

# Vereins Zeitung

Nr. 3/Oktober 98

VEREIN DER NIERENPATIENTEN  
REGIONALGRUPPE AARGAU

## Editorial

*Liebe Leserinnen, lieber Leser*

### **Aufgepasst:**

**Die GV 98 musste leider aus zwingenden Gründen vom 14. November auf den 21. November 1998 verschoben werden. Wir hoffen, das trotzdem viele von Euch dabei sein werden.**

**D**ie letzte Zeitung dieses Jahres ist beinahe so bunt wie der Herbst, zwar nicht in Farben dafür mit verschiedenen interessanten Artikeln.

Traditionell um diese Jahreszeit ist der Jahresbericht unseres Präsi.

Hannes erzählt uns lebhaft vom Ausflug nach Einsiedeln.

Schon ein wenig auf Weihnachten einstimmen soll das Gedicht von H.R. Lüthy und das Backrezept.

Das Redaktionsteam wünscht all den Mitgliedern die nicht an der GV 98 teilnehmen können frohe Weihnachten und alles Gute für's kommende Jahr.

## Vorstand

Suter Gerry	Winzerweg 4a	5312 Döttingen	056/ 245 31 16
Lüthy Hans-Rudolf	Holzstrasse 25	5036 Oberentfelden	062/ 723 40 66
Spielmann Lisbeth	Hagbergstrasse 41	4600 Olten	062/ 212 37 56
Gottschlich Johannes	Herrenweg 2	5734 Reinach	062/ 771 66 29
Eichenberger Susanne	Winkelstrasse 49	5505 Brunegg	062/ 896 31 08

## Jahresbericht 1998

Vor 30 Jahren lebte ein 50-jähriger Mann der täglich betete: "Herrgott mach doch, dass ich einen 6er im Lotto gewinne, der mich zu einem reichen Mann machen wird!" Dieses Bitte dauerte über die Jahre hinweg und nie kam es zum grossen Gewinn. Letzte Woche nun sagte eine Stimme zum mittlerweile 80-jährigen: "Nur wenn Du einmal einen Lottoschein ausfüllst, kannst Du einen Gewinn erzielen!"

Was will uns diese Geschichte vermitteln? Man soll nicht nur davon träumen, etwas verändern zu wollen, nein man muss sein eigenes Scherflein dazu beitragen damit eine Veränderung gelingen kann. Für Nierenpatienten, die mit einer nicht zu heilenden Krankheit behaftet sind, trifft diese Anekdote zu. Täglich sind wir aufgefordert nicht nur mit uns machen zu lassen, sondern auch etwas zu tun. Oft fällt es schwer dieses "Etwas" zu tun. Diese Einsicht hat vor bald 20 Jahren zur Gründung unseres Vereins geführt. Wir wollten "Etwas" tun. Und da es gemeinsam einfacher ist, haben wir uns zusammengeschlossen.

Der VNPS traf sich an vier Sitzungen in Bern. Als wichtigstes Postulat galt die Suche nach einer Zusammenarbeit mit all den Transplantiertenorganisationen der Schweiz. Jede Organisation kocht ihr eigenes Süppchen und sucht auch ihr eigenes Sponsoring aufzuziehen. Eine "Vereinigung" dieser Gruppen auf höchster Ebene scheint auf gutem Wege zu sein. Kostenerhebung für Beihilfe - und Nebenkosten für CAPD und Heimdialyse führten dazu, dass für diese zwei Patientengruppen eine entsprechende Entschädigung ausbezahlt wird.

In Behindertenkreisen herrscht Betroffenheit über die beschlossene Streichung der viertel Rente der IV. Am vergangenen Donnerstag wurden die Unterschriften für eine Initiative bei der Bundeskanzlei eingereicht. Es ist zu hoffen, dass die Abstimmung diesen Fehler korrigieren wird. Das Transplantationsgesetz wird meines Erachtens auch 1999 noch nicht geboren werden. Man lässt uns hoffen.

Das Jahr 1998 ist in Kürze Geschichte. Auch an vier Sitzungen trafen wir uns im Ochsen in Lenzburg. Der erste Ausflug wurde mit der Delegiertenversammlung des VNPS in Bellinzona verbunden. Vielen Mitgliedern ist diese DV immer noch

in bester Erinnerung. Der zweite Ausflug führte ins Klosterdorf Einsiedeln. Das wichtigste politische Traktandum war wohl die Abstimmung zur Genschutzinitiative. Noch immer umstritten und nicht gelöst sind die Probleme in und um die Krankenkassen. Auch mit den unseligen Lohnkürzungen bei den Ärzten und dem Pflegepersonal ist vor allem den chronisch kranken Patienten in keiner Weise geholfen.

Im VNP-Aargau sind wir zur Zeit daran abzuklären, ob eine psychotherapeutische Begleitung der Patienten möglich bez. machbar ist. Bei der grossen Anzahl von Patienten und der vielschichtigkeit der Probleme sind diese Abklärungen aufwendig. Wir werden zu gegebener Zeit darüber informieren.

Zum Schluss danke ich allen, die im vergangenen Jahr zu unserem Wohlbefinden beigetragen haben. Danken möchte ich allen Vorstandsmitgliedern für die grosse Arbeit, die sie für den Verein verrichten. Hoffentlich hat das Vereinsjahr 1998 gehalten was es versprochen hat. In diesem Sinne wünsche ich für die kommenden Festtage alles Gute, eine gesegnete Weihnacht und ein glückliches neues Jahr 1999.

*Euer Präsident, Gerhard Sutter*

## Liebe Mitglieder, Ihr habt etwas verpasst...

### **nämlich unseren aussergewöhnlichen Halbtagesausflug nach Einsiedeln und die daran anschliessende Schifffahrt auf dem Zugersee.**

Leider nur 25 Unentwegte fuhren mit einem komfortablen Car mittags in Aarau, Windisch und Baden los. Unter kundiger Führung von Lisbeth Spielmann ging es dem Zürich-See entlang hoch nach Einsiedeln. Die erste Attraktion unterwegs war neben der schönen Landschaft unser Busfahrer Markus. Er stellte sich vor und betonte, dass er für Frauen am Ende mit zwei "S" geschrieben werde, also Mar-Kuss. In diesem Stil unterhielt er uns weiter, so dass die Fahrt nie drohte, langweilig zu werden. Er hatte aber auch eine nachdenkliche Geschichte zu erzählen, meinte er doch, dass wir, also er und der VNPA ganz gut zusammenpassen würden, da sein Hausarzt bei einem Routinecheck festgestellt hatte, dass er, Markus, nur eine Niere hätte. Nach dem ersten Schock habe er dann gemerkt, dass man mit einer Niere (genau wie ein Transplantierter) ganz gut leben könne.

In Einsiedeln angekommen, hatten wir zwei Stunden zur freien Verfügung. Wir konnten über den alten Büchermarkt spazieren, einen guten Kaffee geniessen oder die neu restaurierte Wallfahrtskirche besuchen, in der gerade eine Messe stattfand. Ein Erlebnis, (auch für Leute denen Kirchen wenig sagen) war der lithurgische Gesang, den eine junge Französin zum besten gab. Ich habe noch nie einen Kirchengesang gehört, der mir eine solche Gänsehaut verursacht hat.

Schliesslich ging es dann wieder bergab in Richtung Arth am Zugersee, wo wir die MS Rigi bestiegen. Dort war für uns der Panoramasaal reserviert. Auf dem Weg von Arth nach Zug konnten wir die herrliche Aussicht geniessen, die der See, die kleinen Schlösser und die teils schon schneebedeckten Berge uns boten. Selbst die Sonne zeigte sich unerwarteterweise gegen Abend, hatte sie sich doch während des Nachmittags weitgehend hinter den Wolken versteckt. Die Zeit auf dem Motorschiff Rigi verging wie im Fluge, da wir eine schmackhafte Pouletbrust an Currysauce mit Reis und chinesischem Gemüse serviert bekamen. Zum Dessert hat der Vorstand den Mitreisenden dann noch einen Kaffee offeriert. Auch auf der Rückfahrt lachte die Sonne und Markus sagte: "Wenn Engel reisen, lacht die Sonne. Letzte Woche war ich mit einem Mütterverein unterwegs, da

da hat's geregnet. Und da habe ich nichts von Engeln gesagt." So kamen wir schliesslich wieder an unserem Ausgangsorten an.

Wenn man sich unter den Mitreisenden umhörte, so waren alle begeistert von unserem Halbtagesausflug. Wir hoffen, dass das nächste Mal wieder mehr von Euch mit auf Reisen gehen.

*Es grüsst Euch herzlichst Hannes Gottschlich*

---

## Gesundheitspflege

Ich Susanne Eichenberger, habe mich entschlossen mich als Naturheilpraktikerin NVS ausbilden zu lassen.

Die Ausbildung am Zentrum Bodyfeet in Thun und Aarau ist berufsbegleitend und dauert 3 Jahre. Sie richtet sich nach den Richtlinien der Naturärztevereini-gung der Schweiz NVS. Der Naturheilpraktiker versucht, die Lebensenergie des Patienten d.h. den inneren Arzt anzuregen. Ziel der Therapie sollte es immer sein, körpereigene Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Disharmonien ins Gleichgewicht zu bringen. Eine richtig dosierte Massage schafft ein Gefühl von Wohlbefinden, Vertrauen und psychische Entspannung.

Die bereits erlernten Therapiemethoden, *Fussreflexzonenmassage*, *Klassische Massage* und *Bachblütentherapie* biete ich bereits an.

Sollte ich Ihr Interesse geweckt haben, so rufen Sie mich unverbindlich an.



**Telefon 062 / 896 31 08**

Susanne Eichenberger  
Winkelstrasse 49 5505 Brunegg



## ABENDGLOCKEN

**G**lockenstimmen aus der Ferne schweben leise durch die Luft, o wie lausche ich so gerne, wenn die Abendglocke ruft.

Wenn der Tag sich müd geneiget, wenn die Arbeit all getan und das laute Leben schweiget, hebt ganz sacht die Glocke an.

Süsse, feierliche Kunde läutet's über Flur und Feld Feierabend, Ruhestunde, einer müden matten Welt.

Ruh und Frieden manchem Müden, Trost und Labung, wilden Schmerz bringt das Glockenlied hinieden manchem wundgeschlagenen Herz.

Abendglocke, dein Geläute klinge mir dereinst auch zu, wenn ich aus dem irdschen Heule scheid in die ewge Ruh.

(aus einem Kalender 1923)  
eingesandt von H.R. Lüthy

## Wissen Sie eigentlich, warum Sie schlafen

### Wunder Bewußtsein

**D**as menschliche Bewußtsein ist eines der größten Rätsel. Im Bewußtsein werden Schallwellen zu Musikstücken, flüchtige Moleküle zum Duft einer Rose und elektromagnetische Wellen zu Farben. Im Bewußtsein wird aus der wahrgenommenen eine erlebte Welt, hier entsteht der emotionale Teppich, auf dem wir uns bewegen. Das Bewußtsein stattet uns mit einem »Ich« aus.

Ändert sich das Bewußtsein, ändert sich unsere Welt. Jeder kann das bestätigen, kennt doch jeder zumindest zwei verschiedene Bewußtseinszustände: Wachsein und Schlafen.

Sogenannte Blindsightige beweisen die zentrale Rolle des Bewußtseins: Bei ihnen wurde die Sehrinde im Gehirn so verletzt, daß nicht die Wahrnehmung gestört ist, sondern das Bewußtsein. Berühmtestes Beispiel ist ein Patient, der unter dem Namenskürzel G.Y. immer wieder in der wissenschaftlichen Literatur auftaucht. In seinem rechten Gesichtsfeld ist er blind. Doch wenn er raten soll, wo sich dort eine gelbe Tafel befindet, deutet er fast immer an die richtige Stelle.

Er sieht, weiß aber nicht, daß er sieht.

Paradoxerweise ist unser Bewußtsein zugleich hoch komplex und beschränkt: Sein Fassungsvermögen ist winzig. Es nimmt nicht mehr als sieben Informationseinheiten gleichzeitig auf und verarbeitet maximal 40 Ereignisse pro Sekunde, ein Nichts, verglichen mit der Menge der Informationen, die ständig auf uns einströmen.

Außerdem hinkt es hinter den Ereignissen her: Vom Sinnesreiz bis zur bewußten Wahrnehmung vergehen Bruchteile von Sekunden. Damit wir dennoch das Gefühl von Gegenwart behalten datiert das Bewußtsein unsere Wahrnehmung einfach vor. Spürt unsere Hand eine Berührung, so läuft ein Nervensignal bis zu einer bestimmten Stelle im Gehirn. Reizt man diese Stelle mit einem kleinen Stromstoß, so meinen wir eine Berührung an der Hand zu spüren allerdings etwa eine halbe Sekunde vor dem Stromstoß!

Entsprechendes gilt für unseren Willen: Noch ehe wir uns bewußt werden, daß wir gleich eine Seite umblättern oder zum Teelöffel greifen werden sind im Gehirn die ersten Nervenaktivitäten meßbar. Datiert unser Bewußtsein also unseren Willen einfach zurück? Gaukelt es uns Willensfreiheit vor, wo gar keine besteht?

Bewußtsein also unseren Willen einfach zurück? Gaukelt es uns Willensfreiheit vor, wo gar keine besteht?

Nur ein winziger Teil der Informationen, die auf uns einströmen, erreicht unser Bewußtsein; vermutlich ist nur ein Prozent der Nervenzellen im Gehirn mit bewußtem Erleben beschäftigt: Das Bewußtsein ist ein gigantischer Filter.

Und einer der Filter sagt: Das bin »Ich«. Erst durch unser Bewußtsein werden wir zu einer einheitlichen Person, zu dem, was wir »Ich« nennen.

Der Philosoph Thomas Metzinger meint deshalb auch, daß das Ich in Wirklichkeit gar nicht existiert. Seiner Ansicht nach entsteht die Vorstellung von einem Ich dann, wenn der Organismus beginnt, sein Selbstbild mit der Wirklichkeit zu verwechseln. »Das Ich ist eine Illusion und zwar die beste, die Mutter Natur je erfunden hat. Das Gehirn erzeugt sie, um sich besser in der Welt orientieren zu können.«

Wenn aber sogar das »Ich« nicht wirklich existiert? wer soll dann das Rätsel Bewußtsein je lösen? »Das Bewußtsein«, antwortet der Philosoph Colin McGinn? »wird immer ein Rätsel bleiben.«

## Wunder Genesung

**A**m 17. Mai 1976 brach für die 12 Jahre alte Patientin Delizia Cirolli eine Welt zusammen. Die Ärzte der Universitätsklinik im sizilianischen Catania diagnostizierten Krebs: eine Knochengeschwulst im oberen rechten Schienbein. Dem Mädchen, so hieß es, bleibe noch ein halbes Jahr. Heilungschancen: null.

Im August veranstaltete die Familie eine Wallfahrt nach Lourdes ohne Erfolg. Der Zustand des Kindes verschlimmerte sich weiter, die Mutter nähte schon das Totenhemd.

Plötzlich jedoch, um Weihnachten herum ließ die Schwellung nach, die Schmerzen gingen zurück. Bald konnte das Mädchen seine Beine wieder bewegen, bald alleine laufen, bald zur Schule gehen. Delizia wurde vollkommen gesund. 13 Jahre später hatte sie noch immer keinen Rückfall erlitten, und die katholische Kirche akzeptierte ihre Heilung offiziell als Wunder: das 65. in der Geschichte von Lourdes.

Immer wieder genesen Menschen, die nach medizinischem Ermessen keine Chance haben. Über 1300 solcher Fälle hat das kalifornische Institute of Noetic Sciences bisher gesammelt, und jeder Arzt kennt aus seiner Praxis ein, zwei solcher »Spontanremissionen«, wie die Wunderheilungen genannt werden. Die

unbekannt. Einige vermuten, fiebrige Infekte könnten das Immunsystem gegen den Krebs aktivieren, andere tippen auf körpereigene Zytokine, die für den Informationsfluß zwischen den Abwehrzellen wichtig sind. Wieder andere bringen das Operationstrauma, Bluttransfusionen oder Hormone ins Gespräch. Die häufigste Erklärung lautet aber: Placebo Effekt.

Er ist auch in der Schulmedizin unumstritten: Viele Patienten werden gesund, wenn man ihnen wirkungslose Substanzen verabreicht, sie aber glauben macht, es handle sich um echte Medikamente. Doch auch bei echten Medikamenten läßt sich die Wirkung der Substanz kaum von der des Glaubens trennen: Bei fast jeder konventionellen Behandlung, so ergab eine Untersuchung der American Medical Association, wirkt der Placebo Effekt mit.

Was in solchen Fällen im Körper vor sich geht, darüber können die Wissenschaftler nur spekulieren. Zu kompliziert sind die Verflechtungen von Immunsystem, Hormonen und Gehirn: Die Hormone beeinflussen das Immunsystem, beide zusammen verän-

dern den Geist, und der wiederum steuert Körper und Immunsystem. Ständig ist dieses komplizierte System Anfeindungen ausgesetzt: Bakterien fallen ein, Viren attackieren es, kosmische Strahlung und chemische Substanzen wirken zerstörerisch. Dauernd entarten Zellen zu Krebszellen. Doch in fast 100 Prozent der Fälle wird ihre



**Genesung: Im bayerischen Wallfahrtsort Altötting bezeugen Hunderte von Votivtafeln sogenannte Wunderheilungen. Die Medizin kann uns dieses Phänomen nicht erklären.**

Ausbreitung gestoppt, ehe wir etwas von ihrer Existenz erfahren: Das eigentliche Wunder ist, daß die meisten von uns gesund bleiben.

Vielleicht wirken ja in jedem Gesunden ständig dieselben Kräfte die in ihrer extremen Ausprägung Wunderhei-

lungen verursachen? Dann wären wir lebende Beweise eines kontinuierlichen Wunders. »Wer nicht an

Wunder glaubt«, sagt der Nürnberger Krebspezialist Walter Gallmeier, »der ist kein Realist.«

## Doigts de Saint Nicolas

200 g Butter  
 200 g Staubzucker  
 4 Eigelb  
 1 Päckli Vanillezucker  
 Saft und Schale von 1/2 Zitrone  
 1/2 dl Rahm  
 1 Gläschen Kirsch  
 300 g Mehl  
 50 g Maizena  
 50 g Mandeln, ganz



**D**ie weiche Butter mit dem Staubzucker und den Eigelb sehr schaumig rühren. Vanillezucker, Zitronensaft und Schale, Rahm, Kirsch und anschliessend das abgeseibte Mehl und Maizena zufügen. Die Masse mit dem Spritzsack und Lochtülle fingerlang auf die bebutterte Rückseite eines Kuchenblechs spritzen. Jeden "Finger" mit einer Mandel belegen. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 200° 12-15 Minuten backen .

*Handschuhe: Was ist naheliegender, als die "Doigts de Saint Nicolas" in warmen Fausthandschuhen zu verschenken. Nehmen Sie verschieden farbige Schnellstrickwolle und stricken Sie dicke Rippen. Die Guetzli verpacken Sie eventuell in einen Cellophansack, bevor Sie sie in die Handschuhe stecken.*

## Künstlicher Patient für Ärzte

**D**iese Puppe hat es in sich. Unter der Brust pocht ein Herz, die Lunge hebt und senkt den Brustkorb, sogar urinieren kann sie. »Stan«, so



An einer Hightech-Puppe lernen Ärzte verschiedene Behandlungen. Computer machen Fehler sichtbar.

der Name dieses Gummi Mannes, kann plötzlich todkrank werden und sterben, wenn die Ärzte nicht schnell genug die richtige Diagnose finden und entsprechende Gegenmaßnahmen einleiten. Immer mehr US Universitäten und

Krankenhäuser lassen junge Ärzte ihre ersten praktischen Erfahrungen an dieser HighTechPuppe sammeln. Das Übungsgerät ist mit einem Computer verbunden und registriert gnadenlos jeden Fehler. Es gibt kaum eine Krankheit, die mit Stan nicht simuliert werden kann. Das Repertoire reicht von Krebs über Herzinfarkt und Lungenembolie bis zu den unterschiedlichsten Infektionen. Der medizinische Nachwuchs übt an ihm die Herzmassage, das Induzieren, Einführen eines Blasenkatheters und das Spritzen. Die Ader richtig zu treffen reicht aber nicht. Auch das Medikament muß richtig gewählt sein, sonst könnte Stan Herzrasen kriegen oder in einen Schock fallen.

## Zitat

**Aus manchen schwierigen Lebenslagen kann man sich nur mit ein wenig Tollheit retten.**

# **ALLE SECHS WOCHEN EINE NEUE LEBER**

**Der menschliche Organismus - ein Universum von Zellen, Molekülen und Atomen. 100 000 Milliarden Zellen arbeiten im menschlichen Körper, 15 000mal soviel, wie Menschen auf der Erde leben. Allein die Armee unseres Immunsystems verfügt über 1000 Milliarden Lymphozyten sowie 100 Trillionen spezielle Moleküle, sogenannte Antikörper, die bei einer Invasion von Fremdorganismen wie Abwehrraketen gegen sie abgeschossen werden.**

**Ohne Rast verändert sich diese unüberschaubare biologische Gesellschaft: Etwa sieben Millionen Zellen produziert der Körper jede einzelne Sekunde neu. 600 Milliarden Mitglieder scheiden täglich aus dem Konzern Körper aus; ebenso viele Zellen werden jeden Tag neu gebildet und reibungslos in das physiologische Geschehen einbezogen.**

**Die 1028 Atome, die den Körper bilden, sind flüchtig wie die Zeit. Sie kommen und gehen und schaffen unser Fleisch und Blut immer wieder neu: fast alle 24 Stunden eine neue Bauchspeicheldrüse, alle drei Tage eine neue MagenDarmSchleimhaut, alle sechs Wochen eine neue Leber, jeden Monat eine neue Haut, alle paar Monate ein vollständig neues Skelettsystem. Lautlos und ohne Anstrengung vollzieht sich dieser biologische Tanz, der uns 25 000mal am Tag atmen und unser Herz 100 000 mal am Tag schlagen läßt.**

## **Impressum**

Redaktion: Susanne und Ruedi Eichenberger  
Winkelstrasse 49, 5505 Brunegg

Vielen Dank: Alex Wolfensberger, Gränichen, für die Hilfe am Computer  
Allen, die uns Beiträge zukommen liessen