

STIFTUNGSBERICHT 2015



STIFTUNG
MAINZER HERZ
das achte Jahr





Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel

Sehr verehrte Damen und Herren,
liebe Unterstützer der **STIFTUNG MAINZER HERZ**,

ich freue mich, Ihnen hiermit den nunmehr **achten Jahresbericht** der **STIFTUNG MAINZER HERZ** präsentieren zu können! Auch für das Jahr 2015 stellen wir für Sie wieder unsere Aktivitäten zusammen und berichten über **Entwicklungen und Fortschritte rund um das Gesundheitsthema „Herz“**.

Zu Beginn möchte ich kurz das neue Zentrum für Kardiologie vorstellen. Im Bestreben meinen Kollegen Professor Rostock hier in Mainz zu halten, wurde die **2. Medizinische Klinik in das Zentrum für Kardiologie umgewandelt und besteht jetzt aus der Kardiologie I (Professor Dr. med. T. Münzel) und der Kardiologie II, Rhythmologie (Professor Dr. med. T. Rostock)**. Hierzu haben das Land Rheinland-Pfalz und die **STIFTUNG MAINZER HERZ 15 Mio. Euro investiert**.

Das **Highlight 2015** war sicher die **Ausweitung der Kinderakademie Gesundheit** auf unglaubliche 43 Schulklassen mit weit mehr als 1000 Schülern im Alter zwischen 12 und 14 Jahren. Diese große logistische Herausforderung haben wir nur aufgrund der großen, freiwilligen Mithilfe von Ärzten aus mehreren Abteilungen und Studenten schaffen können. Wegen der großen Bewerberzahl von mehr als 80 Schulklassen „mussten“ wir eine Auslosung durchführen, für die sich spontan **Frau Ministerpräsidentin Malu Dreyer, die Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland Frau Dr. Stippler, die Vorstandsvorsitzende Frau Professor Babette Simon und der Präsident**

von Mainz 05 Harald Strutz bereit erklärt haben. Erstmals beteiligten sich auch Schulen aus dem Saarland an der Ausschreibung.

Beginnen werden wir unseren Jahresbericht wie immer mit einem kurzen Überblick über bahnbrechende Studien im Bereich Herz-Kreislauf-Erkrankungen, deren Ergebnisse bzw. Schlussfolgerungen man meiner Meinung nach sofort umsetzen sollte. In der nunmehr achten Ausgabe unseres Jahresberichtes der **STIFTUNG MAINZER HERZ** legen wir den **Schwerpunkt** zunächst auf die **elektrische Zigarette**, auf die **Wiederbelebung (Reanimation)** und hier insbesondere auf den Bereich Wiederbelebung durch Kinder.

Kids Save Lives: In einem Interview nimmt Professor **Bernd W. Böttiger, Uniklinik Köln**, zu dieser Initiative Stellung. Er betont klar, wie wichtig hier ein strukturierter Unterricht für Kinder ist, da diese ja schon im Alter von 12 bis 13 Jahren in der Lage sind, auch Erwachsene erfolgreich wiederzubeleben. Zudem haben wir den Vorgang der Wiederbelebung in einem Sonderbericht ausführlich dargestellt.

Auch im Jahr 2015 können wir auf viele von unserer Stiftung durchgeführte Veranstaltungen zurückblicken. Im Juni führten wir unser **3. Golfturnier** mit dem Namen **„Benefiz-Golfturnier zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie“** durch. Die Resonanz war großartig und es kamen 20.000 Euro zur Unterstützung der weltweit größten Präventionsstudie zusammen.

Die Veranstaltungsreihe **„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert“** wird immer **erfolgreicher**, und wir

haben im letzten Jahr mehrere Veranstaltungen bei unseren **Kooperationspartnern** auch außerhalb von Mainz organisiert, so z.B. in Ingelheim.

Erstmals begannen wir eine neue Serie, die **Abendvorlesung für Kinder in Kooperation mit der Allgemeinen Zeitung**. Den ersten Termin habe ich mir natürlich nicht nehmen lassen und habe die Kinder über die Problematik Shisha Rauchen, E-Zigaretten und E-Shishas informiert.

Im November fand unser **traditioneller Mainzer Herz-Stiftungsball** statt, nun bereits zum sechsten Mal. Mit den Einnahmen des Abends mit genau 110.000 Euro werden wir in diesem Jahr in erster Linie die **Kinderakademie Gesundheit, die Gutenberg-Gesundheitsstudie** und **vielpersprechende Forschungsprojekte** unterstützen.

Zu Beginn 2016 wurde die **STIFTUNG MAINZER HERZ** noch von der Drogenbeauftragten der Bundesregierung, Marlene Mortler auf Initiative der Landtags- und Fraktionsvorsitzenden der CDU, Julia Klöckner besucht. Hierbei hatte ich die Möglichkeit die Ergebnisse der Befragung der Schulklassen in Bezug auf Zigaretten-, Shisha- und E-Zigaretten/Shishakonsum vorzustellen.

Im Namen des Vorstandes und des Kuratoriums der **STIFTUNG MAINZER HERZ** möchte ich mich **bei all unseren Förderern für die herausragende**

Unterstützung in den letzten acht Jahren bedanken und der Hoffnung Ausdruck geben, dass Sie uns treu bleiben und uns weiterhin im Kampf gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen unterstützen.

Bitte schauen Sie sich unseren **Projektplan** an, den wir Ihnen zu Beginn vorstellen. Hier werden verschiedene Projekte wie die **Kinderakademie** oder auch unsere **Gutenberg-Gesundheitsstudie** genannt, die wir im Jahr **2016 in erster Linie** finanziell unterstützen wollten.

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** hat ein weiteres Projekt unterstützt, nämlich das **Aufstellen von Defibrillatoren** in der Stadt vor der Sparkassenfiliale am Leichhof, 55131 Mainz. Ein zweiter wird am 27.2.2016 am Haupteingang Kaufhof, Stadthausstraße in Betrieb genommen.

Wir freuen uns auch, wenn Sie uns als Mitglied im Freundeskreis oder Kuratorium unterstützen wollen.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr



Thomas Münzel

Projektplan der STIFTUNG MAINZER HERZ 2016

In den Bereichen Forschung, Prävention und Patientenversorgung haben wir für das Jahr 2016 insgesamt fünf Projektbereiche identifiziert, die wir durch Ihre Spenden unterstützen möchten.

Schwerpunkte sind wiederum ein für Kinder konzipiertes Präventionsprogramm zum Thema Herz, Übergewicht, Rauchen und ein Wiederbelebungstraining sowie die vorklinische und klinische Forschung.

Projektbereich	Thema	Finanzieller Bedarf
1	Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz <ul style="list-style-type: none"> Herz-Kreislauf-Physiologie Übergewicht Rauchen Begehbare Herz Filme zu den Themen Rauchen, Übergewicht sowie Funktion des Herz-Kreislauf-Systems Wiederbelebungstraining Einteilung in Frühjahrs- und Herbstakademie mit jeweils 20 Schulklassen 	40.000 Euro
2	Verbesserung und Erneuerung unseres Herz-Kreislauf-Spiels 	30.000 Euro
3	Gutenberg-Gesundheitsstudie	50.000 Euro
4	Chest Pain Unit-Qualifizierungslehrgang für die Krankenpflege	10.000 Euro
5	Vorklinische und Klinische Forschung Aufbau von Datenbanken, Fluglärmforschung <ul style="list-style-type: none"> Datenbanken für Herzklappen, Vorhofflimmerunit Aufbau Tiermodell für den Bereich Luftverschmutzung und Lärm 	80.000 Euro
Insgesamt:		210.000 Euro

Prof. Dr. Paul Schölmerich Ehrenkuratoriumsmitglied verstorben

Das Zentrum für Kardiologie und die STIFTUNG MAINZER HERZ trauern um ihren langjährigen ehemaligen Direktor und Ehrenkuratoriumsmitglied

Herrn Dr. med. Dr. h.c. Paul Schölmerich Universitätsprofessor, der am 14. August 2015 im Alter von 99 Jahren verstorben ist.

Professor Schölmerich hatte die Leitung der II. Medizinischen Klinik und Poliklinik von 1963 bis 1981 inne.

In dieser Zeit entwickelte sich die Klinik zu einer der bedeutendsten klinischen Forschungsstätten in Deutschland. Der für Professor Schölmerich charakteristische Stil, die Klinik vor dem pathophysiologischen Hintergrund in Diagnostik und Therapie wohlfundiert aufzubauen und die Therapie kritisch abzuleiten, wurde zum Markenzeichen für die verschiedenen Spezialgebiete in seinem Haus.

Unter seiner Leitung wuchsen Internisten heran, die später nationales und internationales Ansehen genossen und heute Lehrstühle vertreten. Auch wurde die Internistische Intensivmedizin in Deutschland durch ihn und seine Arbeitsgruppen ganz wesentlich gefördert und über Fachgrenzen hinweg etabliert.

Die „Schölmerich-Schule“ hat die Innere Medizin der letzten 40 Jahre in ganz Deutschland von Hamburg bis Freiburg, von Münster bis Frankfurt, von Berlin bis Amberg, von Flensburg bis Aachen und von Wilhelmshaven bis Heidelberg geprägt.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Zentrums für Kardiologie werden Professor Schölmerich als großes Vorbild in Erinnerung behalten und ihm ein ehrendes Andenken bewahren.



Paul Schölmerich Preisverleihung 2007 anlässlich der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin in Wiesbaden

Oberbürgermeister Ebling honoriert Engagement von Professor Münzel bei der STIFTUNG MAINZER HERZ und beim Thema Fluglärm



Pressemeldung der Stadt Mainz.

Verleihung des Mainzer Pfennigs an Prof. Dr. Thomas Münzel

Prof. Dr. Thomas Münzel ist – neben seiner Tätigkeit als Fachmann für Innere Medizin – ein mit fundiertem Wissen ausgestatteter Fluglärmgegner, der sich intensiv und auch ehrenamtlich engagiert. Als Mitglied des Vorstandes der „STIFTUNG MAINZER HERZ“ und Mitinitiator der Gutenberg-Herz-Studie hat er maßgeblich dazu beigetragen, wissenschaftliche Daten zu erarbeiten, die wegweisende Erkenntnisse zum Zusammenhang von Fluglärm und Gefäßerkrankungen ermöglichen. Darüber hinaus hat der Wahlmainzer in seiner Fluglärm-Studie bewiesen, dass Fluglärm bei gesunden Menschen zu Gefäßfunktionsstörungen, erhöhtem Stresshormonspiegel und zu verminderter Schlafqualität mit drastischen Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System führen kann.

Der Kardiologe sammelt dazu persönlich Daten der Mess-Station auf dem Dach der Augenklinik der Mainzer Unimedizin und fordert auch öffentlich im Rahmen der Montagsdemonstrationen am Frankfurter Flughafen von Verantwortlichen aus Wirtschaft und Politik einen runden Tisch,

um die wissenschaftlichen Daten zu diskutieren und Sofortmaßnahmen zum Schutz der Patienten zu ergreifen.

Neben den Zielen seines Fachgebietes, der Prävention und optimalen Versorgung von Patienten, der Diagnostik und Behandlung sowie der intensiven Forschungstätigkeit und Ausbildung des Nachwuchses hat sich Prof. Dr. Thomas Münzel weitere ambitionierte lokale Ziele gesteckt. Durch eine vorausschauende und verantwortungsvolle Gesundheitsförderung möchte er die Lebensqualität der Bürgerinnen und Bürger, im Besonderen der Kinder und Jugendlichen, in der Landeshauptstadt Mainz nachhaltig verbessern.

Durch Spendenaufrufe und ehrenamtliche Mitarbeit in der Zeitschrift „Fluglärm und Gesundheit“ informiert er die Bevölkerung über die Fluglärm-Problematik und macht immer wieder öffentlich auf die Verbindung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Umweltbelastung aufmerksam.

Das neue Zentrum für Kardiologie, Mainz.

Das Land und die STIFTUNG MAINZER HERZ investieren 12 Millionen Euro in die Therapie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Mit dem 1. März 2016 wird der Neubau des Zentrums für Kardiologie (401K) in Betrieb genommen. Hier werden vor allem Patienten mit Herzrhythmusstörungen von Professor Rostock und seinem Team behandelt.

Dieser Bereich ist in den letzten Jahren sehr stark gewachsen und es ist eine folgerichtige Entscheidung gewesen, daraus ein Zentrum für Kardiolo-

gie mit einer Kardiologie I (Allgemeine und Interventionelle Kardiologie, Intensivmedizin und Angiologie) und Kardiologie II (Rhythmologie) erwachsen zu lassen.

Wir werden unseren Mitgliedern des Freundeskreises und des Kuratoriums der STIFTUNG MAINZER HERZ in einer separaten Veranstaltung unsere neue Klinik vorstellen.



Neue, wichtige Studien 2015

E-Zigaretten = Einstiegsdroge für Jugendliche für traditionelle Zigaretten und Shisha

Man hatte es schon befürchtet, dass die E-Zigaretten zum vermehrten Gebrauch von traditionellen Zigaretten und Shisha führen.

Die beiden oben erwähnten Studien bestätigen dies eindrücklich. Während in der ersten Studie E-Zigaretten im Verlauf zu einem vermehrten Gebrauch von traditionellen Zigaretten führten, zeigte die zweite Studie, dass Jugendliche innerhalb von 6 Monaten in Highschools in Californien zum einen mehr begannen E-Zigaretten zu rauchen, zum anderen in der Folge dann auf traditionelle Zigaretten bzw. Shishas umgestiegen sind.

Diese und insbesondere neue Publikationen über die Schädlichkeit von E-Zigaretten führten dazu, dass die Bundesregierung den Verkauf von E-Zigaretten und E-Shishas an Jugendliche komplett verboten hat.

Original Investigation

Progression to Traditional Cigarette Smoking After Electronic Cigarette Use Among US Adolescents and Young Adults

Brian A. Primack, MD, PhD, Samir Soneji, PhD, Michael Stoolmiller, PhD, Michael J. Fine, MD, MSc, James D. Sargent, MD

[Viewpoint page 993](#)

Original Investigation

Association of Electronic Cigarette Use With Initiation of Combustible Tobacco Product Smoking in Early Adolescence

Adam M. Leventhal, PhD, David R. Strong, PhD, Matthew G. Kirkpatrick, PhD, Jennifer B. Unger, PhD, Steve Sussman, PhD, Nathaniel R. Riggs, Matthew D. Stone, BA, Robin Khoddam, MA, Jonathan M. Samet, MD, MS, Janet Audrain-McGovern, PhD

[Viewpoint page 663 and Editorial page 673](#)
[JAMA Report Video and Author Video Interview at jama.com](#)
[Supplemental content at jama.com](#)
[CME Quiz at jama.ama-assn.org and CME Questions page 724](#)

Author Affiliations: Author affiliations are listed at the end of this article.

Corresponding Author: Brian A. Primack, MD, PhD, Division of General Internal Medicine, Department of Medicine, University of Pittsburgh School of Medicine, 230 McKee Pk, Ste 600, Pittsburgh, PA 15263.

[jama.ama-assn.org](#)

Auch die Bundesregierung beschäftigt sich mit E-Zigaretten und E-Shisha



<http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/kinder-und-jugend,did=220260.html>

Neues im Bereich Herzklappen:

Verschlusschwäche der Mitralklappe

Das in Mainz eingesetzte MitraClip-Verfahren bewährt sich im Alltag



Eine Behandlung der Mitralklappe (ein Ventil zwischen linkem Vorhof und linker Herzkammer) mit Hilfe des sogenannten MitraClips führt bei vielen Patienten mit schwerer Mitralklappeninsuffizienz im ersten Jahr nach dem Eingriff zu deutlichen klinischen Verbesserungen.

Das belegen Ergebnisse einer aktuellen Analyse von Daten aus dem deutschen TRAMI-Register, in das alle Ergebnisse aller Kliniken eingegeben werden.

Seit Einführung im Jahr 2008 hat das MitraClip-Verfahren rasche Verbreitung als minimalinvasive Option zur Klappenrekonstruktion über ein Herzkatheterverfahren bei Patienten mit schwerer Verschlusschwäche der Mitralklappe und einem hohem Risiko für eine herkömmliche Klappenoperation am offenen Herzen gefunden.

- Mit dieser kathetergestützten Methode wird die vom Chirurgen O. Alfieri beschriebene

„Edge-to-Edge-Repair“-Operation imitiert, bei der die freien Ränder der Mitralklappensegel in der Mitte miteinander verbunden werden.

- Das Zusammenklippen des vorderen und hinteren Mitralsegels führt zu einer deutlichen Verringerung der Verschlusschwäche der Mitralklappe.

Zur Dokumentation von Sicherheit und Effektivität dieses neuen interventionellen Behandlungsverfahrens ist 2010 in Deutschland das industrieunabhängig geführte TRAMI (Transcatheter Mitral valve Interventions) Register gestartet worden.

In dieses Register sind zwischen August 2009 und Juli 2013 insgesamt 826 Patienten prospektiv aufgenommen worden.

Aktuell wurde eine Analyse der 1-Jahres-Daten von 749 Teilnehmern veröffentlicht. Bei den im



Mitralklappe wird gerade geclippt



Schnitt 76 Jahre alten Patienten bestand für den Fall einer konventionellen, offenen Herzoperation ein hohes Risiko.

- Die meisten befanden sich im Stadium einer fortgeschrittenen Herzschwäche.
- Die Rate für den prozeduralen Erfolg war mit 97% sehr gut.
- Es zeigte sich, dass der Anteil der Patienten, die weitgehend beschwerdefrei oder funktionell nur geringgradig durch eine Herzschwäche beeinträchtigt waren, im Jahr nach der minimalinvasiven Intervention deutlich höher war als vorher (63,3 versus 11,0%).
- Die Patienten waren zudem nach der Behandlung wieder in der Lage, ein unabhängiges Leben ohne Angewiesenheit auf Hilfe bei der Versorgung zu führen.

- Zudem wurde die eigene gesundheitsbezogene Lebensqualität bei der Befragung als deutlich verbessert eingeschätzt.

FAZIT

Das MitraClip-Verfahren hat sich durchgesetzt.

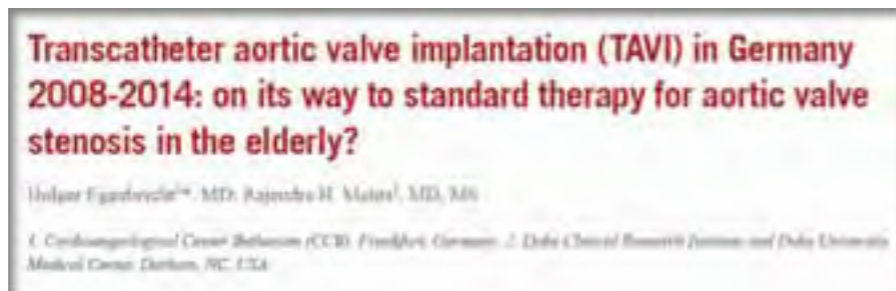
Vor allem profitieren die Patienten klinisch sofort nach Anwendung des Verfahrens. Sie sind belastbarer und die Lebensqualität wird verbessert.

Inwieweit auch die Lebenserwartung verbessert wird, müssen zukünftige Studien zeigen.

Neues im Bereich Aortenklappe: Entwicklung von 2008 bis 2014

TAVI-Behandlung überholt Herzklappen-Operation

Die Behandlung der verengten Aortenklappe mit Hilfe von TAVI hat in Deutschland erstmalig die Herzklappen-Operation überholt



Bei älteren Patienten mit schwerer **Aortenstenose** hat die **Transkatheter-Aortenklappen-Implantation (TAVI)** inzwischen in Deutschland die Herzklappen-Operation als häufigstes Therapieverfahren überflügelt. Das geht aus einer aktuellen Analyse von Daten des AQUA-Instituts hervor.

Allerdings zeichnet sich bereits ab, dass sich für die TAVI zunehmend auch bei nicht so hohem Risiko entschieden wird – auch auf Wunsch der Patienten.



Die zwei wichtigsten Herzklappentypen für eine Reparatur einer verkalkten Aortenklappe. Links, die Sapien Edwards Klappe und rechts die Corevalve Klappe von Medtronic.

Deutschland ist weltweit führend in der Anwendung der kathetergestützten Implantation von Aortenklappen bei Patienten mit Aortenstenose. Derzeit gilt, dass diese Methode bei inoperablen Patienten sowie als Alternative zur Operation bei Patienten mit hohem Operationsrisiko indiziert ist.

Zwecks gesetzlich vorgeschriebener externer Qualitätssicherung werden vom AQUA-Institut (Institut für angewandte Qualitätsförderung und Forschung im Gesundheitswesen) Jahr für Jahr Daten zu sämtlichen isolierten Aortenklappen-Eingriffen in Deutschland erhoben. Diese Daten vermitteln somit ein gutes Bild von der realen Versorgungssituation im Hinblick auf interventionelle und chirurgische Eingriffe bei Aortenstenose.

Auf Basis dieser AQUA-Daten haben Professor Holger Eggebrecht vom Cardioangiologischen Centrum Bethanien in Frankfurt am Main und Dr. Rajendra Mehta von der Duke University in Durham/USA jetzt einmal die Entwicklung nachgezeichnet, die sich zwischen 2008 und 2014 in Deutschland in der Behandlung von älteren Patienten mit Aortenstenose vollzogen hat.

TAVI-Zahl stieg auf das 20-fache

Danach sind seit 2008 hierzulande 71.927 isolierte Aortenklappen-Operationen (chirurgischer Aortenklappenersatz) und 48.353 TAVI-Eingriffe durchgeführt worden. Die Zahl der chirurgischen Eingriffe zur Beseitigung von Aortenstenosen ist seit dieser Zeit leicht rückläufig: Erhielten 2008 noch 11.205 Patienten ihre neue Aortenklappe auf dem Weg einer offenen Herzoperation, waren es 2014 nur noch 9.953.

Umgekehrt verlief die Entwicklung bei den TAVI-Prozeduren – und zwar in äußerst rasantem Tempo. Hier war in der gleichen Zeit ein Anstieg der erfassten Interventionen auf das 20-fache zu verzeichnen: War die Zahl im Jahr 2008 mit 637 Eingriffen noch sehr bescheiden, erreichte sie 2014 mit nunmehr 13.263 ihren bislang höchsten Stand. Im Jahr 2013 überstieg erstmals die Zahl der TAVI-Prozeduren die der Aortenklappen-Operationen. Dies ist vor allem auf die Zunahme von transfemorale TAVI-Eingriffen zurückzuführen. Die Zahl der transapikalen Prozeduren veränderte sich dagegen kaum.

Sterblichkeit im Krankenhaus mehr als halbiert

Erfreulich ist der Rückgang der im Zusammenhang mit TAVI-Prozeduren aufgetretenen Komplikationen. Die Rate der Komplikationen während der Klappenimplantation fiel von 9,4% (2012) auf 3,9% (2014). Trotz der Tatsache, dass TAVI-Patienten deutlich älter als chirurgisch behan-

deltete Patienten waren und zudem mehr Begleiterkrankungen aufwiesen, waren im Jahr 2014 die Raten für Schlaganfälle in der stationären Phase kaum unterschiedlich (1,4 versus 1,1 Prozent).

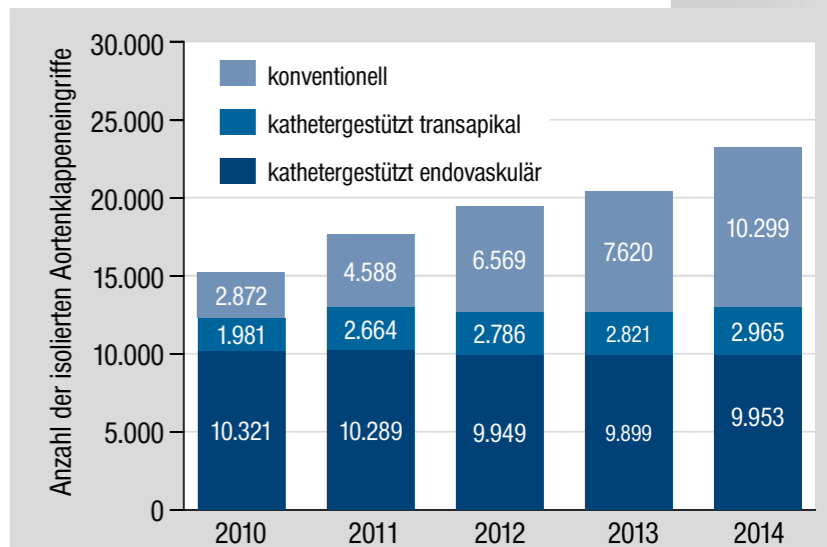
Bemerkenswert ist vor allem die deutliche Abnahme des Versterbens während des Klinikaufenthaltes. Der Wert ging von 10,4 Prozent im Jahr 2008 auf 4,2 Prozent im Jahr 2014 um mehr als die Hälfte zurück.

In der folgenden Abbildung sehen sie nochmals die Entwicklung der Zahl der Aortenklappeneingriffe nach 2010 zusammengefasst. Die Zahl der konventionellen Eingriffe steigt sich nicht mehr und nimmt eher ab. Während die Zahl der kathetergestützten, endovaskulären Eingriffe deutlich zunimmt.

FAZIT

Die TAVI-Methode hat sich zur Behandlung von verengten, verkalkten Aortenklappen durchgesetzt. Das Verfahren, das bisher nur für Patienten mit erhöhtem OP Risiko >80 Jahre reserviert ist, wird in absehbarer Zeit auch für jüngere Patienten zur Verfügung stehen. Die Implantationsergebnisse sind im Verlauf exzellent und die Lebenserwartung wird deutlich verbessert. Wir empfehlen diesen Eingriff bei älteren Patienten und machen dies auch mit einer hohen Expertise

Anzahl der isolierten Aortenklappeneingriffe.
Konventionell = chirurgisch; kathetergestützt Endovaskulär = TAVI.
Transapikal: Herzklappenersatz durch die Herzspitze



Neues im Bereich Blutdruck:

Der SPRINT zu neuen, niedrigeren Blutdruckwerten



Bereits am 11. September 2015 hat der SPRINT-Studiensponsor National Institutes of Health (NIH) in den USA erste Informationen über den grundsätzlichen Ausgang der Hochdruck-Studie veröffentlicht. Allein schon aufgrund dieser Tatsache war zu erwarten, dass die Ergebnisse für die künftige Ausrichtung der Bluthochdruck-Therapie von elementarer Bedeutung sein werden.

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass eine ambitionierte Blutdruck senkende Therapie auf einen systolischen Blutdruck <120 mmHg klinisch wesentlich effektiver war als eine moderate Standardtherapie mit <140 mmHg als therapeutische Zielvorgabe. Den NIH-Angaben zufolge konnte durch die intensivere Blutdrucksenkung die Sterberate um fast 25% gesenkt werden. Die Rate von Herz-Kreislauf-Ereignissen wie Herzinfarkt und Schlaganfall konnte um rund 30% im Vergleich zur bisherigen Therapie reduziert werden.

Inwieweit der neue, deutlich niedrigere Standardwert erreicht werden kann, ist noch umstritten. Viele Ärzte halten diesen neuen Leitwert für unrealistisch. Sie warnen, dass er sogar schwere Nebenwirkungen wie z.B. Nierenschwäche auslösen könnte.

Eine wichtige Nachricht ist zumindest, dass diese niedrigen Blutdruckwerte mit Standardmedikamenten erreicht wurden. Man muss also nicht ein neues und teures Mittel einführen, sondern kann auf das zurückgreifen, was bereits auf dem

Markt ist. Wie etwa ACE-Hemmer, Beta-Blocker und die entwässernden Diuretika.

Beachten muss man, dass das Risiko für eine Nierenschädigung zunimmt. Insgesamt kam es unter der intensiveren Therapie knapp doppelt so oft zu schweren Nebenwirkungen wie in der Standardbehandlung. Aber dennoch, die Vorteile überwiegen eindeutig.

In der SPRINT-Studie wurden die Patienten zwar intensiv betreut und die Einnahme der Medikamente streng kontrolliert. Man kritisierte aber auch, dass die Studie nur Medikamente zur Blutdrucksenkung beachtete und Sport oder der Abbau von Übergewicht überhaupt keine Berücksichtigung fanden.

Dabei weiß man, dass durch nicht medikamentöse Therapie wie Sport und Reduktion des Übergewichtes Reduktionen des Blutdrucks von 20 – 30 mmHg durchaus realistisch sind. Das ist so viel, wie ein oder zwei Medikamente ausmachen können.

FAZIT

Niedrigere Blutdruckwerte mit systolisch 120 mmHg scheinen nun aktuell besser zu sein als die bisher akzeptierten 140 mmHg. Es macht daher durchaus Sinn sich aufgrund der neuen Studienergebnisse den Blutdruck neu einstellen zu lassen.

Neues im Bereich Cholesterinsenkung:

Starke LDL-Senkung mit nur zwei Injektionen pro Jahr

PCSK9-Synthese-Hemmung: eine neue effektive Form der Cholesterinsenkung, ohne dass man Medikamente einnehmen muss ?

Ein neuer Therapieansatz – die Blockade der Synthese von PCSK9 durch RNA-Interferenz – scheint eine mindestens sechs Monate anhaltende Reduktion der PCSK9-Konzentrationen und in der Folge auch des LDL-Cholesterinspiegel zu ermöglichen.

Monoklonale Antikörper Alirocumab und Evolocumab sind mittlerweile zur Therapie der Hypercholesterinämie zugelassen, aufgrund von Studiendaten, die eine sehr starke Senkung des LDL-Cholesterins zeigten. Das erweitert deutlich die Therapieoptionen für Risikopatienten, die ihre Zielwerte allein mit den bisher eingesetzten Statinen nicht erreichen oder diese nicht vertragen (deutlich mehr als 30%). Das gilt auch für Patienten mit familiär bedingt erhöhten Cholesterinwerten.

Für die, die es genau wissen möchten:

Die Wirkung der Antikörper basiert auf der Hemmung von PCSK9 (Proteinkonvertase Subtilisin/Kexin Typ 9), einem Enzym, das die Menge von LDL-Rezeptoren auf der Oberfläche von Leberzellen reguliert. Mit Hilfe der Antikörper gelingt eine gezielte Abschaltung der PCSK9-Gene. US-Forscher untersuchten in einer Phase-1-Studie erstmals einen neuen genetischen Ansatz, der das Gen für PCSK9 ausschalten soll. Das Übel wird damit bildlich an der Wurzel gepackt, weil das Enzym PCSK9 nicht gehemmt, sondern gar nicht erst produziert werden soll.

Und für die ganz Neugierigen: Der Mechanismus der small interfering RNA (siRNA) ALN-PCSsc, die für ihre Leberspezifität an N-Acetylgalactosamin gekoppelt ist, basiert auf RNA-Interferenz (RNAi): Durch ALN-PCSsc wird die mRNA für PCSK9 an der Translation zur Proteinsynthese gehindert, die PCSK9-Synthese wird quasi abgeschaltet.

Erste Ergebnisse zur Sicherheit und Wirksamkeit des neuen Ansatzes wurden beim Kongress der

American Heart Association (AHA) in Orlando vorgestellt mit erstaunlichen Ergebnissen.

LDL-Cholesterin kann um rund 60% reduziert werden.

Der medikamentöse Ansatz wurde gut vertragen, es gab keine schwerwiegenden Nebenwirkungen. Die gemessene LDL-C-Reduktion betrug durchschnittlich um die 60%.

Die Reduktionen waren unabhängig von der Komedikation mit Statinen. Interessant ist, dass die LDL-Senkung nach initialer Gabe von ALN-PCSsc, egal ob einmalig oder mehrfach, bis zum Studienende nach sechs Monaten anhielt. Als vielversprechend bewerteten die Forscher vor allem die dauerhafte LDL-Senkung. Diese könnte ermöglichen, das LDL-Cholesterin mit nur zwei Injektionen pro Jahr im gewünschten niedrigen Bereich zu halten.

Referenz: Dr. Kevin Fitzgerald et al., Late Breaking Clinical Trials 4/Abstract 23226, im Rahmen des AHA-Kongresses, 7. – 11.11.2015 in Orlando, USA

FAZIT

Viele Patienten vertragen nicht die bisherige Therapie mit Hilfe von Statinen zur Senkung des Cholesterinspiegels. Hier ist der neue Ansatz in der Tat eine vielversprechende Alternative, insbesondere die persistierende Cholesterinsenkung bei nur 2 Injektionen pro Jahr. Wir brauchen aber noch mehr Studien, die uns insbesondere mehr Informationen zur Sicherheit der Therapie liefern.



HERZENSSACHE 2015

Wiederbeleben in Deutschland, alles andere als ein Ruhmesblatt



Wie gut sind die Deutschen im Wiederbeleben?

Die Wiederbelebung in Deutschland muss wiederbelebt werden!

Nur 20% der Deutschen helfen im Notfall. Dabei könnte eine rasche Wiederbelebung tausenden das Leben retten. Zeit zum Umdenken: Vorrang für die Herzdruckmassage und Abschied von der Atemspende.

Interview mit Professor Bernd W. Böttiger, Uniklinik Köln

Wie ist eigentlich die aktuelle Praxis des Wiederbelebens?

Böttiger: Die Empfehlung der europäischen Leitlinien lautet, dann mit 30-zu-2 zu reanimieren, wenn derjenige, der die Herzdruckmassage durchführt, die Beatmung beherrscht und diese auch durchführen möchte.

Ansonsten ist hier die alleinige und kontinuierliche ununterbrochene Herzdruckmassage die richtige Wahl. Man drückt 100 – 120 mal pro Minute in der Mitte des Brustkorbs zwischen den Brustwarzen, 5 cm tief beim Erwachsenen. Das ist schnell – ganz nach dem Rhythmus der Bee Gees bei „Staying Alive“ –, tief und fest.

Wir sagen auch: „Hauptsache heftige Herzmassage“. Eine solche Laienreanimation verdoppelt bis vervierfacht das Überleben.

In Deutschland traut sich allerdings nur eine Minderheit zu, einen Menschen wiederzubeleben. Warum ist das so?

In Deutschland traut sich nur eine Minderheit zu, wiederzubeleben, obwohl in 60 bis 70% mindestens ein Zeuge dabei ist, wenn ein Mensch einen Herzstillstand erleidet.

Meistens passiert das übrigens zu Hause, wo Familienmitglieder helfen könnten. Aber nur in etwa 20% der Fälle beginnt derzeit bei uns ein Zeuge mit der Wiederbelebung.

Ein Herzstillstand ist die dritthäufigste Todesursache in Deutschland – und im Vergleich

zu Krebs und anderen Krankheiten so kinderleicht zu bekämpfen.

Dabei ist festzuhalten: Jeder kann Leben retten: Alle Gesellschaftsschichten und Altersgruppen – vor allem schon Kinder – müssen die **Laienreanimation** lernen.

Das ist der Hauptgrund weshalb die STIFTUNG MAINZER HERZ im Rahmen der Kinderakademie Gesundheit das Thema Wiederbelebung mit in ihr Programm aufgenommen hat. Und die Kinder haben dies mit Begeisterung angenommen.

Wie lange dauert es bis der Rettungsdienst vor Ort ist?

Laienhelfer sind entscheidend für das Überleben bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand.

Der Rettungsdienst ist in Deutschland nach durchschnittlich acht bis zwölf Minuten vor Ort, mitunter dauert es noch länger.

Während das Herz oft auch nach 10 bis 15 Minuten wieder in Gang gebracht werden kann, überleben Gehirnzellen nur drei bis fünf Minuten ohne Sauerstoff. Danach wird das Hirn irreparabel geschädigt.

Warum greifen in Deutschland so viele Menschen nicht ein, wenn ein anderer wiederbelebt werden muss?

Das ist sicherlich eine stressige Situation. Vielleicht denken viele Menschen dann, der

Rettungsdienst ist bei uns ohnehin gleich da. Manche wissen vielleicht auch nicht, wie man es richtig macht. Andere haben einfach Angst, etwas falsch zu machen.

Aber man kann definitiv gar nichts falsch machen und es ist kinderleicht. Das einzig Falsche ist, nichts zu tun.

Wie ist es denn in anderen Ländern?

In den Niederlanden beginnen Laien in 65% der Fälle mit einer Reanimation, in Norwegen sind es sogar mehr als 70%. Die Leute sind dort einfach besser informiert und auch besser ausgebildet, oft schon in der Schule.

Untersuchungen haben gezeigt, dass schon **Schüler der siebten Klasse in der Lage sind, einen Menschen erfolgreich wiederzubeleben.**

Am besten wäre es natürlich, dies in allen Schulen als Pflichtfach einzuführen. Immerhin gibt es seit 2014 – auf unsere Initiative hin – eine entsprechende Empfehlung der Deutschen Kultusministerkonferenz: zwei Stunden Ausbildung in Wiederbelebung pro Jahr ab der 7. Klasse. Vor einer bundesweiten Umsetzung stehen jedoch aktuell noch die föderalen Strukturen der Länder. Bis zur Umsetzung in ganz Deutschland ist daher auch sehr viel Eigeninitiative gefragt: von Schulen, Unternehmen, von jedem Einzelnen.

Deshalb finde ich es toll, dass die **STIFTUNG MAINZER HERZ** sich in diesem Bereich engagiert und auch 2016 über 1000 Kindern und Jugendlichen das Wiederbeleben im Rahmen der Kinderakademie Gesundheit beibringen wird.

Sagen sie noch etwas zu der Aktion „Kids Save Lives“:

Im vergangenen Jahr konnten wir die Weltgesundheitsorganisation (WHO) für die Ausbildung von Schülern in Wiederbelebung gewinnen. Unser „Kids Save Lives“ Statement (siehe www.erc.edu) empfiehlt: zwei Stunden Unterricht in Wiederbelebung pro Jahr ab der 7. Klasse. Und die WHO hat unser Statement im vergangenen Jahr „endorsed“, d.h. die WHO unterstützt jetzt auch unser Konzept – weltweit.

Vielen Dank für das Interview
Das Interview führte Professor Münzel

Lesen Sie mehr zu der Aktion „Kids Save Lives“



Zur Person:

Professor Bernd W. Böttiger ist Direktor der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin an der Uniklinik in Köln.

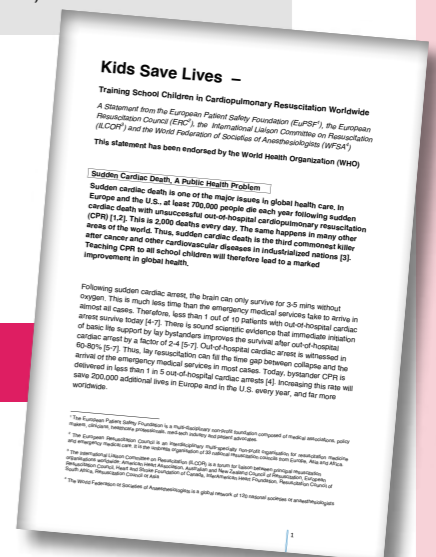
Er beschäftigt sich seit Beginn seiner wissenschaftlichen Karriere an der Universitätsklinik in Heidelberg mit dem Thema Wiederbelebung.

Seit einigen Jahren ist er auf diesem Gebiet auch gesundheitspolitisch tätig.

Herr Professor Böttiger hat für seine Arbeit zahlreiche Ehrungen und Preise erhalten und er wurde 2014 in die Deutsche Akademie der Wissenschaften, die Leopoldina, gewählt.

Herr Professor Böttiger war von 2008 bis 2012 Vorsitzender des Europäischen Wiederbelebungsrates (ERC), jetzt ist er dort Board Director Science and Research.

Seit 2012 ist Böttiger Vorsitzender des Deutschen Rates für Wiederbelebung/German Resuscitation Council (GRC), er ist Präsidiumsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin (DGAI) und der Deutschen Interdisziplinären Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin (DIVI).



Kids Save Lives –

Training School Children in Cardiopulmonary Resuscitation Worldwide

A Statement from the European Patient Safety Foundation (EuPSF¹), the European Resuscitation Council (ERC²), the International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR³) and the World Federation of Societies of Anesthesiologists (WFSA⁴)

This statement has been endorsed by the World Health Organization (WHO)

Sudden Cardiac Death, A Public Health Problem

Sudden cardiac death is one of the major issues in global health care. In Europe and the U.S., at least 700,000 people die each year following sudden cardiac death with unsuccessful out-of-hospital cardiopulmonary resuscitation (CPR) [1,2]. This is 2,000 deaths every day. The same happens in many other areas of the world. Thus, sudden cardiac death is the third commonest killer after cancer and other cardiovascular diseases in industrialized nations [3]. Teaching CPR to all school children will therefore lead to a marked improvement in global health.

Following sudden cardiac arrest, the brain can only survive for 3-5 mins without oxygen. This is much less time than the emergency medical services take to arrive in almost all cases. Therefore, less than 1 out of 10 patients with out-of-hospital cardiac arrest survive today [4-7]. There is sound scientific evidence that immediate initiation of basic life support by lay bystanders improves the survival after out-of-hospital cardiac arrest by a factor of 2-4 [5-7]. Out-of-hospital cardiac arrest is witnessed in 60-80% [5-7]. Thus, lay resuscitation can fill the time gap between collapse and the arrival of the emergency medical services in most cases. Today, bystander CPR is delivered in less than 1 in 5 out-of-hospital cardiac arrests [4]. Increasing this rate will save 200,000 additional lives in Europe and in the U.S. every year, and far more worldwide.

¹ The European Patient Safety Foundation is a multi-disciplinary non-profit foundation composed of medical associations, policy makers, clinicians, healthcare professionals, med-tech industry and patient advocates.

² The European Resuscitation Council is an interdisciplinary multi-specialty non-profit organisation for resuscitation medicine and emergency medical care. It is the umbrella organisation of 33 national resuscitation councils from Europe, Asia and Africa.

³ The International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR) is a forum for liaison between principal resuscitation organisations worldwide: American Heart Association, Australian and New Zealand Council of Resuscitation, European Resuscitation Council, Heart and Stroke Foundation of Canada, InterAmerican Heart Foundation, Resuscitation Council of South Africa, Resuscitation Council of Asia

⁴ The World Federation of Societies of Anaesthesiologists is a global network of 120 national societies of anaesthesiologists

While educating the lay public in basic life support is clearly the most important way to increase survival in this area, it is difficult to reach the entire population with the training required, if programs are not obligatory. It is logical therefore to include resuscitation training in school programs. The American Heart Association advocated compulsory resuscitation training in American schools in 2011 [8], and countries in which resuscitation has been integrated into educational programs in schools report significantly higher resuscitation rates [4,9]. Thus one of the most important steps in increasing the rate of bystander resuscitation and improving survival worldwide is to educate all school children. This can be easily done by educating them – beginning at the age of 12 years – for just two hours per year [8-11]. School children at a young age have a less inhibited approach to resuscitation training and both medical professionals and teachers achieve success after appropriate training themselves [11].

The Way to Improve Survival

We recommend educating school children in resuscitation from the age of 12 years or earlier for 2 hours per year. If school children receive such training, they are also likely to teach this to their family at home – and they themselves will never forget. We will see not only an increase in the number of cardiac arrest survivors worldwide, but also the social benefits of enthusiastic and positive young people. They learn to help others. School children and teachers are important “multipliers” in both private and public settings and thus, in the longer term, the proportion of trained individuals in society will markedly increase, leading to an increase in the overall rate of lay resuscitation.

This concept is already very successful in Scandinavia. In Denmark, it was shown that the rate of bystander CPR nearly doubled after five years, with a threefold improvement in survival following out-of-hospital cardiac arrest over ten years [9]. A threefold improvement in survival cannot be achieved solely by improvements in professional medical care in this area.

Why Introduce Resuscitation Training During School Education?

- All groups of society can be reached. To achieve a statistically significant increase in the resuscitation results, it has been estimated that at least 15% of a population need to be trained and such numbers cannot be achieved by offering voluntary courses.
- Access to health-related information is often less adequate in the lower social groups, with the result that more cases of unsuccessfully treated cardiac arrest per capita occur in socially disadvantaged areas [12].
- A sense of responsibility can be firmly established at an early stage. Social skills – particularly if they are to be effective across social barriers – need to be established at an early point in the course of a child's education.

- Altruism research has shown that schoolchildren have a less inhibited approach to resuscitation training while they are still pre-pubertal. Furthermore, the strongest factor inhibiting the taking of practical action in the real-life situation is a fear of making mistakes. This aspect of implementation can also be communicated much more naturally and easily during school time.
- The response to instruction is easier and better at a younger age. A more favorable attitude to learning is also reflected by the fact that practical training can be communicated in a more positive way.
- Embedding resuscitation in related school subjects such as biology, sports or health education is meaningful and possible.

Conclusion

Sudden cardiac death is one of the most frequent preventable causes of death in the industrialized world. In countries with organized emergency medical services, more lives could be saved by increasing the lay bystander resuscitation rate. Providing resuscitation training in schools has measurable effects, and by a “multiplier effect” it can increase the lay bystander resuscitation rate and the survival rate. The earlier such instruction in resuscitation is started, the more sustainable the training will be. The message to the public is clear: successful CPR is easy to undertake and straightforward to teach. **Lay people cannot do anything wrong – the only wrong thing would be to do nothing.** It can easily be done by everyone, saving hundred thousands of lives each year all over the world.

The supporting organisations have particular expertise in CPR delivery and training and fully endorse this statement.

References

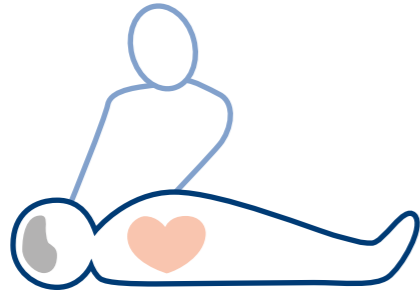
1. Anonymous, European cardiovascular disease statistics 2012.
2. Berdowski J, Berg RA, Tijssen JG et al. (2010) Global incidences of out-of-hospital cardiac arrest and survival rates: Systematic review of 67 prospective studies. *Resuscitation* 81:1479-1487
3. Taniguchi D, Baernstein A, Nichol G. Cardiac arrest: a public health perspective. *Emerg Med Clin North Am* 2012; 30: 1–12.
4. Gräsner JT, Bossaert L (2013) Epidemiology and management of cardiac arrest: what registries are revealing. *Best practice & research. Clinical anaesthesiology* 27:293-306
5. Holmberg M, Holmberg S, Herlitz J. Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. *Resuscitation* 2000; 47: 59–70.

6. Herlitz J, Bang A, Gunnarsson J et al. (2003) Factors associated with survival to hospital discharge among patients hospitalised alive after out of hospital cardiac arrest: change in outcome over 20 years in the community of Goteborg, Sweden. *Heart* 89:25-30
7. Böttiger BW, Grabner C, Bauer H, Bode C, Weber T, Motsch J, Martin E. Long term outcome after out-of-hospital cardiac arrest with physician staffed emergency medical services: the Utstein style applied to a midsized urban/suburban area. *Heart* 1999; 82: 674-9.
8. Cave DM, Aufderheide TP, Beeson J, et al. Importance and implementation of training in cardiopulmonary resuscitation and automated external defibrillation in schools: a science advisory from the American Heart Association. *Circulation* 2011; 123: 691–706.
9. Wissenberg M, Lippert FK, Folke F et al. (2013) Association of national initiatives to improve cardiac arrest management with rates of bystander intervention and patient survival after out-of-hospital cardiac arrest. *JAMA* 310:1377-1384
10. Plant N, Taylor K. How best to teach CPR to schoolchildren: a systematic review. *Resuscitation* 2013; 84: 415–21.
11. Bohn A, Van Aken HK, Möllhoff T, Wienzek H, Kimmeyer P, Wild E, Döpker S, Lukas RP, Weber TP. Teaching resuscitation in schools: annual tuition by trained teachers is effective starting at age 10. A four-year prospective cohort study. *Resuscitation*. 2012; 83: 619-25
12. Reinier K, Thomas E, Andrusiek DL, et al. Resuscitation Outcomes Consortium Investigators. Socioeconomic status and incidence of sudden cardiac arrest. *SMAJ* 2011; 183:1705-12

Trockenkurs Wiederbelebung

Dr. Ingo Sagoschen und Frau Dr. Maike Knorr (Zentrum für Kardiologie):
Im Folgenden sollen kurz die wichtigsten Punkte für eine erfolgreiche Reanimation zusammengefasst werden.

Auffinden einer leblosen Person



Wenn eine Person leblos aufgefunden wird, ist die Situation nicht aussichtslos. Durch medizinische Maßnahmen kann die Ursache des Herz-Kreislauf-Stillstandes in vielen Fällen behoben werden und der Mensch hat gute Chancen, diese Erkrankung zu überleben.

Um dies zu ermöglichen, muss allerdings durch **Maßnahmen der Ersten Hilfe** der Patient soweit erstversorgt werden, **dass er in eine medizinisch professionelle Hilfe übergeben werden kann.**

Würde man einfach nur abwarten, wären die Schäden im Organismus durch den Sauerstoffmangel im Herz-Kreislauf-Stillstand so groß, dass ein Überleben aussichtslos ist.

Erstversorgung des Patienten anhand der „Rettungskette“



Daher kommt der Erstversorgung durch jedermann („Erste Hilfe“) dieser Patienten eine hohe Bedeutung zu. Mit dieser kann für den Menschen soviel Zeit gewonnen werden, dass die professionelle Hilfe auf einer guten Basis startet. Man kann sich dieses Zusammenspiel auch in Form einer (Rettungs-) Kette vorstellen, deren Glieder fest verbunden sein müssen, um gut zu funktionieren. Fällt ein Glied in der Kette aus, reißt diese und kann nicht mehr funktionieren. Unsere Kette untergliedert sich konkret in die Bestandteile (Glieder):

- Erkennung des Kreislauf-Stillstandes und Absetzen des Notrufes
- Beginn der Herz-Lungen-Wiederbelebung durch jedermann
- Frühdefibrillation, um das Herz neu zu starten
- Postreanimationsbehandlung zur Behebung der Ursache und Erhalt der Lebensqualität

Dabei ist es essentiell wichtig, dass Erkennung, Notruf und der Beginn der Herz-Lungen-Wiederbelebung Aufgaben sind, die jedermann übernehmen kann und muss. Bei Verfügbarkeit kann auch die Defibrillation mit sogenannten halbautomatischen Defibrillatoren durch Laien vorgenommen werden, um die Versorgungsqualität beim Patienten noch früher zu garantieren („Frühdefibrillation durch Laien“).

Die eigene Sicherheit sicherstellen

Auf Sicherheit achten
Bewusstsein prüfen
Um Hilfe rufen!
Atemwege freimachen
Atmung prüfen
Hilfe holen 112
30 Herz-Druckmassagen
2 Beatmungen

Wie sollte nun konkret vorgegangen werden:

Zunächst muss jedermann zu allererst auf seine eigene Sicherheit achten.

Dies kann beim leblosen Patienten auf der Straße der laufende Verkehr sein, oder im Haus der Kontakt zu stromführenden Gegenständen, welche den Kreislaufstillstand ausgelöst haben.

Ist die Situation sicher, kann ich mich dem Patienten nähern, um herauszufinden was ihm fehlt.

Bewusstsein prüfen



- Zeigt der Patient keine spontanen Reaktionen, so sollte zunächst sein Bewusstsein geprüft werden. Dazu berühre man die Schultern des Patienten und spreche ihn laut und deutlich an: „Ist alles in Ordnung?“
- Reagiert er auf die Ansprache, belässt man ihn in der Position und versucht herauszufinden, was das Problem ist. Dabei redet man weiter mit ihm, um regelmäßig das Bewusstsein zu kontrollieren.

Andere Personen um Hilfe bitten



Wenn es ihm schlecht geht, oder wenn er nicht auf Ansprache und Berührung reagiert, liegt ein Problem vor, welches man i.d.R. alleine vor Ort nicht beherrschen kann.

Daher sollte man nun laut um Hilfe rufen, damit weitere Personen (Laien) aufmerksam werden und einen unterstützen können.

Dafür lässt man den Patienten zunächst **aber nicht allein**, sondern kümmert sich weiter um seine Versorgung.

Atemwege freimachen



Als nächstes soll die Atmung des Patienten geprüft werden.

- Dazu wird das Kinn angehoben und der Kopf überstreckt, um die Atemwege frei zu machen und die freie Atmung zu ermöglichen.

Durch das Überstrecken des Kopfes wird der Zungengrund angehoben und die beim Bewusstlosen häufig zu sehende Verlegung der Atemwege beseitigt.

Atmung des Patienten prüfen



- Nun hält man den Kopf des Patienten in dieser überstreckten Position und bringt das eigene Ohr vor Mund und Nase des Patienten mit Blickrichtung zu seinem Brustkorb und Bauch.
 - Durch Sehen (Blick auf den Brustkorb), Hören (Atemgeräusch) und Fühlen (Lufthauch an der eigenen Wange) prüft man, ob der Patient atmet.
- Eine normale Atmung ist leicht seh-, hör- und fühlbar und erfolgt normalerweise 10 – 15 Mal pro Minute, also alle 4 – 6 Sekunden ein Atemzug.
- Atmet der Patient nicht oder nicht normal, also vor allem zu langsam und zu flach, so ist dies als Zeichen eines vorhandenen oder drohenden Kreislaufstillstandes zu deuten. **Besonders beachtet werden sollte, dass der Mensch einige Sekunden nachdem das Herz stehengeblieben ist, noch weiteratmen kann und dann im Übergang eine sogenannte „Schnappatmung“ zeigen kann.** Diese bezeichnet einige langsame, unterschiedlich ausgeprägte Bewegungen des Kopfes und Kiefers, welche leicht mit einer angestregten Atmung verwechselt werden können. Diese stellen aber keine normalen Atemzüge dar!

Mit der Feststellung, dass der Patient nicht oder nicht normal atmet, gilt der Kreislaufstillstand als hoch wahrscheinlich, sodass bei allen weiteren Maßnahmen entsprechend vorgegangen werden muss.

Notruf an die „112“ melden



112

Bevor nun weitere Maßnahmen erfolgen, muss ein Notruf abgesetzt werden. Dies ist immanant wichtig, da nur so gesichert ist, dass professionelle medizinische Hilfe auf den Weg gebracht wird, um die weitere Behandlung einzuleiten. Sind zwei oder mehr Helfer vor Ort, kann der Notruf parallel zu den weiteren Maßnahmen erfolgen.

Einheitliche Rufnummer für den Notruf ist die europaweit einheitliche Notrufnummer „112“. Diese gilt in allen Ländern aus Mobil- und Festnetz und ohne weitere Vorwahlen. Der Anrufer wird automatisch mit der zuständigen nächsten Notrufzentrale verbunden.

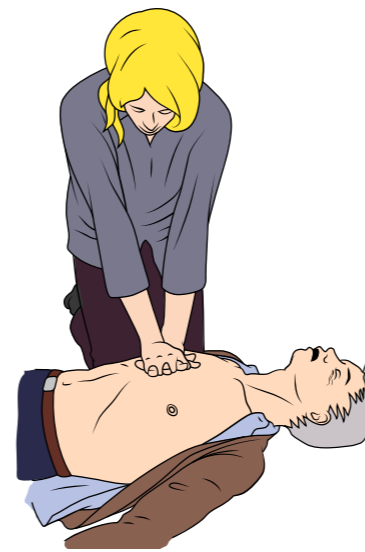
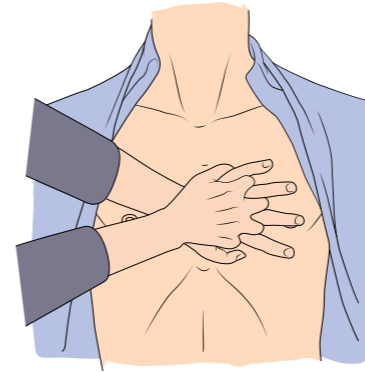
Hier müssen nun wichtige Angaben zum Geschehen gemacht werden, welche die Helfer an den Einsatzort leiten:

1. **Wo** ist es passiert?
2. **Was** ist passiert?
3. **Wie** viele verletzte Personen?
4. **Welche** Verletzungen haben diese Personen?
5. **Warten** auf Rückfragen, nicht sofort auflegen!

Die Mitarbeiter der Notrufzentral helfen

Ist man sich nicht sicher, was nun zu tun ist, werden einem die Mitarbeiter der Notrufzentrale auch bei den weiteren Maßnahmen anleiten.

Leben retten – Herz-Druck-Massage

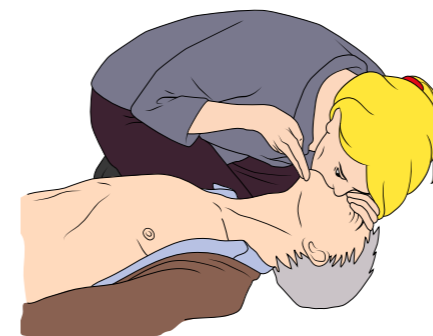


Nun gilt es durch zwei wichtige Maßnahmen den Kreislauf des Patienten solange zu ersetzen, bis die professionelle Hilfe eintrifft und spezielle Maßnahmen einleiten kann.

Dies geschieht in Form sogenannter Herz-Druck-Massagen und Beatmungen.

- Zunächst dreht man den Patienten auf den Rücken und öffnet Jacken und dicke Pullover beim Patienten, welche die Maßnahmen behindern können.
- Nun sucht man den Druckpunkt für die Herz-Druck-Massagen auf: in der Mitte des Brustbeines und in der Mitte des Brustkorbes setzt man beide eigenen Hände auf den Patienten auf und beugt sich über den Patienten, um nun den Brustkorb gegen die Unterlage/den Boden zu komprimieren.
- Die Eindringtiefe beträgt 5 – 6 cm und die Kompression sollte 100 – 120 Mal pro Minute erfolgen.
- Dabei ist unbedingt darauf zu achten, zwischen zwei Kompressionen den Brustkorb komplett zu entlasten und den Druckpunkt nicht zu verlieren.

Leben retten – Beatmung

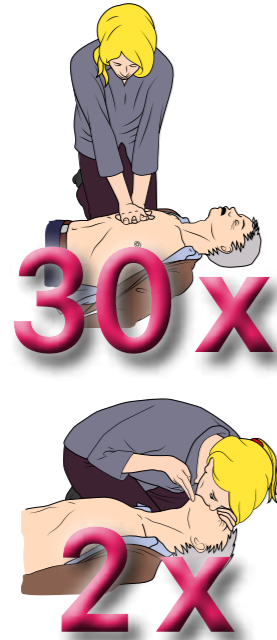


- **Nach 30 Kompressionen folgen 2 Beatmungen.** Dazu überstreckt man wieder den Kopf des Patienten wie bei der Atemkontrolle, presst seinen eigenen Mund auf den Mund und führt 2 Atemspenden (Beatmungen) aus. Dabei hält man die Nase des Patienten mit den Fingern verschlossen.

Die Atemspende umfasst einen normalen eigenen Atemhub. Es soll also nicht besonders tief eingeatmet werden oder fest gepustet werden. Für die Ausatmung lässt man dem Patienten ca. 1 Sekunde Zeit.

- Sollte die Beatmung technisch schwierig sein, so erfolgen maximal 2 Versuche, bevor wieder mit den Herz-Druck-Massagen weitergemacht wird.

Leben retten – immer weiter reanimieren bis der Rettungsdienst kommt



Herz-Druck-Massagen und Beatmungen wechseln sich im Verhältnis von 30:2 ab. Das heißt nach 30 Herz-Druck-Massagen werden 2 Beatmungen durchgeführt. Die Unterbrechungen der Herz-Druck-Massagen sollen dabei so kurz wie möglich gehalten werden.

Gerade die Herz-Druck-Massagen sind für den Helfer sehr anstrengend. Daher sollte nach etwa 4 – 5 Minuten ein Wechsel des Helfers stattfinden, da bei körperlicher Erschöpfung, auch wenn diese in der Stress-Situation nicht direkt spürbar ist, die Qualität der Herz-Druck-Massagen deutlich nachlässt.

Diese Maßnahmen der Ersten Hilfe werden fortgesetzt bis der Rettungsdienst eintrifft und die Fortführung der Versorgung übernimmt.

Permission by European Resuscitation Council

<https://www.erc.edu>

**STIFTUNG MAINZER HERZ
spendet der Stadt Mainz Defibrillator**

Offizielle Einweihung der SOS-Notrufsäule

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** hat der Stadt Mainz eine SOS-Notrufsäule mit eingebautem Defibrillator gesponsert.

An der offiziellen Einweihung am 4. Juli 2015 wurde die Säule in Betrieb genommen und der Öffentlichkeit vorgestellt und demonstriert. Die neue Notrufsäule steht vor der Sparkassen-Filiale am Leichhof, 55131 Mainz.

Es gibt aber auch Apps, die einem im Notfall schnell zeigen, wo der nächste Defi zu finden ist. Empfehlen können wir hierbei die App der Uni Koblenz-Landau, zu finden im Appstore unter „Defi now“ – hier ist auch der neue Defi bereits verzeichnet.



Zustiften und Spenden*

*Quelle: Stifterverband für die Deutsche Wissenschaft

Zustiften

Zustiften stockt das Vermögen einer Stiftung auf, um ihre Leistungsfähigkeit langfristig zu stärken. So haben Sie beim Zustiften die Möglichkeit, das Stiftungsvermögen zu stärken, das den gewünschten Förderschwerpunkt abdeckt; es werden gleichsam Kräfte gebündelt.

Spende

Eine **Spende** unterstützt eine Stiftung ganz konkret in ihrer Tätigkeit. Auch hier gibt es die Möglichkeit, regelmäßige Spenden oder einmalige Zuwendungen für Projekte zu initiieren oder Aktionen zu unterstützen. Spenden unterliegen einer zeitnahen Mittelverwendung, d.h. sie müssen innerhalb von zwei Jahren dem Stiftungszweck entsprechend eingesetzt werden.

Steuerliche Aspekte

Sowohl Zustiftungen als auch Spenden können steuerrechtlich geltend gemacht werden.

Spenderwille

Der **Wille des Spenders ist ausschlaggebend**: Sie können bei einer Zuwendung entscheiden, ob es sich um eine Zustiftung oder eine Spende handelt.

Spendenkonten

STIFTUNG MAINZER HERZ

MAINZER VOLKSBANK

IBAN DE38 5519 0000 0006 1610 61
BIC MVBMD55

SPARKASSE MAINZ

IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03
BIC MALADE51MNZ

DEUTSCHE BANK MAINZ

IBAN DE46 5507 0040 0011 0999 00
BIC DEUTDE5M

PAX-BANK EG

IBAN DE95 3706 0193 4010 4010 41
BIC GENODED1PAX

**ONLINE-SPENDE ÜBER
DIE BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT**

Zugang über
www.herzstiftung-mainzer-herz.de
Online-Spenden
oder über
www.sozialbank.de
Spendenportal

Danke

Wir freuen uns über jedwede Form der Unterstützung.

Wir verzeichnen viele einmalige Unterstützungen; andere bedenken die **STIFTUNG MAINZER HERZ** anlässlich eines Jubiläums, eines Geburtstages oder im Trauerfall.

Wenn Sie die **STIFTUNG MAINZER HERZ** regelmäßig fördern wollen, haben Sie die Möglichkeit dazu über eine Mitgliedschaft im Freundeskreis.

Seit 2014 sind auch Online-Spenden möglich

Die Möglichkeit einer Online-Spende wird seit 2014 über die Bank für Sozialwirtschaft angeboten.

Ihre Spende rettet Leben!

Unterstützen auch Sie die STIFTUNG MAINZER HERZ!

Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, unsere Ziele zu verwirklichen – und damit Leben zu retten und mehr Lebensqualität für die Betroffenen zu schaffen.

Wie können Sie helfen?

- Durch eine **Spende oder Zustiftung**, weitere Informationen finden Sie im **Flyer „STIFTUNG MAINZER HERZ“**
- Durch eine Mitgliedschaft in unserem **Freundeskreis**, weitere Informationen finden Sie im **Flyer „Freundeskreis“**

... und so funktioniert die Online-Spende:

Besuchen Sie die Internetseite der STIFTUNG MAINZER HERZ unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de und klicken Sie rechts auf den Button „ONLINE Spende“.

Jetzt öffnet sich ein Online-Formular, das Sie ausfüllen können. Hier können Sie auch den Verwendungszweck Ihrer Spende bestimmen:

- Spende an die STIFTUNG MAINZER HERZ
- Kinderakademie-Gesundheit
- Gutenberg-Gesundheitsstudie
- Grundlagenforschung
- Lärmwirkungsforschung
- Begehbare Herzmodell
- bei klicken auf das Feld „eigener Verwendungszweck“ können Sie einen eigenen Text eingeben.

... und so funktioniert die Online-Spende, wenn Sie gezielt für einzelne Projekte der STIFTUNG MAINZER HERZ spenden wollen:

Besuchen Sie die Internetseite der STIFTUNG MAINZER HERZ unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de. Dort finden Sie die nachfolgenden Spendenbarometer. An diesen können Sie den aktuellen Stand der getätigten Spenden für einzelne Projekte ablesen. Über den Button „Spenden“ im Barometer gelangen Sie zu den zugehörigen Spendenformularen mit Ihrem jeweils ausgesuchten Spendenzweck.



Spenden 2015

Wir bedanken uns bei den im Folgenden aufgeführten Spendern, die aufgrund eines Jubiläums, Geburtstages oder eines Trauerfalls die STIFTUNG MAINZER HERZ mit einem größeren Betrag bedacht haben.

Wir danken aber auch den vielen ungenannten Einzelspendern, die sich der STIFTUNG MAINZER HERZ verbunden fühlen und durch Ihre Zuwendung die Arbeit der Stiftung unterstützen.

Spenden

- Geburtstag Günter Bley
- Geburtstag Hans Joachim Frank
- Geburtstag (60.) Frau Marlis Frey
- Geburtstag (60.) Thomas Münzel
- Golfturnier (2.), Gutenberg-Gesundheitsstudie
- Spende Bernd Koch
- Spende Johann Lafer
- Spende Herr Bernhard Schneemann
- Spende Kathrin Proske
- Spende Ludwig Herget
- Spende Fred Wedell
- Spende Renate Weineck
- Spende Otto Boehringer Stiftung
- Spende AOK Rheinland-Pfalz, Kinderakademie
- Spende Verein Institut für Gesundheitsschutz in Offenbach, Fluglärmforschung
- Spende Edith und Gerhardt Aulenbacher
- Spende Gennadij Römer
- Trauerfall Karl Hein Ott
- Trauerfall Dr. Hedwig Hoffmann
- Trauerfall Nada Kupljen
- Trauerfall El Hadj-Henni
- Trauerfall Pius Saier

Professor Thomas Münzel 60. Geburtstag

Anlässlich seines 60. Geburtstages hat Professor Thomas Münzel eine Fundraising Geburtstagsparty im FAVORITE-Parkhotel gefeiert. Bei dieser Veranstaltung, bei der auch Frank Elstner auftrat und Harald Strutz „Born to Be Wild“ und „I Can Get No Satisfaction“ unter der Begleitung von Jammin Cool ins Mikrofon schmetterte, konnten 105.000 Euro für die STIFTUNG MAINZER HERZ gesammelt werden.



Johann Lafer spendet komplettes Buchhonorar der STIFTUNG MAINZER HERZ

Anlässlich der diesjährigen Frankfurter Buchmesse hat Johann Lafer sein Honorar für die Jubiläumsausgabe der Buchreihe Küchenratgeber mit dem Titel BACKEN verzichtet und komplett der STIFTUNG MAINZER HERZ gespendet.

Johann Lafer ist im Kuratorium der Stiftung und unterstützt seit Jahren die Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz durch Events in seiner Mensa in Bad Kreuznach mit dem Thema Gesundes Essen.

„Was die Stiftung leistet ist hervorragend, insbesondere die Präventionsarbeit bei Kindern möchte ich mit dieser Spende anerkennen und weiter unterstützen“ kommentiert Johann Lafer.

„Wir freuen uns über die großzügige Spende von Herrn Lafer“ kommentiert Prof. Dr. Thomas Münzel. „Mehr als 1000 Schüler aus ganz Rheinland-Pfalz werden mittlerweile im Rahmen der Kinderakademie Gesundheit an der Universitätsmedizin unterrichtet. Diese Präventionsarbeit ist sicherlich das Flaggschiff der Stiftung und wir können für diese Aktion jeden Euro gebrauchen.“



Einzelspende Günter Bley

Spende anlässlich seines 80. Geburtstages



Einzelspende Hans Günther Mann

Spende von Hans Günther Mann anlässlich seines Ruhestandes



STIFTUNG MAINZER HERZ vergibt erneut Wissenschaftspreise

Die STIFTUNG MAINZER HERZ hat in diesem Jahr zum zweiten Mal Wissenschaftspreise während des Herzballs für die besten klinischen und experimentellen Arbeiten auf dem Gebiet der Kardiologie verliehen. Die Preise sind mit je 10.000,00 Euro dotiert. Aufgrund herausragender Arbeiten konnten beim 6. Mainzer Herz-Stiftungsball drei Wissenschaftler des Zentrums für Kardiologie vom wissenschaftlichen Vorstand der Universitätsmedizin Mainz, **Professor Ulrich Förstermann**, ausgezeichnet werden.

Die Preisträger für das Jahr 2015 sind:

- **Dr. Thorsten Konrad:**
Wissenschaftspreis für Klinische Forschung
- **Frau Dr. Marina Panova-Noeva:**
Wissenschaftspreis für Klinische Forschung
- **Dr. Sebastian Steven:**
Wissenschaftspreis für Klinische Forschung

Die Preisübergabe erfolgte auf dem Ball der STIFTUNG MAINZER HERZ am 28.11.2015.



Die Preisträger von links nach rechts:
Dr. T. Konrad, M. Paneva-Noeva, MD, Professor Förstermann (Wissenschaftlicher Vorstand der Unimedizin) und Dr. S. Steven

Veranstaltungen / Aktionen 2015 der STIFTUNG MAINZER HERZ

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
29. Januar	STIFTUNG MAINZER HERZ und 05er Klassenzimmer	● Raucherprävention	Dilthey-Schule Wiesbaden
24. Februar	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	● Thema E-Zigaretten Professor Münzel, Universitätsmedizin Mainz ● Doping bei Hochleistungssportlern und bei Patienten Professor Perikles Simon, Mainz	Universitätsmedizin Mainz Geb. 708 Hörsaal
1. – 26. Juni und 2. – 27. November	Kinderakademie Gesundheit	● Raucherprävention ● Gesunde Ernährung ● Herz-Kreislauf-System ● Begehbare Herz ● Wiederbelebungstraining	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum 2
12. Juni	3. Gutenberg-Herz Golfturnier	Benefizturnier für die Gutenberg Gesundheitsstudie	Golfclub Rheinhesen Wissberg Kanonenstart 12.00 Uhr
16. Juni	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	● Sind körperliche Belastungen auch bei Herzschwäche gesund? Professor Martin Halle TU, München	Universitätsmedizin Mainz Geb. 708 Hörsaal
22. Oktober	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	● Keine Angst vor Stress, was uns glücklich macht und was uns gesund erhält PD. Volker Busch, Regensburg	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
5. November	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	● Interventionelle Herzklappen-therapie: Stand 2015 Prof. Dr. med Thomas Münzel ● Risikofaktoren für eine koronare Herzerkrankung Dr. Wolfgang Mönch ● Der akute Herzinfarkt Dr. Sönke Kraak	Agaplesion Diakonienkrankenhaus Ingelheim
28. November	6. Mainzer Herz-Stiftungsball	Fundraising Event für die Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz	Kurfürstliches Schloss zu Mainz

STIFTUNG MAINZER HERZ auch in Wiesbaden in der Dilthey-Schule gemeinsam mit dem 05er-Klassenzimmer aktiv



Suchtpräventionstag mit der STIFTUNG MAINZER HERZ

Suchtpräventionstage des Jahrgangs 7

Über die Folgen und Gefahren des Rauchens ließen sich rund 120 Schülerinnen und Schüler der Dilthey-Schule in Wiesbaden informieren. Im Rahmen eines Suchtpräventionstages mit der STIFTUNG MAINZER HERZ wurde die 7. Jahrgangsstufe von Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel, Direktor des Zentrums für Kardiologie, Kardiologie I der Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, anschaulich über das Rauchen aufgeklärt. Bereits zum zweiten Mal war der Professor an der Schule zu Gast und zeigte mit anschaulichen Videos, Bildern und Fakten, welche schlimmen Folgen Raucher zu erwarten haben.

„Wer von euch hat schon einmal das Rauchen ausprobiert und wessen Eltern rauchen denn zu Hause in der Wohnung?“ fragte Professor Münzel und versuchte im Dialog mit den Kindern die Beweggründe des Rauchens zu ergründen.

Professor Münzel erklärt, warum E-Zigaretten und E-Shishas gefährlich sind.

Anschließend wurde den Schülerinnen und Schülern vor Augen geführt, dass sie schon früh durch Kaugummi- und Schokoladenzigaretten oder auch Zigarettenautomaten neben den Schulen, von der Tabakindustrie zu ködern versucht werden. „Werbeplakate stellen Rauchen als etwas Cooles und Lässiges dar, doch eigentlich cool ist es, rauchfrei zu bleiben!“ so Münzel und schockierte damit, dass jede Zigarette das Leben eines Menschen um 30 Minuten verkürzt.

Die Tatsache, dass das besonders bei Jugendlichen beliebte Rauchen einer Shisha (20 bis 30 Minuten) ungefähr so schädlich ist wie 100 Zigaretten und dass Passivrauchen z.T. noch schädlicher ist als Aktivrauchen, überraschte die Kinder. Professor Münzel warnte auch vor nikotinhaltigen E-Zigaretten und E-Shishas. „Das ist nichts für Kinder und Jugendliche!“ so Münzel – und dies blieb in den Köpfen!

Im weiteren Verlauf des Suchtpräventionstages bekamen die Schülerinnen und Schüler über die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung prämierte Initiative „Herz-Kreislauf-Spiel“ der STIFTUNG MAINZER HERZ und des CTH (Centrum für Thrombose und Hämostase) zudem einen spielerischen Zugang zu den Bestandteilen, den Funktionen und den Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems.

Alles in allem war es ein lehrreicher und spannender Projekttag, welcher die Dilthey-Schüler hoffentlich rauchfrei gemacht und von Herzen inspiriert hat.



Abschließendes Gruppenbild

Diese Veranstaltungsreihe wird immer beliebter und wie im Vorjahr fanden in 2015 auch Veranstaltungen außerhalb der Universitätsmedizin statt.

Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

Patientenabend 24.2.2015

Einen tiefen Einblick in die Mechanismen, wie Dopingmittel wirken, gab hier Univ.-Professor Simon Perikles.

- Warum bedienen sich Hochleistungssportler des Dopings?
- Über welche Mechanismen wirken Dopingmittel?
- Warum nehmen Freizeitsportler mehr und mehr Dopingmittel ein und inwieweit kann man diese Mittel nehmen, um möglicherweise den Krankheitsverlauf von schwerkranken Patienten positiv zu beeinflussen?

Dies waren für viele doch bisher unbekannte Aspekte und der Vortrag von Prof. Perikles stieß daher auf großes Interesse.

Professor Münzel sprach im Anschluss daran über das Thema E-Zigaretten.

Das eigentliche Ziel der Einführung dieser Zigaretten war es, den Schadstoffgehalt deutlich zu reduzieren und Raucher damit vom Rauchen abzubringen. Die Entwicklungen in diesem Bereich sind jedoch enttäuschend.

- Zum einen werden E-Zigaretten nur in einem geringen Prozentsatz zu einer erfolgreichen Raucherentwöhnung genutzt.
- Neuere Studien belegen sogar, dass die E-Zigaretten und E-Shishas mehr und mehr als neuer Markt gesehen werden, um die Verluste im traditionellen Zigarettenverkauf zu kompensieren.
- Zum anderen belegen Studien eindeutig, dass E-Zigaretten und Shishas mehr und mehr zur Einstiegsdroge für Kinder und Jugendliche werden.
- Noch schlimmer, diese Kinder steigen dann innerhalb von kurzer Zeit auf traditionelle Zigaretten und Shishas um (siehe vorheriges Kapitel neue Studien).

Insofern ist es zu begrüßen, dass die Bundesregierung den Verkauf von E-Zigaretten und E-Shishas an Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren verboten hat.



Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

Patientenabend vom 16.6.2015



Nach der Vorstellung von neuen bahnbrechenden Studien im Bereich der Kardiologie kam Professor Martin Halle aus München zu seinem Vortrag „Sport bei krankem Herz“ und er hat uns richtig eingheizt.

Zum einen mit seinem hervorragenden Vortrag, in dem er den Patienten klar machte, dass man durch regelmäßigen Sport die Funktion seiner Gefäße doch deutlich verbessern kann. Vor allem wenn man eine Herzschwäche hat, kann man nicht nur seine Leistungsfähigkeit, sondern auch die Lebensqualität und sogar die Lebenserwartung deutlich verbessern. Hierfür verantwortlich sind in erster Linie molekularbiologische Prozesse in der Gefäßwand. Wichtig ist ebenfalls die richtige Dosis. Das heißt z.B. zu intensives Ausdauertraining kann eher schaden als nutzen.

Der absolute Höhepunkt war natürlich eine Gymnastikeinlage während der Vorlesung, mit der er den gesamten Vorlesungssaal dazu brachte, den Puls nach oben zu treiben.



- ▲ Alle haben während der schweißtreibenden Vorlesung abgenommen...
- ◀ Beide Dozenten kommen ins Laufen...
- ▼ Professor Halle rockt den Saal...



Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

Patientenabend vom 22.10.2015

Das war sicher einer der Höhepunkte der Stiftungsveranstaltungen.

PD Dr. Volker Busch aus Regensburg hat sich hier mit dem Thema Stress beschäftigt.

Entsprechend der Aktualität war der Vorlesungssaal gefüllt und sein Vortrag war in der Tat sehr unterhaltsam.

- Woher kommt das Wort Stress?
- Welche Symptome hat man, wenn man Stress hat?
- Wie geht man selbst damit um?
- Und wie wird Stress behandelt?

Ich denke, es gab keine Frage und keine Antwort, die er ausgelassen hat. Entsprechend positiv war das Echo auf diese Veranstaltung.



Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

Patientenveranstaltung vom 05.11.2015



Professor Münzel stellte zunächst die Entwicklungen der Therapie von Herzklappenerkrankungen vor.

Die besten Fortschritte wurden hier im Bereich der Therapie von Aortenklappenerkrankungen und Mitralklappenerkrankungen gemacht.

Warum müssen Herzklappen insbesondere in höherem Alter „repariert“ werden? Während die Aortenklappen eine hohe Tendenz haben mit zunehmendem Alter zu verkalken, wird die Mitralklappe eher undicht.

Für beide Erkrankungsformen gibt es Kathetergestützte Therapieformen wie die „Transkatheter Aortenklappenplantation“ kurz, TAVI und den MitraClip (siehe auch Jahresbericht 2015).

Mittlerweile werden im Herzzentrum in Mainz mehr als 350 Herzklappenfehler gemeinsam mit der Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie behandelt.

Die Themen akuter Herzinfarkt sowie die Primär- und Sekundärprävention wurde professionell von den Kollegen Mönch und Kraak vorgestellt.

Insgesamt eine runde Veranstaltung mit unserem Kooperationspartner in Ingelheim.

Den Abschluss der Patientenveranstaltungen bildete eine gemeinsame Fortbildung mit dem Krankenhaus Ingelheim.

Das Motto im Herzmonat November lautete „Herz in Gefahr durch die koronare Herzkrankung“.

Erste Abendvorlesung für Kinder an der Universitätsmedizin

Premiere in Mainz: Erstmals wurde in Mainz eine **Abendvorlesung für Kinder** zu Gesundheitsthemen durchgeführt. Erfreulich ist, dass die Allgemeine Zeitung diese Veranstaltung unterstützt.

Als **Thema wurde Rauchen** ausgewählt mit Schwerpunkt auf den E-Zigaretten, die sich mehr und mehr als Einstiegsdroge für normale Zigaretten bzw. Shishas entwickeln.

Die Veranstaltung war sehr gut besucht, der Vorlesungssaal voll und unser Präsident Georg Krausch ließ es sich nicht nehmen, diese Veranstaltung zu eröffnen. Auch der wissenschaftliche Vorstand Prof. Ulrich Förstermann war anwesend



▲ Professor Georg Krausch eröffnet die Veranstaltungsserie „Abendvorlesung für Kinder“



▲ Zu Beginn hatten die Kinder die Gelegenheit unseren Gesundheitsparcours zu besuchen. Frau Dr. Michel registriert Größe und Gewicht zur Berechnung des Body Mass Indexes.



▲ Frau Professor Espinola-Klein erklärt die Funktion des Herzens.



◀ Herr Bermeitinger von der Allgemeinen Zeitung lässt es sich nicht nehmen, in seiner Einführung den Kindern zu erklären, warum er mit dem Rauchen begonnen, aber auch, warum er wieder damit aufgehört hat.



◀ Warum sind 20 – 30 Minuten Shisha Rauchen genau so gefährlich wie das Rauchen von 100 Zigaretten? Frau Dr. Karbach erklärt es.

Dr. Wild erklärt den Kindern die Funktion der Lunge und wie sie durch das Rauchen beeinträchtigt wird. ▼



Wie funktioniert der Herzschlag? Am Stand „Hau den Lukas“ wird dies erklärt ▶



◀ Volle Konzentration der Kinder und Jugendlichen im Vorlesungssaal

2. Abendvorlesung für Kinder

mit dem Thema Sport mit Professor Halle aus München

Nach der gelungenen Vorlesung beim Patientenabend für Erwachsene wurde Professor Halle gleich wieder für unsere Kindervorlesung mit dem Thema Sport engagiert. Unsere Kinder sind, wie auch die anderen Kinder in Europa, deutlich übergewichtig. Den Titel als Europameister im Dicksein haben sie jedoch an Griechenland verloren. Ein wichtiger Punkt in diesem Zusammenhang ist sicher, dass sie sich zu wenig bewegen.

Professor Halle erklärte den Kindern deshalb, warum eine tägliche Bewegung wichtig ist, was dabei mit den Gefäßen passiert und warum man langfristig davon profitiert.

Professor Halle macht den Kindern vor, wie es geht...



Drittes Golfturnier der STIFTUNG MAINZER HERZ zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie: erneut ein großer Erfolg

Bei unserem 3. Gutenberg-Gesundheitsstudien-Golfturnier konnten 20 Flights an den Start gehen und somit auch einen Erlös von 20.000 Euro für die Gutenberg-Gesundheitsstudie garantieren.

Wie auch im vorigen Jahr floss diese Summe komplett in die weltweit einmalige Studie. 2015 hat auch das Wetter gut mitgespielt, so dass hervorragende Leistungen erreicht werden konnten, die auch entsprechend honoriert wurden. 2016 wird das Turnier natürlich wieder stattfinden. Der Termin ist am Freitag, dem 10. Juni 2016. Kanonenstart ist 12 Uhr.

Der Dank geht neben den aktiven Teilnehmern an Herrn Jan Pelz, der diese Veranstaltung mit organisiert hat, und an den Golfclub Rheinhessen, vertreten durch die Herren Sinner und Eckgold, die den Platz für diese Veranstaltung zur Verfügung gestellt haben.

Scheckübergabe an Professor Philipp Wild den Leiter der Gutenberg-Gesundheitsstudie



Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz 2015



Im Rahmen der diesjährigen Kinderakademie Gesundheit wurden 40 Schulklassen aus ganz Rheinland-Pfalz in die Universitätsmedizin nach Mainz eingeladen.

Aufgrund der hohen Nachfrage wurde die Kapazität von 20 auf 40 Schulklassen erhöht. Die Auswahl aus mehr als 80 Bewerbungen

erfolgte durch Auslosung mit prominenter Beteiligung. Hierbei waren anwesend:

- Frau Ministerpräsidentin Malu Dreyer,
- Frau Dr. Stippler, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland,
- Frau Professor Babette Simon, Vorstandsvorsitzende der Universitätsmedizin Mainz und
- Harald Strutz, der Präsident von Mainz 05.



Ein besonderer Dank geht an **Harald Strutz von Mainz 05**. Weil bei der Auslosung fünf Schulklassen nicht berücksichtigt werden konnten, bot er spontan einen Tag in der COFACE Arena an. Ein Vorschlag, der von den Schulklassen mit Begeisterung aufgenommen wurde.

- Allen Schulklassen wurde im Rahmen der Kinderakademie ein vierstündiges Programm geboten. Es vermittelte den Schülern passend zum Rahmenlehrplan Naturwissenschaften –

Themenfeld „Körper und Gesundheit“ sowohl Verständnis, als auch Eigenverantwortung für den eigenen Körper.

- Mit einem Vortrag von Professor Münzel zum Thema
 - Zigaretten,
 - E-Zigaretten und
 - Shisha rauchen
 begann die Veranstaltung.

- Anschließend hatten die Kinder die Möglichkeit den Herzkreislauf spielerisch mit dem Herzkreislauf-Spiel sowie Vorträgen zum Thema Herzkreislauf kennen zu lernen.
- Nach einem gesunden Mittagessen wurden die Kinder in Theorie und Praxis der Wiederbelebung unterrichtet. Insbesondere dieser Punkt wurde mit großer Begeisterung aufgenommen.

Die Kinderakademie wurde in eine Frühjahres- (Juni) und Herbstakademie (November) aufgeteilt. Der zusätzliche Veranstaltungstermin in der COFACE Arena fand am 30. Juni statt.



Frühjahrs-Akademie Gesundheit 2015



Diese Schulen waren dabei:
 Thomas-Morus-Gymnasiums
 Albert-Schweitzer-Gymnasium
 Sebastian Münster Gymnasium
 Realschule plus und Fachoberschule
 Alfred-Grosser-Schulzentrum
 Gymnasium Mainz-Oberstadt
 IGS-Morbach
 Marion Dönhoff-Gymnasium Lahnstein
 Kurt-Schumacher-IGS Ingelheim
 Gymnasium an der Heinzenwies, Idar-Oberstein
 Gymnasium Traben-Trarbach
 IGS Nieder-Olm
 Maria Ward-Schule
 Realschule plus Adenau
 Wilhelm-Hofmann-Gymnasium
 Stefan-George-Gymnasiums
 IGS Mainz-Bretzenheim
 Karolinengymnasium in Frankenthal
 Max-von-Laue Gymnasium

Herbst-Akademie Gesundheit 2015

Veranstaltungen und Aktionen 2015



Diese Schulen waren dabei:
 Realschule Plus in Altenglan
 Otto-Hahn-Schule Westhofen
 Freien Waldorfschule Kastellaun
 IGS Luga
 Rudi-Stephan-Gymnasium Worms
 Integrative Realschule plus
 Wilhelm-Remy Gymnasium Bendorf
 Christian Erbach Realschule plus, Gau Algesheim
 IGS Mainz- Hechtsheim
 IGS Mainz-Bretzenheim
 Erich-Kästner Realschule Plus
 in Ransbach-Baumbach
 IGS Koblenz
 Realschule Plus Langenlonsheim
 Gesamtschule Sophie Sondheim, Bad-Bergzabern
 Schule am Litemont Nalbach
 Mons-Tabor Gymnasium Montabaur
 Alfred-Delp-Schule, Realschule aus Hargesheim
 Realschule plus, Idar -Oberstein
 IGS Stromberg



Veranstaltungen und Aktionen 2015

Sonderveranstaltung COFACE Arena am 30.06.2015:

Auf Einladung von Harald Strutz waren knapp 150 Schüler der Schulen

- Realschule plus Rheinhessische Schweiz Wöllstein,
- Realschule plus in Dudenhofen-Römerberg,
- Westend-Realschule plus in Worms,
- Realschule plus am Rotenfels in Bad Kreuznach
- Schule am Litermont Nalbach (Gemeinschaftsschule des Landkreises Saarlouis, Nalbach)

zu diesem Event in die COFACE Arena nach Mainz gekommen.

Um 10 Uhr ging es los. Professor Thomas Münzel vermittelte wichtiges Wissen zur Raucherprävention. Im Anschluss erklärte Frau Professor Espinola-Klein anschaulich, wie das Herz-Kreislauf-System funktioniert. Abschließend hatten die Schulklassen Gelegenheit, das Herz-Kreislauf-Spiel und das begehbare Herz kennenzulernen.



▲ Die Beteiligung war rege...

Wie war das nochmal?
30 mal drücken und dann
2 mal beatmen. ►

Frau Professor Espinola-Klein erklärt den Jugendlichen, wie das Herz-Kreislauf-System funktioniert. ▼



2. Tag der Kinderakademie: Abschlußevent bei Johann Lafer mit seinem neuen FOODPARCOURS

Diesmal hatten sich die Herren Lafer und Zimmermann was Besonderes ausgedacht.

In der Mensa des Gymnasiums Am Römerkastell in Bad Kreuznach wurde für knapp 300 Kinder ein FOODPARCOURS aufgebaut.

- Die Kinder sollten
 - Gemüse und Obst ertasten,
 - verschiedene Fruchtsäfte am Geschmack identifizieren,
 - Gewürzpflanzen bestimmen und
 - Fleisch- bzw. Fischarten erkennen.

- Das ganze war noch eingebettet in ein Quiz mit anschließender Preisverleihung für die drei Besten.

- Ein gemeinsames Mittagessen und natürlich eine Autogrammstunde mit Johann durften auch nicht fehlen.

Alles in allem ein tolles Programm, was die Kinder begeisterte und bei dem keine Langeweile aufkam.

Johannes Zimmermann erklärt den Foodparcours



Vielen Dank an die freiwilligen Helfer!!!

„Wie nennt man nochmal dieses Gewürz?“



Die Fruchtsäfte sahen alle gleich aus schmeckten aber unterschiedlich. Schwere Entscheidung !



Nichts sehen aber schmecken, diese Station hat gut funktioniert.



Wie fühlt sich eine Kartoffel oder Kohlrabi oder..... an?

Wie sehen Lachs, Forelle, Lamm, Rind oder Hühnerfleisch aus?



Die Preisträger...

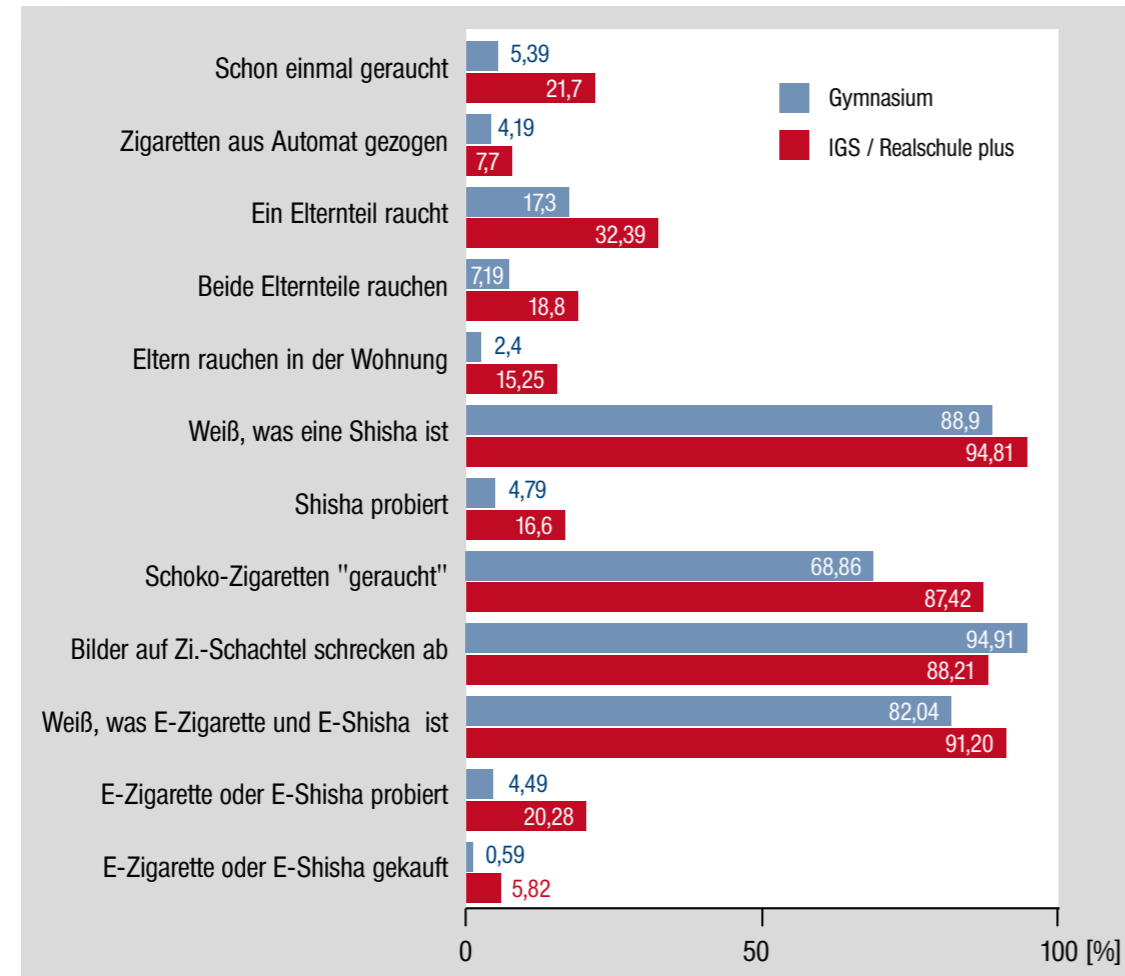


... und das Essen vom Chef war wie zu erwarten genial!



Auswertung der Umfrage bei den Schulklassen zum Thema Rauchen.

Wir haben insgesamt 43 Klassen / Kurse, verschiedener Jahrgangsstufen, und damit knapp 1000 SchülerInnen zum Thema Rauchen befragt. Dies waren 336 Gymnasiasten und 636 Schüler von IGS und Realschule plus. Die Ergebnisse sind in der folgenden Abbildung festgehalten.



- Zusammenfassend hat die Gruppe IGS/ Realschule plus deutlich mehr geraucht.
- Die Eltern rauchen deutlich mehr und die Eltern rauchen auch mehr in der Wohnung mit der Gefahr des Passivrauchens für die Kinder.
- Fast jeder weiß, was eine Shisha ist, immerhin fast 17% der IGS/Realschule plus Gruppe hat schon einmal Shisha geraucht. Wohl-gemerkt handelt es sich hier um Kinder im Alter zwischen 12 – 15 Jahren.
- Nahezu alle Kinder finden die Bilder auf den australischen Zigarettschachteln abschreckend.
- Was eine E-Zigarette/Shisha ist, wissen die meisten und auch jedes 5. Kind aus der Realschule plus/IGS hat schon eine E-Zigarette geraucht.

Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse unterstützt die STIFTUNG MAINZER HERZ

Seit über 30 Jahren engagiert sich die AOK für Prävention sowie Gesundheitsförderung.

Nicht nur die Versicherten der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse sollen von der langjährigen Erfahrung und umfassenden Qualität ihrer Gesundheitskasse profitieren; Sondern das Ziel der AOK ist es vielmehr, die Menschen generell für gesunde Ernährung und Lebensweise zu begeistern: Die AOK fördert daher durch vielfältige Gesundheitsmaßnahmen Familien, Kindergärten, Schulen, Betriebe genauso wie Jugendliche in der Ausbildung, Berufstätige und auch ältere Mitmenschen.

Unsere Erfahrung zeigt dabei, dass für das Ziel, eine gesunde Lebensweise bei Kindern und Jugendlichen zu erreichen, eine umfassende Unterstützung auch der betreuenden, lehrenden Institutionen vorteilhaft ist.

Daher unterstützt die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland gerne die lobenswerten und fruchtbaren Initiativen der **STIFTUNG MAINZER HERZ** für eine gesunde Lebensweise von Kindern und Jugendlichen. Der Beitrag der Gesundheitskasse ist dabei nicht nur auf die finanzielle Unterstüt-

zung bei vielfältigen Projekten der Stiftung beschränkt; sondern das Anliegen ist vielmehr, das Wissen und die Erfahrung aus der Gesundheitsberatung und -förderung aktiv zu vermitteln.

Darum bietet die AOK gemeinsam mit der Stiftung unter anderem Workshops in Schulen an, mit dem Ziel die Kinder und Jugendlichen schon frühzeitig zu erreichen und damit auch zu den Themen „Herzinfarkte und frühe Stadien von Herz-Kreislauf-Erkrankungen“ zu sensibilisieren und diese Erkrankungen somit zu bekämpfen.

Gleichsam dienen mannigfaltige Unterrichtsmaterialien dazu, vor den Gefahren von **falscher Ernährung, Rauchen** sowie, **Bewegungsmangel** aufzuklären.

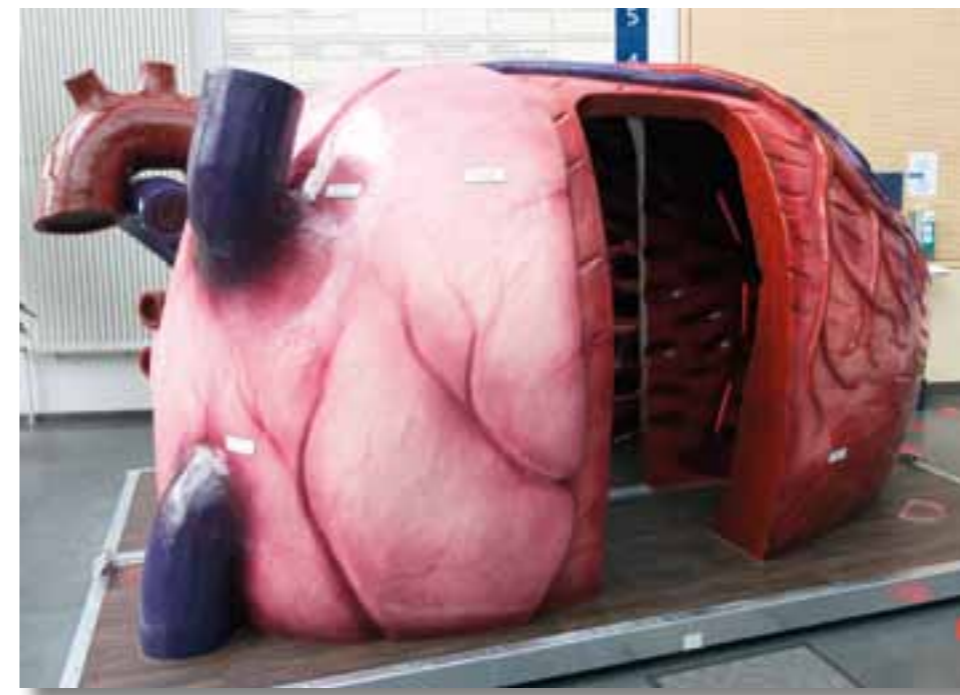
Denn dieses unheilvolle Trio schädigt in unterschiedlichster Weise den Körper, vor allem die Blutgefäße. Die Folge sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die nach einigen Jahren in einen akuten Herzinfarkt münden können.

Hier unterstützt die AOK die **STIFTUNG MAINZER HERZ** auch gezielt mit der Förderung eines besonderen Projektmediums: Ein begehbares Herz, welches neue Möglichkeiten der altersgerechten

Darstellung und Erklärung bietet. Wir wissen um einen entscheidenden Vorteil dieses Mediums:

Die Schüler können das begehbare Herz durch unmittelbare Anschauung direkt erleben und somit auch gleichzeitig seine Funktionsweisen und Risiken besser verstehen.

Ein gelebter, nahtloser Anschluss an den Biologieunterricht in der Schule.



Als Unterstützung der Projektsteuerung, ist so auch der AOK-Workshop „Food-Education“ in teilnehmenden Schulklassen der „Kinderakademie Gesundheit“ entstanden. Hier wird als weitere Option der Lebensweltansatz (Settingansatz nach § 20 Abs. 1 SGB V, hier „Gesundheitsfördernde Schule“) gewählt: Ziel ist, gesundheitsfördernde Maßnahmen im „Setting Schule“ nachhaltig zu integrieren. Dies bedeutet konkret, Kinder und Jugendliche an gesundheitsfördernde Angebote, wie beispielsweise gesunde Ernährung, heranzuführen.

Nach dem Motto „Fit Food statt Fast Food“ wird hier durch die AOK-Ernährungsfachkräfte auf die Gefahren von Mangel- und Fehlernährung hingewiesen. Durch den gemeinsamen Austausch und Erklärstücke über Gemüse, Obst und Co. werden wichtige Fertigkeiten in der Gruppe nebenbei erlernt – wie das richtige Schneiden, Schnippeln und Zubereiten der gesunden Lebensmittel. So zaubern die Schülerinnen und Schüler zusammen mit den AOK-Ernährungsberaterinnen mit viel Spaß und Kreativität leckere Lieblingsgerichte.



Die Kinder und Jugendlichen erleben und erlernen dabei Tipps für Theorie und Praxis, wie das Essen gesund und lecker zubereitet werden kann. Bereits sechzehn Workshops fanden an dreizehn engagierten Schulen mit Erfolg und Begeisterung statt und die Schülerinnen und Schüler haben von dem Fachwissen der AOK und der **STIFTUNG MAINZER HERZ** direkt profitieren können. Zudem beinhaltet das Konzept der Zusammenarbeit mit der Stiftung auch eine Begleitung in Form von moderierten Erfahrungsaustauschen der teilnehmenden Lehrkräfte und Schulen (Stichwort: Multiplikatoren) sowie der Bereitstellung von ergänzenden Unterrichtsmaterialien. Rund 40 Schulen aus ganz Rheinland-Pfalz sind gegenwärtig angesprochen.

Dr. Irmgard Stippler, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse freut sich über die erfolgreiche Partnerschaft: „Gerne unterstützen wir diese vielversprechenden Präventionsprojekte, denn aktive Jugendarbeit gehört in einer alternden Gesellschaft zu unser aller Aufgabe und ist gerade bei der Gesundheitskasse ein zentrales Thema. Wir müssen die Kinder und Jugendliche aufklären und die Lust auf gesunde Lebensweise wecken. Hierbei im schulischen Umfeld anzusetzen, ist eine gelungene Initiative. Insgesamt ergänzt die Kinderakademie – mit Möglichkeiten wie dem begehbaren Herz – das umfassende Präventionsangebot der Gesundheitskasse für alle Altersklassen.“

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung Deutschland Marlene Mortler informiert sich über die Kinderakademie Gesundheit.

Zu Beginn 2016 hatte Professor Münzel die Gelegenheit, die Arbeit der Stiftung sowie die Ergebnisse der Umfrage der Drogenbeauftragten Marlene Mortler vorzustellen.

Im Fokus standen Themen wie ein totales Werbeverbot für das Rauchen, das Problem Zigarettenautomaten und insbesondere auch die Kombination mit den Kaugummiautomaten. Professor Münzel wies darauf hin, dass bei einer Million Zigarettenautomaten in Europa alleine 350.000 in Deutschland aufgestellt sind. Damit steht quasi jeder 2. Automat in Deutschland, was als Folge einer extrem starken Lobbyarbeit der Zigarettenindustrie interpretiert wurde.

Die Engländer haben es uns vorgemacht, gefolgt sind Schottland, Irland und Finnland: Die Automaten wurden abgehängt und dies muss so in Deutschland auch kommen, so Professor Münzel.

Weiterhin:

- E-Zigaretten und E-Shishas sind Einstiegsdrogen für das Rauchen von normalen

Zigaretten und Shishas, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen

- eine 20-minütige Shishasitzung ist so gefährlich wie das Rauchen von hundert Zigaretten
- Passivrauchen gefährdet extrem die Gesundheit, insbesondere von Kindern. D.h. das Rauchen in der Wohnung sollte unterbleiben und das Rauchen in Autos sollte, wenn Kinder anwesend sind (ähnlich dem Vorbild in England), verboten werden.

Frau Mortler war von dem Projekt Kinderakademie Gesundheit der **STIFTUNG MAINZER HERZ** beeindruckt und versprach diese Initiative in Rheinland Pfalz zu unterstützen.



Herzball 2015

350 Gäste folgten der Einladung zum 6. Mainzer Herzball 2015 am 28. November 2015 ins Kurfürstliche Schloss.

Der Erlös der Veranstaltung kam der Finanzierung der Kinderakademie Gesundheit und der Gutenberg Gesundheitsstudie zugute.

Die Gäste konnten während der Veranstaltung ein 3-Gänge Menü des HYATTs genießen und im Anschluss die Pfunde auf dem Parkett bei toller Musik von Jammin Cool wieder abtrainieren. **Schirmherrin war wie im letzten Jahr Frau Julia Klöckner, die Landesvorsitzende der CDU Rheinland-Pfalz.**

Durch das Programm führte gekonnt unser Andreas Schmitt, bekannt als Sitzungspräsident der Fernsehsitzung „Mainz bleibt Mainz wie es singt und lacht“.

Im Rahmen der Veranstaltung wurden die Wissenschaftspreise der **STIFTUNG MAINZER HERZ** durch den wissenschaftlichen Vorstand vergeben und die beste Internetpräsentation von teil-

nehmenden Schulen der Kinderakademie prämiert.

Höhepunkt war sicherlich der Beitrag von Comedian Andreas Müller (SWR), der gekonnt die politische Elite inklusive Angela Merkel parodierte und auf die Schippe nahm.

Ernsthafter ging es dann bei der Diskussion mit Frau Klöckner und OB Ebling zum Thema E-Zigaretten, Zigarettenautomaten und Shisha rauchen zu. Frau Klöckner hat daraufhin für den 21. Januar 2016 ein Treffen von Professor Münzel mit der Drogenbeauftragten der Bundesregierung Frau Marlene Mortler arrangiert.

Zudem gab es eine Tombola mit tollen Preisen inklusive einer Businesslounge von Mainz 05 für das Spiel Mainz 05 gegen Augsburg.

Wir bedanken uns hiermit nochmal herzlich bei allen Sponsoren. Impressionen zum Herzball sind am Ende des Stiftungsberichtes zusammengefasst.



Für weitere Impressionen zu unserem 6. Mainzer Herz-Stiftungsball lesen Sie diesen Stiftungsbericht doch einmal von hinten nach vorne.

Ein Herz geht auf Reisen

Das begehbare Herz der **STIFTUNG MAINZER HERZ** wird mehr und mehr ein begehrtes Ausstellungsprojekt. Im Jahr 2015 war es beim Kinderfest im Volkspark am 19. Juli 2015 und bei der Rheinland Pfalz Ausstellung im März 2015.

Reges Interesse von Kindern und Erwachsenen am begehbaren Herz



Prominenz am Mainzer Herz bei der Rheinland-Pfalz Ausstellung: Ministerpräsidenten Malu Dreyer und Oberbürgermeister Michael Ebling

Termine 2016 im Überblick

Für 2016 hat sich die Stiftung wieder ein vielseitiges Jahresprogramm vorgenommen. Folgende Termine stehen bereits fest:

- Es gibt wieder mindestens zwei Informationsabende für Patienten, die für alle Mitglieder des Freundeskreises und des Kuratoriums, aber auch allen anderen Interessierten, offen stehen werden.
- Die Vorträge von den Patientenabenden sind ebenfalls für Mitglieder des Freundeskreises und für Kuratoriumsmitglieder zugänglich und können im Internet als PDF-Datei heruntergeladen werden.
- Auch im Jahr 2016 ist die Kinderakademie Gesundheit geplant, zu der Schulklassen aus ganz Rheinland-Pfalz eingeladen werden. Die Zahl der Schulklassen werden wir mit 40 konstant halten.
- Zum Abschluss der Kinderakademie wird es in Bad Kreuznach ein Abschluss-Event mit Chefkoch Johann Lafer geben. Circa 150 Kinder werden von Herrn Lafer bekocht und von Professor Münzel über gesunde Ernährung informiert werden.

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
21. Januar	Treffen mit Marlene Mortler (Drogenbeauftragte der Bundesregierung) und Julia Klöckner (CDU)	<ul style="list-style-type: none"> ● Gefahren des Rauchens ● Schutz von Nichtrauchern, vor allem Kindern 	Universitätsmedizin Mainz Geb. 605
2. März	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	Bürgerveranstaltung Vorsorge Herzinfarkt	DRK Krankenhaus Alzey Konferenzraum
Juni	Frühjahrs-Kinderakademie Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> ● Raucherprävention ● Gesunde Ernährung ● Herz-Kreislauf-System ● Begehbare Herz ● Wiederbelebungstraining 	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum
10. Juni	4. Gutenberg-Herz-Golfturnier	Fundraising für die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Golfclub Rheinhessen Wissberg Kanonenstart 12.00 Uhr

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
28. Juni	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	„Unter Strom und ständig online – Unser Gehirn von heute im Stress zwischen Reizflut und Multitasking“ PD. Dr. Volker Busch, Regensburg	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
28. Juni	Abendvorlesung für Kinder	Informieren Sie zeitnah unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de auf Veranstaltungen und erfahren Sie mehr über die Themen	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
6. September	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	Informieren Sie zeitnah unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de auf Veranstaltungen und erfahren Sie mehr über die Themen	Universitätsmedizin Mainz Geb. 708 Hörsaal
November	Herbst-Kinderakademie Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> ● Raucherprävention ● Gesunde Ernährung ● Herz-Kreislauf-System ● Begehbare Herz ● Wiederbelebungstraining 	Universitätsmedizin Mainz Zentrum für Kardiologie Seminarraum
19. November	7. Mainzer Herz-Stiftungsball	Fundraising Event für die Kinderakademie Gesundheit und die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Kurfürstliches Schloss zu Mainz

Bisherige Jahresberichte der STIFTUNG MAINZER HERZ



Bisherige Sonderhefte der STIFTUNG MAINZER HERZ





Die hier abgebildeten Flyer können Sie auf unserer Homepage www.herzstiftung-mainzer-herz.de als PDF-Datei herunterladen. Den Flyer Freundeskreis der STIFTUNG MAINZER HERZ finden Sie zum Ausschneiden auf den Seiten 71 und 72.

Der Online-Shop der STIFTUNG MAINZER HERZ

Hier können wir Ihnen eine kleine Auswahl anbieten. Jeder Euro geht hier zu 100% in das Stiftungskapital über.



Thermotasse – außen kalt und innen heiß
 Hersteller: Rastal
5,00 Euro (inkl. MwSt. + Versand)



2 Gläser und 1 Glaskaraffe
 Hersteller: Rastal
20,00 Euro (inkl. MwSt. + Versand)



Handtuch
 Hersteller: Nike
20,00 Euro (inkl. MwSt. + Versand)



Golfbälle
 Packung mit 3 Stück Golfbällen
10,00 Euro (inkl. MwSt. + Versand)

Dem Vorstand der STIFTUNG MAINZER HERZ gehören an:



Minister a. D.
Hans-Artur Bauckhage
Vorsitzender



Hans-Joachim Metternich
Stellvertretender Vorsitzender



Ralf Hauck
Schatzmeister



Prof. Dr. Dr.
Rudolf Hammerschmidt
Mitglied des Vorstandes



Prof. Dr. med.
Thomas Münzel
Mitglied des Vorstandes

Stiftungsberatung



Peter E. Geipel
Berater der Stiftung

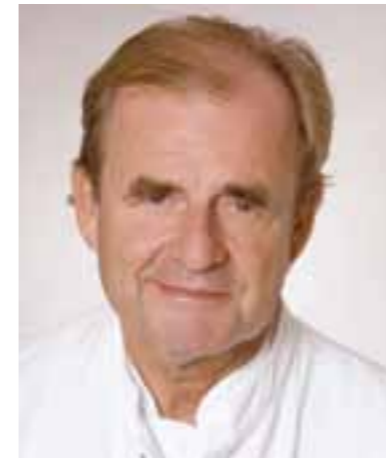
Wissenschaftlicher Beirat



Prof. Dr. med.
Manfred Thelen
Vorsitzender



Prof. Dr. med.
Ulrich Förstermann
Mitglied



Prof. Dr. med.
Thomas Meinertz
Mitglied



Prof. Dr. med.
Christian Werner
Mitglied

Kuratorium



Hans-Günter Mann
Kuratoriumsvorsitzender



Fritz-Eckhard Lang
Stellvertretender
Kuratoriumsvorsitzender



Michael Heinz
Stellvertretender
Kuratoriumsvorsitzender

Kuratorium

Im letzten Jahr verzeichneten wir einen deutlichen Zuwachs in unserem Freundeskreis und in unserem Kuratorium. Mittlerweile sind in den beiden Gremien 76 Kuratoriums- bzw. 160 Freundeskreismitglieder vertreten.

Das Kuratorium der STIFTUNG MAINZER HERZ besteht derzeit aus folgenden Mitgliedern:

- Uwe Abel
- Dr. Katja Bär
- Christian Barth
- Hans Artur Bauckhage
- Gisela und Helmut Beitz
- Jens Beutel
- Karlheinz Bindewald
- Martina Bockius
- Otto Boehringer
- Peter Borgas
- Mathias Bossong
- Ivonne Brockbals
- Elke und Friedrich Demmler
- Peter Ditsch
- Ministerpräsidentin Malu Dreyer
- Harald Eckes-Chantré
- Frank Elstner
- Helmut Fahlbusch
- Univ.-Prof. Dr. Ulrich Förstermann
- Ernst Chr. Frankenbach
- Dirk Fuhrmeister
- Andreas Gaul
- Dirk Gemünden
- Peter E. Geipel
- Klaus Hammer
- Prof. Dr. Dr. Rudolf Hammerschmidt
- Dr. Peter Hanser-Strecker
- Ralf Hauck
- Frank Heckelmann
- Michael Heinz
- Professor Dr. Walter Hitzler

- Wolfgang Huch
- Günter Jertz
- Sibylle Kalkhof-Rose
- Johannes Kaluza
- Andrea Kiewel
- Julia Klöckner
- Hendrik Knodel
- Prof. Dr. Georg Krausch
- Gerd Krämmer
- Dieter Kürten
- Walter Kützing
- Gerhard Kunz
- Johann Lafer
- Fritz Eckard Lang
- Uwe Langer
- Willy Leykauf
- Hans-Günter Mann
- Ernst Merkel
- Hans-Joachim Metternich
- August Moderer
- Wilfried H. Mönch
- Ruth Nachreiner
- Edith Neidlinger
- Matthias Quinger
- Dr. Dieter Römheld

- Univ.-Prof. Dr. Thomas Rostock
- Markus Schächter
- Dr. Simone Schelberg
- Univ. Professorin Babette Simon
- Professor Dr. Heinz Schmidberger
- Peter Schmidt
- Tobias Schmitz
- Hans Georg Schnücker
- Horst Schömbbs
- Aldo Sottile
- Alexander Steinhoff
- Heidemarie Stoll
- Harald Strutz
- Hartmut Swietlik
- Univ.-Prof. Dr. Manfred Thelen
- Prof. Dr.-Ing. Udo Ungeheuer
- Fred Wedell
- Univ.-Prof. Dr. Christian Werner
- Manfred Werner
- Univ.-Prof. Dr. Philip Wild
- Karlheinz Wirth

Ehrenkuratoriumsmitglieder:

- Oberbürgermeister Michael Ebling
- Kardinal Karl Lehmann



Kuratoriumssitzung März 2015 in der Mainzer Volksbank

Mitglieder des Freundeskreises

Einzelpersonen

- Dr. Klaus Adam
- Jürgen Alsfasser
- Susanne Augter
- Claus Peter Aulenbacher
- Johanna Bachmann
- Kurt Bachmann
- Britta Barthelmes
- Torsten Bauer
- Doris Baum
- Waltraud Beck
- Dr. Lothar Becker
- Heinrich Becker
- Karlheinz Becker
- Kirsten Behle
- Jürgen Behle
- Friederike Beissmann
- Roswitha Besier
- Jürgen Blicke
- Helga Blicke
- Kirsten Böhm
- Roland Boller
- Ulrike Buschlinger
- Peter-Jesko Buse
- Dr. Ernst-Ludwig Büsser
- Carl Walter Cloos
- Margit Dambmann
- Wilhelm Dambmann
- Anton David
- Sigrid David
- Paul Werner Dehlzeit
- Prof. Dr. med. Wolfgang Dick
- Gerd Dickhoff
- Udo Dziwas
- Michael Ebling
- Inge Eckert
- Jürgen Eckl
- Klaus Eller
- Ute Engelmann
- Hans Helmut Felten
- Helmut Foos
- Gert Franke
- Frank Fröhlich
- Dr. Wilhelm Frölke
- Gerhard Galloy
- Bernd Gattner
- Hans-Wilhelm Goetsch
- Ute Granold
- Gerda Graeben
- Liselotte Grimm
- Brigitte Haessler
- Marliese Hammer
- Klaus Hammer
- Steffen Hannemann
- Kirsten Harnischfeger-Zimmer
- Christa Hauck
- Frank Heidrich
- Dietmar Hein
- Dirk Heine
- Peter Hendrich
- Manfred Hermann
- Irma Herrmann
- Angelika Herrlein
- Erika Himmel
- Waldemar Himmel
- Walter Hoffmann
- Frauke Hoffmann
- Marius Hohmann
- Wolfgang Huch
- Angelika Huster
- Bernhard Ihle
- Gabi Ihle
- Stefan Indra
- Steffen Jans
- Brigitte Jennerich
- Hans Wilhelm Jost
- Hans-Georg Kappes
- Hans Keller
- Karl Kirchhoff
- Helmut Kleefeld
- Hans Kleser
- Jürgen Klingler
- Bettine Knobling
- Dr. Peter Knobling
- Bernd Koch
- Peter Körfer-Schün
- Dr. Christian Körner
- Uwe Langer
- Anja Lenk
- Hans-Dieter Lohnes
- Lydia Lüdke
- Daniela Mann
- Oliver Mager
- Beatrix Mathea
- Konrad Meier
- Wolfgang Michaelis
- Ingrid Michel
- Jürgen Michel
- Christian Möckel
- Wilfriede Moghtader
- M.A. MHA MHBA Dr. med. G. A. Müller
- Klaus Neuberger
- Sigrid Oehler
- Helmut Ostheimer
- Lothar Pächer
- Hermann Paul
- Elfriede Pegels
- Hedwig Philippi
- Helga Quint-Diemer
- Reinhold Rehwald
- Harald Reinheimer
- Helmuth Reuter
- Claus Peter Richter
- Siegfried Ritscher
- Klaus Rohde
- Rosemarie Röhm
- Karin Ronde
- Karl Helmut Ronde
- Dr. Hans-Peter Rösler
- Ludwig Sand
- Hans Sander
- Helen Schaper
- Gerwin Schallenberg
- Thomas Schelberg
- Karlheinz Schmidt
- Prof. Dr. Erwin Schmidt
- Hermann Schmitz
- Hans-Jürgen Schnurr
- Andrea Schnurr
- Hans-Joachim Schöne
- Christiane Schubert
- Alfons Schüler
- Gisela Schüler
- Andreas Schulz
- Bernd Senner
- Dr. Rüdiger Simonek
- Dr. Detlef Skaletz
- Rainer Sobotta
- Lutz Speith
- Manfred Stang
- Bernhard Steeg
- Gerhard Stoll
- Heidemarie Stoll
- Walter Strutz
- Ursula Sutter
- Heinz-Ulrich Vetter
- Dieter Wachter
- Heinrich Wagner
- Dieter Walch
- Albert Weber
- Renate Weineck
- Theo Welter
- Felizitas Wittemann
- Ewald Wohn
- Florian Wolf
- Hildegard Wüstenhaus
- Klaus Zimmer
- Prof. Dr. Clemens Zintzen
- Lothar Zirbes

Firmen:

- Ephodos GmbH
- Riga Mainz GmbH & Co. KG
- Speyer & Grund

STIFTUNG MAINZER HERZ

Kontakt

Für Fragen und Anliegen erreichen Sie die **STIFTUNG MAINZER HERZ** über:

info@herzstiftung-mainzer-herz.de

Telefon 06131/6 23 14 73

Sie erreichen das Stiftungsbüro telefonisch: Montag und Donnerstag von 9.00-13.00 Uhr

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Postalische Anschrift

STIFTUNG MAINZER HERZ

Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel
Niklas-Vogt-Straße 14
55131 Mainz

Online

Homepage

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Auf unserer Homepage finden Sie auch sämtliche Links zu Filmen, Projekten, Flyern und Informationsmaterialien rund um die Stiftung.

Videos und Informationsmaterial

Patientenabend „Gesund alt werden“

<https://www.youtube.com/watch?v=yAtItr701pg>

Professor Münzel im ZDF Magazin

„Sonntags – TV fürs Leben“

www.zdf.de/sonntags/Wie-man-100-Jahre-alt-wird-30655636.html
<<http://www.zdf.de/sonntags/Wie-man-100-Jahre-alt-wird-30655636.html>>

Ein Tag in der Kinderakademie

https://www.youtube.com/watch?v=_iyeGFD-ZCY&spfreload=10

Test

„Wie werde ich gesund hundert Jahre alt?“

http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/herz/test/lebenszeitrechner-koennen-sie-100-jahre-alt-werden_aid_15952.html

PDF mit dem Bericht zum Vortrag:

„Wie werde ich gesund hundert Jahre alt?“

<https://selfy.com/p/2ngw/>

Und noch mehr Interessantes entdecken auf unserem Youtube-Channel

<https://www.youtube.com/channel/UCdRqjEmZlvBOKdD9qTJ6PAA>

Unser Tipp: Channel abonnieren und nichts mehr verpassen!



Freundeskreis
STIFTUNG
MAINZER HERZ



Durch Ihr Engagement in dem Freundeskreis der gemeinnützigen **STIFTUNG MAINZER HERZ** fragen Sie direkt dazu bei, Leben zu retten und mehr Lebensqualität für die Betroffenen zu schaffen.

Spendenkonto:

STIFTUNG MAINZER HERZ

Mainzer Volksbank

IBAN DE38 5519 0000 0006 1610 61

BIC MVBMD333

Sparkasse Mainz

IBAN DE27 5505 0120 0200 0500 03

BIC MALA3333

Deutsche Bank

IBAN DE46 5507 0040 0011 0999 00

BIC DEUT3333

PAX-Bank eG

IBAN DE95 3706 0193 4010 4010 41

BIC GENODE33

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Kontakt:

STIFTUNG MAINZER HERZ

Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel

Niklas-Vogt-Straße 14

55131 Mainz

Telefon: 06131 - 62 31 473

E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-herz.de

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

An den Freundeskreis
der **STIFTUNG MAINZER HERZ**
Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel
Niklas-Vogt-Straße 14
55131 Mainz

Stiftung zur Förderung
von Forschung
und Patientenversorgung

am Zentrum für Kardiologie
Universitätsmedizin
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Wir haben dieses Formular für einen bequemen Versand vorbereitet. Einfach hier an dieser Linie abtrennen, in einen Briefumschlag stecken und abschicken.

Danke

Der Stiftungsbericht 2015 der STIFTUNG MAINZER HERZ ist erschienen mit freundlicher Unterstützung der zahlreichen Inserenten und derer, die mit Text und Bild zum Gelingen beigetragen haben.

Impressum

Herausgeber:

STIFTUNG MAINZER HERZ

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel
Niklas-Vogt-Straße 14
D-55131 Mainz

www.herzstiftung-mainzer-herz.de
E-Mail: info@herzstiftung-mainzer-herz.de

Redaktion

Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel
Nora Scheffel
Bianca Jörger

Illustrationen und Grafiken

Margot Neuser

Fotos

Klaus Benz
Thomas Boehm
Anne Keuchel
Peter Pulkowski
Markus Schmidt
Private Fotos mit Genehmigung

Sonstiges

Illustration Thilo Weckmüller (Seite 5)

Artikel

American Medical Association (Seite 9)
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Seite 10)
European Heart Journal (Seite 11)
Abbott (Seite 11)
Euroinventions 2015 (Seite 12)
Medtronic (Seite 12)
The New England Journal of Medicine (Seite 14)
Kids Save Lives – European Resuscitation Council (Seite 17-21)
Bilder Rettungskette – European Resuscitation Council (Seite 22)
Bilder Wiederbelebung – European Resuscitation Council (Seite 23 – 26)
Mainzer Allgemeine Zeitung, Rhein Main Presse (Seite 58 – 59)

Layout und Satz

Creative Graphics
Heike Oswald Medien, Satz und Druck
Am Polygon 3 – 5
55120 Mainz

Druck

Servicecenter Technik und Wirtschaftsbetriebe
SC 5- Druckerei der Universitätsmedizin
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

© 2015

Sehr geehrte Damen und Herren,

Jedes Jahr erleidet etwa 300.000 Menschen in Deutschland einen Herzinfarkt und ungefähr 65.000 Menschen sterben daran. Experten schätzen, dass sich diese Zahl bis zum Jahr 2025 verdoppeln wird.

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Herzinfarkt und Frühstadien von Herz-Kreislauf-Erkrankungen rechtzeitig zu erkennen und effektiv zu bekämpfen, um so der vorhergesagten Zunahme dieser Krankheiten entgegen zu wirken.

Das beginnt bereits bei der Prävention, also der Vorsorge und der Vorbeugung dieser Erkrankungen, und endet bei der optimalen Versorgung von Patienten, die einen akuten Herzinfarkt erlitten haben.



Zur Verwirklichung dieser Ziele sind eine intensive Forschungsstätigkeit, eine erstklassige Apparatenausstattung und eine gute Ausbildung unseres Arztes- und Pflegeteams erforderlich.

Unterstützen Sie unsere Arbeit durch eine Mitgliedschaft im Freundeskreis der **STIFTUNG MAINZER HERZ!**

Herzlichst Ihr

Th. Münzel
Vorstandsmitglied
Stiftung Mainzer Herz

Der Freundeskreis unterstützt aktiv die Ziele der **STIFTUNG MAINZER HERZ:**

- den Kampf gegen den Herzinfarkt und andere Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor Ort, in Mainz, deutlich zu intensivieren
- Forschung und Ausbildung zu fördern
- die Patientenversorgung am Zentrum für Kardiologie kontinuierlich zu verbessern
- Diagnostik und Behandlung von koronarer Herzerkrankung (KHK), Herzrhythmusstörungen und der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit sowie deren Risikofaktoren zu optimieren
- die Apparatenausstattung am Zentrum für Kardiologie zu verbessern
- Stipendien einzurichten

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** bietet mehrere Informationsveranstaltungen im Jahr an. Die konkreten Termine finden Sie auf unserer Homepage:

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Bitte beachten Sie auch Ankündigungen in der Presse und Aushänge!

Wir haben dieses Formular für einen bequemen Versand vorbereitet. Einfach hier an dieser Linie abtrennen, in einen Briefumschlag stecken und abschicken.

SEPA-Lastschriftmandat für SEPA-Baus-Lastschriftverfahren
Name und Anschrift des Zahlungsempfängers (Gläubiger)
Stiftung Mainzer Herz, Niklas-Vogt-Straße 14 • 55131 Mainz
Gläubiger-Identifikationsnummer DE09 2509 0000 6111 98

Ich werde Mitglied im Freundeskreis der **Stiftung Mainzer Herz**

Name/Vorname: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Telefon: _____
E-Mail: _____

Ist beauftragt die **Stiftung Mainzer Herz** bis auf Widerruf die jährliche Spende von € 100,- (Einzelspenden) von € 1.500,- (Firma) mittels Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.
Hinweis: Ich kann jederzeit von acht Wochen langem mit dem Rückrufkennzeichen die Erstattung des nächsten Beitrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontowahlweise: _____
IBAN: _____
BIC: _____
Name des Kreditinstituts: _____
Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

Danke



Zusammenhalt zählt!

Es ist nicht der Verstand, sondern das Herz, das unserem Denken und Handeln Farbe und Freude gibt. Wenn es um Hilfe für Mainz und seine Bürger geht, folgen wir gerne unserem Herzen.



ISB | Investitions- und Strukturbank Rheinland-Pfalz



WIR FÖRDERN IN RHEINLAND-PFALZ

Die Investitions- und Strukturbank Rheinland-Pfalz (ISB) ist das Förderinstitut des Landes für die Wirtschafts- und Wohnraumförderung. Mit zinsgünstigen Darlehen, Bürgschaften, Beteiligungen und Zuschüssen unterstützen wir Ihr Projekt.

Rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne zu allen Fragen der

Wirtschaftsförderung unter 06131 6172-1333
Wohnraumförderung unter 06131 6172-1991

Investitions- und Strukturbank
Rheinland-Pfalz (ISB)
Holzhofstraße 4
55116 Mainz
isb-marketing@isb.rlp.de

www.isb.rlp.de

Für Beruf und Berufung.

Die neue V-Klasse. Lebensgröße.

Entdecken Sie eine neue Form von Vielseitigkeit mit:

- Platz für bis zu acht Personen dank variablem Sitzkonzept
- einem exklusiven Interior-Design für höchste Business-Ansprüche

Jetzt Probefahrt vereinbaren unter
Tel.: 06131 367 0



 Mercedes-Benz
Das Beste oder nichts.

Kraftstoffverbrauch innerorts/außerorts/kombiniert: 7,7-6,3/5,6-5,0/6,1-5,7 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 159-149 g/km; Effizienzklasse: A. Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen verschiedenen Fahrzeugtypen. Abbildung enthält Sonderausstattungen.

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart
Partner vor Ort: Daimler AG, vertr. durch MVP GmbH
Mercedes-Benz Niederlassung Mainz
Mercedesstraße 1 - 55128 Mainz
E-Mail: info.mainz@daimler.com · Tel.: 06131-367-0 · Fax: 06131-367-203
www.mercedes-benz-mainz.de



WERNER'S
HOLZOFEN • BROTHAUS • CAFÉ

HOLZOFENBROT

Der
GENUSS VON BROT
IST EINZIGARTIG AUF DER WELT

ERLEBEN UND GIEßEN SIE WERNER'S HOLZOFEN BROTHAUS & CAFÉ. GUTES BROT AUS DEM HOLZBACKOFEN. GEBACKEN VOR IHREN AUGEN MIT HAUSEIGENEM NATURSAUERTEIG UND NATÜRLICHEN MEHLEN.

HOLZOFENBROTE & BACKSPEZIALITÄTEN
FRISCH AUS DEM HOLZBACKOFEN
BÄCKERFRÜHSTÜCK, BLECHKUCHEN & SNACKS
VON FRÜH BIS SPÄT

Montag - Freitag 6.30 - 18.30 Uhr • Samstag & Sonntag 6.30 - 17 Uhr
Am Mombacher Kriesel / Neben Fahrrad-Franz & Ford Heinz

WWW.WERNERS-BACKSTUBE.DE



www.sparkasse-mainz.de

Miteinander ist einfach.

Wenn der Finanzpartner nicht nur die Region, sondern auch die Menschen kennt.

 Sparkasse Mainz

www.frankenbach.com

 **Frankenbach**

Ernst Frankenbach GmbH Spedition
Am Weyer 5 · D-55252 Mainz-Kastel
Fon +49 (0) 61 34.29 00-0
Fax +49 (0) 61 34.29 00-101

SPEDITION

CONTAINER TERMINALS

KOMBINIERTER VERKEHR

KAUTSCHUK LOGISTIK

AUTOMOBIL LOGISTIK



Gastlichkeit – genussreich inszeniert!

Im ATRIUM Hotel Mainz beeindruckt das Zusammenspiel von kulinarischer Raffinesse, Weinkultur und perfektem Service.

ATRIUM
HOTEL MAINZ ★★★★★
SUPERIOR

Atrium Hotel Mainz · Dr. Lothar Becker e. K.
Flugplatzstraße 44 · 55126 Mainz
Telefon 06131 491-0 · Fax 06131 491-128
E-Mail info@atrium-mainz.de · www.atrium-mainz.de

GASTGEBER DES JAHRES · TOP-TAGUNGSHOTELIER
WORLDHOTELS

FEIERN AUF DEM HOFGUT
Event-Location Hofscheune
Telefon 06131 8015-0 · www.hofgut-laubenheimer-hoehe.de

Hofgut
LAUBENHEIMER HÖHE
genießen · feiern · reiten

Von unserem FAVORITE Parkhotel sind es nur 10 Minuten mit dem Auto bis zum Hofgut.

Hofgut mit Riesling-Lounge, Hofscheune und Hofgarten

www.favorite-mainz.de
Mit Blick auf den Rhein, die Frankfurter Skyline und den Feldberg ist die **Hofscheune** eine der schönsten Räumlichkeiten für Events aller Art: Ob für Hochzeiten, Geburtstage, Firmenveranstaltungen oder Präsentationen ...

- 750 m² Eventfläche, klimatisiert
- Nutzbare Außenflächen auf beiden Seiten der Hofscheune
- Wunderschöner Innenhof
- Panoramaterrasse
- Garten, optimal für Empfänge, Partys, Buffets oder als Lounge
- Modernste Technik, Live-Musik tauglich

Gerne berät Sie unsere Eventabteilung!

FAVORITE parkhotel
★★★★★

Mainzer Gastlichkeit aus dem Hause
Anja & Christian Barth · FAVORITE Parkhotel



Ausgezeichnete Vermögensverwaltung

Vermögen schützen und mehren – hier stellen uns die Kapitalmärkte heute vor große Herausforderungen. Dass wir mit diesen umzugehen wissen, beweisen die zahlreichen Auszeichnungen, die wir seit vielen Jahren in unabhängigen, namhaften Marktstudien verliehen bekommen.



Ihr Ansprechpartner:
Frank Gütermann, Leiter der Niederlassung Mainz
Tel.: 06131/142-225
frank.guetermann@bhf-bank.com



- . KABELVERLEGUNG
- . ROHRLEITUNGSBAU
- . STRASSENBAU
- . HORIZONTALBOHRUNGEN
- . DURCHPRESSUNG
- . KABELPFLÜGEN
- . TIEFBAU
- . CONTAINER-SERVICE
- . BAUSCHUTTRECYLING
- . BAUMASCHINENVERMIETUNG

WORMSER STRASSE 100 · 55294 BODENHEIM
TEL. +496135 9252-0 · FAX +496135.9252-90
INFO@LANG-BAU.DE · WWW.LANG-BAU.DE



WIR BAUEN IHRE TRAUMWOHNUNG



Seit über 55 Jahren sind wir erfolgreich in unserer Branche.
Erstklassige Immobilien provisionsfrei vom erfahrenen Bauträger.

Hintere Bleiche 11 · 55116 Mainz · 0 61 31 / 270 500 **Fischer+Co**
BAUTRÄGER SEIT 1960



Vermögen braucht Verantwortung – Ihre Kapitalanlage in guten Händen:
(von links) Klaus Fohrmann, Frank Hünecke, Frank Hockemeier, Detlef Saul, Oliver Kaunat, Markus Steinberger (Direktor), Ulrich Jantz, Sandra Rudi, Carsten Pade, Elena Pies, Zacharias Stanglmeier, Petra Schneider, Richard Amrhein.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Privates Vermögensmanagement

Die Private-Banking-Experten
für Ihren Anlageerfolg

Sehen Sie als Erster die Veränderung der Finanzmärkte, reagieren Sie rechtzeitig auf Trends und nutzen Sie frühzeitig Potenziale. Ihre Chancen werden mit uns zu Ihren Vorteilen zur Erreichung Ihrer Vermögensziele, Entwicklung von maßgeschneiderten Anlagestrategien sowie einer guten Balance zwischen Ertrag, Risiko und Liquidität.
Ihre Private-Banking-Experten erreichen Sie unter der Tel.-Nr. 06131 148-8117.

MVB
Mainzer Volksbank

Wir machen den Weg frei.

HAUCK BOCKIUS PARTNER

Beraten. **Punktgenau.**



Steuerberater & Vereidigte Buchprüfer
FÜR **SIE** IN MAINZ UND ALZEY.



**DER ANSPRUCH
VON MORGEN.**
Der neue BMW 7er. Driving Luxury.
Jetzt Probe fahren.

Der neue
BMW 7er
www.bmw-
karl-co.de
Freude am Fahren

BMW EFFICIENT DYNAMICS.
WENIGER EMISSIONEN. MEHR FAHRFREUDE.

BMW 750Li xDrive: Kraftstoffverbrauch in l/100 km (kombiniert): 8,5-8,3. CO₂-Emission in g/km (kombiniert): 197-192.

KARL+CO
Autohaus Karl + Co. GmbH & Co. KG

Firmensitz: Alte Mainzer Straße 121 · 55129 Mainz · Tel. 06131 8306-54
Filiale: Carl-Bosch-Straße 6 · 65203 Wiesbaden · Tel. 0611 27809-67

www.bmw-karl-co.de




Ein Kraftpaket im edlen Zwirn.



Der neue Kia Sportage



Jetzt Probe fahren! The Power to Surprise

Eines der beliebtesten Kia Modelle geht in die vierte Generation – der neue Kia Sportage. Eine Probefahrt wird hier zum Erlebnis, denn er ist besser denn je: modernste Assistenzsysteme, wegweisende Technologien und ein individuelles Design, das Blicke auf sich zieht.

Klimaanlage, Bluetooth-Freisprecheinrichtung, Geschwindigkeitsregelanlage, USB- und AUX-Anschluss, Alu-Räder, u.v.m.

Kia Sportage ab € 20.490,-

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 10,0-5,4; außerorts 6,5-4,2; kombiniert 7,6-4,6. CO₂-Emission: kombiniert 177-119 g/km. Nach dem vorgeschriebenen Messverfahren (VO/EG/715/2007 in der aktuellen Fassung) ermittelt.

Gerne unterbreiten wir Ihnen Ihr ganz persönliches Angebot. Besuchen Sie uns und erleben Sie den neuen Kia Sportage bei einer Probefahrt.



Autohaus Gebr. Heinz, Inh. Michael Heinz • Am Mombacher Kreisel 3
55120 Mainz • Telefon 06131/9962-700 • Fax 06131/9962-777
kia@autocenter-mainz.de • www.autocenter-mainz.de

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.
*Gemäß den jeweils gültigen Hersteller- bzw. Mobilitätsgarantiebedingungen und den Bedingungen zum Kia-Navigationskarten-Update. Einzelheiten erfahren Sie bei uns und unter www.kia.com/de/kaufen/7-jahre-kia-herstellergarantie.





coolback®

Ihr Tiefkühlbäcker

passion & competence

bakery goods for modern markets

coolback GmbH | Erdbeerstraße 1 | D - 14947 Nuthe Urstromtal OT Jänickendorf
www.coolback.de | Tel.: +49 (0) 3371-68989-0 | Fax -159 | info@coolback.de



MAINZ 05 HILFT e.V.

... wir kümmern uns!



AOK
Die Gesundheitskasse.

Projektentwicklung aus einer Hand

Werte

Kontinuität

Kontinuität

Werte

Kompetenz



J. Molitor Immobilien GmbH
Rheinstraße 194b, 55218 Ingelheim
Telefon 061 32-995550
info@molitor-immobilien.de
www.molitor-immobilien.de



STIFTUNG
MAINZER HERZ