Kinderarzt auf der Katharinenhöhe, habe ich viele schwere Schicksale gesehen, viele gute Krankheitsverläufe erlebt und erfahren, wie viel Positives dort erreicht wird für Patientenkinder wie Eltern und Geschwister“, erzählt Dr. Aichele. „Das alles kann man nicht einfach vergessen oder hinter sich lassen, wenn altershalber die Tätigkeit dort zu Ende geht. Das begleitet einen weiter.“

Seine Ehefrau habe sich anstecken lassen, sagt der pensionierte Kinderarzt, und schon vor vielen Jahren damit begonnen, zugunsten der Katharinenhöhe Adventsausstellungen zu veranstalten. Schon im Sommer beginnt Ute Graf jeweils mit den aufwendig gefertigten Bastelarbeiten, bei denen sie ihr Mann unterstützt. Zudem öffnet sie seit fünf Jahren regelmäßig für den guten Zweck ihren wunderschön gestalteten Rosengarten. Obwohl selbst schwer erkrankt engagiert sich Ute Graf weiter mit viel Kreativität und Zeit für die Katharinenhöhe. Großen Aufwand betreibt auch ihr Mann, der seit langem unter dem Motto „Lebensbilder“ Ausstellungen mit Patientenbildern sowie Verkaufsausstellungen zugunsten der Reha-Klinik organisiert. Darüber hinaus zeichnet er mit verantwortlich für zahlreiche Benefizkonzerte, bei denen er Vorträge über die Arbeit der Katharinenhöhe hält.





Ein engagierter junger Mann

Wie wird man eigentlich Blogger? „Ich wollte Andere auf dem Laufenden über mich halten und nicht jedem Einzelnen immer alles neu erklären müssen“, sagt Benni W. (26) aus Schwäbisch Hall, der seit 2013 einen Blog, also eine Art öffentliches Tagebuch im Internet, betreibt. Anlass dafür waren auch so manche schwierige Gesprächssituationen. Denn: Benni W. hat Krebs. Im Alter von nur 20 Jahren wurde bei ihm Darmkrebs diagnostiziert. Was nach dieser schockierenden Diagnose passiert ist, wie sich sein Leben verändert hat und wie es ihm heute geht – das können Familie, Freunde und Bekannte einfach in seinem Blog „Cancelling Cancer – Kein Weg zu weit“ nachlesen und müssen ihn nicht direkt fragen. Eine Entlastung für alle Beteiligten.



„Das Bloggen tut mir gut“, erzählt der junge Patient, der im September 2015 zur Rehabilitation auf der Katharinenhöhe war. Seine Blog-Arbeit hilft ihm dabei, mit seiner lebensbedrohlichen Krankheit offen umzugehen, und ist Teil seiner Tagesstruktur geworden. Alle ein bis zwei Tage postet er einen Beitrag – von Hinweisen zu aktuellen Veranstaltungen, Büchern und Filmen zum Thema Krebs, Nebenwirkungen, unter denen er gerade zu leiden hat, bis hin zu sehr privaten Ereignissen wie die Verlobung mit seiner Freundin Sabrina. Manchmal gibt's sogar lustige Cartoons. „Mir ist es wichtig

zu zeigen, dass das Leben auch nach einer Krebsdiagnose weitergeht“, so Benni W. „Mit meinem Blog möchte ich anderen Patienten Mut machen.“

Ein besonderes Anliegen ist es ihm, über Darmkrebs aufzuklären. Und so finden sich in seinem Blog nicht nur persönliche Erfahrungsberichte, sondern auch aufwendig recherchierte Beiträge z. B. über Krebsvorsorge, Behandlungsmethoden und neue Therapien sowie über die Tabu-Themen Im-

potenz und künstlicher Darmausgang (Stoma). „Für meine Blog-Beiträge investiere ich sehr viel Zeit“, erklärt der engagierte junge Mann. „Wenn deshalb nur ein Mensch rechtzeitig zur Darmkrebsvorsorge geht, dann hat sich der ganze Aufwand gelohnt.“

Der gegenseitige Austausch mit Betroffenen ist ein weiterer Grund für ihn zu bloggen. „Ich will mich mit anderen jungen Patienten vernetzen – auch um ihnen zu zeigen, dass sie nicht allein sind.“ In der Tat gibt es nur wenige Selbsthilfegruppen für Krebskranke im jungen Erwachsenenalter. Benni W. möchte das ändern und hat z. B. bereits eine Gruppe von gleichbetroffenen Bloggern gegründet. „Es gab auch schon persönliche Treffen unserer Blogger-Gruppe, einige Freundschaften sind inzwischen entstanden.“ Während seiner Reha in Schönwald ist übrigens eine neue Blogger-Freundin dazugekommen – zu lesen unter <http://cancelling-cancer.blogspot.de/>.

Mehr als drei Jahrzehnte

Edgar Kaufmann ist so etwas wie ein Urgestein der Katharinenhöhe: Seit 1984 ist der Kinzigtaler Küchenchef in der Reha-Klinik – und wird nun nach über 30 Jahren in den wohlverdienten Ruhestand gehen. „Ich habe so viel in dieser langen Zeit erlebt, dass man darüber ein ganzes Buch schreiben könnte“, sagt der gelernte Koch und schmunzelt. Ge-



fragt nach besonderen Ereignissen fällt ihm spontan der Besuch von Bundespräsident Richard von Weizsäcker 1988 auf der Katharinenhöhe ein, den er damals auch persönlich kennenlernen durfte. „Das war eine tolle Sache“, erzählt Kaufmann. „Wenn prominente Gäste kommen, bedeutet das aber auch, dass unsere Küche zusätzlich gefordert ist.“

Sein Hauptaugenmerk lag allerdings stets auf einer möglichst optimalen Versorgung der jungen Patienten und ihrer Familien. „Das Essen muss gesund und kindgerecht sein – und natürlich schmecken.“ Selbst am Kochtopf steht der langjährige Küchenchef aber eher selten. „Ich überwache die Prozessabläufe in der Küche, erstelle die Dienst- und Speisepläne und kümmere mich um die Organisation und den Einkauf“, umschreibt Edgar Kaufmann sein Arbeitsgebiet. Viel Zeit nimmt zudem die Dokumentation in Anspruch. „Eine große Herausforderung.“

Kaufmanns eingespieltes Küchenteam besteht aus insgesamt acht Personen. Dazu gehört auch eine Diätassistentin, die für Sonderkostformen bei Allergien und Unverträglichkeiten zuständig ist. „Das hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen“, berichtet der Noch-Küchenchef. Einen weiteren Trend hat er zudem ausgemacht: „Traditionelle badische Küche kommt heute eher nicht mehr an – und zwar bei Kindern und Eltern.“

Geschätzt hat Edgar Kaufmann an der Katharinenhöhe immer die gute Atmosphäre. Und so möchte er sich für die Reha-Klinik auch im Ruhestand noch ehrenamtlich engagieren und z. B. beim Familienfest mithelfen.

Sie über uns



Unglaublich wichtige Arbeit

Tony Marshall, Schlagerstar und Opernsänger:

„Das Leben ist kein Wunschkonzert – das weiß ich aus eigener Erfahrung. Umso wichtiger ist es, vom Schicksal besonders hart getroffene Menschen, wie z. B. Familien mit einem lebensbedrohlich erkrankten Kind, umfassend zu unterstützen. Die Katharinenhöhe, davon konnte ich mich jetzt beim Familienfest

und bei einigen anderen Besuchen persönlich überzeugen, leistet hier mit ihrem Konzept der familienorientierten Reha eine unglaublich wichtige Arbeit. Dabei beeindruckt mich nicht nur die hohe Kompetenz und Professionalität des gesamten Klinik-Teams, auch die tolle Atmosphäre der Katharinenhöhe ist absolut einzigartig.“



Förderverein hilft



„Die Katharinenhöhe braucht dringend einen Anbau mit sechs neuen barrierefreien Wohnungen für Patientenfamilien sowie zwei neuen behindertengerechten Räumen für die pädagogischen Kindergruppen mit wichtigen therapeutischen Erlebnisfeldern und direktem Zugang zu den Außenspielflächen“, erläuterte Stephan Maier, Geschäftsführer der Reha-Kli-

nik, während der letzten Mitgliederversammlung des Fördervereins Katharinenhöhe e.V. Mitte Oktober 2015. Maiers Ausführungen überzeugten die Mitglieder des Fördervereins so sehr, dass sie auf Vorschlag ihres Vorsitzenden Prof. Dr. Thomas Klingebiel beschlossen, die Einrichtung einer der neuen Kindergruppen mit 30.000 Euro zu unterstützen.

Strahlende Kinderaugen

In der Spielfeld der Katharinenhöhe kann derzeit mit Warteschlangen gerechnet werden: Begehrtes Objekt ist ein selbstgebautes Schaukelmotorrad aus Holz, das Norbert Matern aus Kehl gespendet hat. Auf die Idee gebracht, dieses besondere Spielzeug den kleinen Patientinnen und Patienten der Reha-Klinik zu überlassen, hat das Ehepaar Matern Ruth Görög,



langjährige Vorsitzende der AWO Kehl und ehemaliges Mitglied des Verwaltungsrates der Katharinenhöhe. Sie war denn auch dabei, als das Schaukelmotorrad Mitte September 2015 offiziell an die Katharinenhöhe übergeben wurde. „Das Schaukelmotorrad ist der Renner“, erzählt Verwaltungsleiterin Ilona Mahamoud. „Unsere Kinder sind allesamt ganz begeistert.“

Auf Tauchstation

Eine gelungene Überraschung: Der Belgier Jean-Marc Claes hat auf der Tauchsportmesse InterDive in Friedrichshafen im September 2015 spontan eine Auktion zugunsten der Katharinenhöhe durchgeführt – und das so erfolgreich, dass er genau 7.020 Euro an Spenden einnehmen konnte. Das Geld übergab er dann wenig später gemeinsam mit seiner Familie persönlich an Klinikleiter Stephan Maier. Verwendet werden soll die Spende, wenn wundert's, übrigens für therapeutische Tauchaktionen mit den Patienten der Katharinenhöhe.

Seit Jahren engagiert

Wirklich lobenswert: Eine Gruppe von Frauen aus Singen engagiert sich nicht nur für pflegebedürftige ältere Menschen und betreibt unter der Leitung von Ingrid Egner-Maul ehrenamtlich eine Cafeteria im dortigen AWO-Seniorenzentrum Michael-Herler-Heim, das Team veranstaltet seit Jahren z. B. auch regelmäßig Flohmärkte zugunsten der jungen Patientinnen und Patienten der Katharinenhöhe. Erst kürzlich waren die rührigen Frauen wieder zu Besuch in der Schönwalder Reha-Klinik und haben eine Spende in Höhe von 1.000 Euro mitgebracht. „Darüber freuen wir uns sehr“, sagt Verwaltungsleiterin Ilona Mahamoud und bedankt sich für das außerordentliche Engagement der Ehrenamtlichen.

Ihre Ansprechpartner

Stephan Maier

Geschäftsführer

E-Mail: stephan.maier@katharinenhoehe.de

Telefon: (0 77 23) 65 03-111

Dr. med. Siegfried Sauter

Ärztlicher Leiter

E-Mail: siegfried.sauter@katharinenhoehe.de

Telefon: (0 77 23) 65 03-123

Ilona Mahamoud

Verwaltungsleiterin

E-Mail: ilona.mahamoud@katharinenhoehe.de

Telefon: (0 77 23) 65 03-119

Schenken Sie Lebensmut!

KATHARINENHÖHE gemeinnützige GmbH

Rehabilitationsklinik für herz- und krebskranke

Kinder mit ihren Familien und für junge Menschen

78141 Schönwald/Schwarzwald

Hansjörg Seeh

Vorsitzender des Aufsichtsrates,

Erster Bürgermeister a. D.

Spendenkonto

Volksbank Triberg

BLZ 694 917 00, Konto-Nr. 4 74 703

IBAN DE28 6949 1700 0000 4747 03, BIC GENODE61TRI

Bank für Sozialwirtschaft

BLZ 660 205 00, Konto-Nr. 6 726 100

IBAN DE84 6602 0500 0006 7261 00, BIC BFSWDE33KRL

Impressum

Herausgeber:

KATHARINENHÖHE gemeinnützige GmbH

Rehabilitationsklinik für herz- und

krebskranke Kinder mit ihren Familien

und für junge Menschen

78141 Schönwald/Schwarzwald

www.katharinenhoehe.de

Text: Margarethe Brinkmann, AWO Baden

Layout: Druckhaus Karlsruhe

Fotos: Katharinenhöhe

Druck: Druckhaus Karlsruhe

Träger:



Bezirksverband
Baden e.V.