



ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND
LANDESVERBAND BURGENLAND

Die Informationszeitschrift des Herzverbandes Burgenland

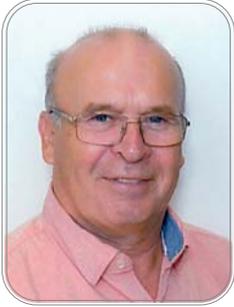
HERZ JOURNAL

Ausgabe Nr. 21 / November 2024



Foto: © Herzverband-H.Unger

**Herbstreise führte uns an die Cote d'Azur!
- Herzburgenland-Radler wieder auf Platz 1 -**



Liebe Mitglieder und Freunde des Burgenländischen Herzverbandes!

*„Wir könnten viel, wenn wir
zusammenstünden.“ - sagte
schon Friedrich Schiller.*

Daher machten wir uns im Frühjahr 2023 Gedanken, wie auch unsere Mitglieder, welchen die Teilnahme an den sportlichen Aktivitäten des Vereines nicht mehr möglich ist, aktiv am Vereinsleben teilnehmen könnten.

Im Zuge des Gesprächs kam uns der Gedanke, eine Spielegruppe (Gesellschaftsspiele) zu gründen und einmal im Monat einen Spielenachmittag zu veranstalten. Ein solcher Nachmittag würde für die Mitglieder eine Abwechslung sein, Raum und Zeit für gute Gespräche bieten und der Vereinsamung entgegenwirken. Spiele wären außerdem ein gutes Gedächtnistraining und sollten die Kommunikation, das Vertrauen sowie die Zusammenarbeit fördern.

In der Folge konnten wir Rudi für die Funktion des Spielers gewinnen und er macht seine Arbeit hervorragend. Mittlerweile wird der Spielenachmittag sehr gut von unseren Mitgliedern angenommen und die Zahl der Teilnehmer wächst.

In einer Gemeinschaft sind wir nicht allein. Wenn wir uns mit Gleichgesinnten zusammenschließen, können wir uns gegenseitig ermutigen, auch in schwierigen Zeiten nicht aufzugeben und das soziale Gefüge wird gestärkt. Wir danken allen unseren ehrenamtlichen Gruppenleiterinnen für ihre hervorragende Arbeit.

Bis zu unserem nächsten Wiedersehen
alles Gute für euch und eure Familien
- und bleibt uns gesund.



Andreas Unger
Präsident des
Burgenländischen Herzverbandes

Lesen Sie unter anderem in dieser Ausgabe:

Inhalt:	Seite:
Nur ein Herzschlag bis zur Diagnose	3 - 4
Rückblick - Radsaison 2024	5
Weihnachtsfeier - Einladung	7
Rückblick - Herbstreise Nizza	8 - 9
Herzschwäche: Funktioniert ihre „Pumpe“ richtig	10
Lungenhochdruck belastet das Herz	11
Polyneuropathie: Symptome, Ursachen, Behandlung	14 - 17
Ärztlicher Beirat und Wünsche	18

Informationen auf:

www.herzburgenland.at

TIPPS:

Um wichtige Informationen nicht
zu verpassen - **bitte regelmäßig**
eure **E-MAILS** durchschauen!

Impressum

Herausgeber:

Österreichischer Herzverband, Landesverband Burgenland
7142 Illmitz, Schellgasse 31, ZVR: 1353290057

Redaktion: Helga Unger-Steinko

Bilder: Bildmaterial von den Autoren bzw. von der Redaktion

Offenlegung:

Die Zeitschrift „Burgenländisches Herz-Journal“ ist das offizielle Organ des Burgenländischen Herzverbandes. Für die Berichterstattung sind die Statuten und Zielsetzungen des Burgenländischen Landesverbandes bindend. Die darin veröffentlichten Beiträge decken sich nicht zwangsläufig mit der Meinung des Österreichischen Herzverbandes.

Medieninhaber, Verleger und Druck:

Schmidbauer GmbH, 7400 Oberwart, Wiener Straße 103

Nur ein Herzschlag bis zur Diagnose

Schmerzfremde Untersuchungen für Patienten mit Verdacht auf Herzinfarkt



Das ist ein Beitrag des Herzverbandes Kärnten. Selbstverständlich gibt es diese Behandlungsmöglichkeiten auch im Burgenland.

Prof. Dr. Dr. Bernhard Petritsch (39) ist seit 1. Januar neuer Institutsvorstand der Diagnostischen und Interventionellen Radiologie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee. Er folgt Prim. Univ.-Prof. Dr. Klaus Hausegger, der die Pension antrat. Einer der Schwerpunkte von Dr. Petritsch: die Bildgebung am Herzen und den Gefäßen.

Herz-Kreislaufkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall oder Erkrankungen der Aorta sind Todesursache Nummer eins in den westlichen Industriestaaten. „Eine frühe Diagnose von kardiovaskulären Pathologien ist entscheidend, um möglichen schwerwiegenden Folgen, wie einem Herzinfarkt, gezielt vorbeugen zu können“, erklärt Prim. Prof. Dr. Dr. Bernhard Petritsch. Daher zählt die Bildgebung des Herzens auch zu seinen Schwerpunkten. „Man kann sagen, es ist mir eine Herzensangelegenheit“, sagt der Institutsvorstand der Diagnostischen und Interventionellen Radiologie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee.

Eine seiner Patientinnen mit einer Herzerkrankung ist erst 38 Jahre alt. „Ich kam von einer Urlaubsreise zurück. Noch am Flughafen verspürte ich einen Druckschmerz in der Brust. Gleichzeitig war mir übel und ich konnte nur mehr oberflächlich atmen. Zudem war ich unglaublich schwach“, berichtet Raffaella D. von ihren Symptomen. Doch anstatt so rasch wie möglich das Krankenhaus aufzusuchen, fuhr sie nach Hause. „Ich dachte, ich hätte mich durch die Klimaanlage im Hotelzimmer verkühlt oder mir eine Verspannung zugezogen. Mit 38 Jahren verdrängt man wohl den Gedanken an einen Herzinfarkt“, sagt D. nachdenklich.

Kardio-CT

Erst am nächsten Morgen, als sich ihr Zustand nicht verbesserte, meldete sie sich in der Notfallaufnahme des Klinikum Klagenfurt am Wörthersee. Dort machte man sofort eine Laboruntersuchung, ein EKG und eine Echokardiografie. Sowohl EKG als auch die Echokardiografie waren unauffällig. „Aber die Laborwerte zeigten einen erhöhten Infarktmarker“, blickt Petritsch in die Krankenakte. Er und sein Team übernahmen nun die weiteren Untersuchungen bei Raffaella D.

„Als ersten Schritt wurde eine Kardio-Computertomografie gemacht – dies erfolgt routinemäßig zweifach. Einmal mit und einmal ohne Kontrastmittel“, so Petritsch. Um eine möglichst niedrige Herzfrequenz und gleichzeitig aber erweiterte Gefäße zu erreichen, wurde D. ein kurzwirksamer Betablocker und ein Nitro-Spray verabreicht. „Dies alles ist wichtig, um möglichst scharfe Bilder des schlagenden Herzens zu erhalten“, erklärt der Chef-Radiologe. Dann ging für D. alles ganz

schnell. Innerhalb nur eines Herzschlages, in wenigen Bruchteilen einer Sekunde, wurde das Herz untersucht. Das erste Ergebnis: Unauffällig. Petritsch: „Die Herzkranzgefäße zeigten keine Verkalkungen, damit bestätigte sich uns auch, dass die Patientin grundsätzlich ein sehr niedriges Risiko für einen Herzinfarkt hatte.“

Doch - Was verursachte nun die Symptome? Und, warum waren die Infarktmarker erhöht? „Um dies endgültig zu klären, führten wir die Untersuchung nochmal durch. Diesmal mit Kontrastmittel“, sagt Petritsch.

Nun zeigte sich tatsächlich eine subtile Engstelle in einem Koronargefäß. Das Besondere daran: „Es handelte sich dabei um einen sogenannten Vasospasmus. Das heißt, aufgrund einer genetischen Komponente zog sich das Gefäß wie ein Gummiband zusammen. Das ist sehr, sehr selten“, erklärt Petritsch, der nun überprüfen musste wie groß der Infarkt tatsächlich war und wie weit er sich ausdehnte. Wesentlich dabei sind die Fragen wie kräftig das Herz pumpt oder ob Gewebe bereits vernarbt ist.

Kardio-MRT

Um darauf Antworten zu finden, ist eine funktionelle Bildgebung, also eine Magnetresonanztomografie (MRT) notwendig. Im Gegensatz zur Kardio-CT, die nur wenige Minuten dauert, musste Raffaella D. nun rund 30 Minuten in die Röhre. „Das war mir natürlich schon unangenehm, aber ich wusste, dass es nötig ist“, gesteht die 38-Jährige, die zu diesem Zeitpunkt aber erleichtert darüber war, zu wissen woher ihre Symptome kommen und das man ihr helfen kann.

„Wie schon bei der Untersuchung mit der Kardio-CT



gab es auch in der MRT Aufnahmen mit und ohne Kontrastmittel“, erklärt Petritsch, der die Ergebnisse persönlich mit seiner Patientin besprach. „Wir Radiologen sind bemüht unsere Befunde an Patienten zu kommunizieren“, betont er. So ist es für Betroffene etwa ganz wichtig, die Bilder ihrer Untersuchung zu sehen und dabei selbst klar zu erkennen, wie es um die Gefäße bzw. das Herz bestellt ist. „Dadurch wird unter anderem die Compliance bei der Therapie gestärkt“, so der neue Primarius.

Medikamente

„Sie haben zum Glück nur einen kleinen Infarkt erlitten“, teilte Petritsch Raffaella D. mit. Eine Therapie ist mit speziellen Medikamenten möglich, die künftig Vasospasmen, also das Zusammenziehen von Gefäßen, verhindern.“ Kontrollen und Anpassungen der Medikamentendosis werden von den Spezialisten der Kardiologie durchgeführt. „Ich habe mich bei Primarius Petritsch und seinem Team in jedem Augenblick der Untersuchungen sehr sicher und gut aufgehoben gefühlt“, erzählt die 38-Jährige. Vor allem durch das intensive persönliche Gespräch mit dem Institutsvorstand ist Raffaella D. bewusst, dass „ich meine Therapie konsequent einnehmen und auf keinen Fall absetzen werde.“ Außerdem ist sie erleichtert, dass sie durch ihre Erkrankung nicht in ihrem Alltagsleben eingeschränkt ist. „Ich kann arbeiten, Sport betreiben, ich kann zu 100 % leben“, freut sie sich.

Schmerzfrei und nicht invasiv

Was sie rückblickend auch schätzt: „Alle Untersuchungen am Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie waren für sie schmerzfrei und nicht invasiv – also ohne großen Stich oder Schnitt in die Haut. „Diese Art von Diagnose und Behandlung können wir

allen Patienten mit einem geringen und mittleren Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen, wie den Herzinfarkt anbieten“, betont Petritsch. Patientinnen und Patienten mit einem hohen bzw. sehr hohen Risiko werden indessen zu Abklärung und Therapie in der Regel direkt weiter zu den Kardiologen geschickt. Der große Vorteil für diese Patientengruppe: Im kardiologischen Katheterlabor kann ein verstopftes Gefäß mit einem kleinen Ballon und / oder Stent wiedereröffnet werden. Petritsch: „Es gibt also eine unmittelbare Therapieoption.“

Eine weitere Behandlungsmöglichkeit bei einem Herzinfarkt ist zudem eine Bypassoperation, die an der Abteilung für Herz-Thorax- und Gefäßchirurgie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee angeboten wird.

Klinikum Klagenfurt ist „Zentrum für Kardiovaskuläre Bildgebung“

Wo Spitzenleistungen der Diagnostischen und Interventionellen Radiologie, der Kardiologie und der Herz-Thorax-Gefäßchirurgie ineinandergreifen: Ein solcher Ort ist das Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, das für seine hohe Qualität im Bereich der bildgebenden Diagnostik Ende Mai von der Deutschen-Röntgen-Gesellschaft (DRG) als „Zentrum für Kardiovaskuläre Bildgebung“ ausgezeichnet wurde. „Wir freuen uns, diese Auszeichnung als erstes Krankenhaus in Österreich entgegennehmen zu dürfen“, sagt Prim. Prof. Dr. Dr. Bernhard Petritsch, Institutsvorstand der Diagnostischen und Interventionellen Radiologie.



In enger Kooperation mit den Abteilungen für Innere Medizin und Kardiologie sowie für Herz-, Thorax- und

Gefäßchirurgie, führt das Institut jährlich rund 3800 kardiovaskuläre MRT und CT-Untersuchungen durch. Petritsch: „Im interdisziplinären Team, das über eine hohe Expertise verfügt, werden die Bilder besprochen und eine optimale Behandlung für die Patienten eingeleitet. Im Klinikum arbeiten wir fächerübergreifend

Hand in Hand und bieten so unseren Patienten die bestmögliche Diagnose- und Behandlungsqualität, was nun mit der Zertifizierung zum Ausdruck gebracht wurde.“

Artikel und Fotos zur Verfügung gestellt vom Herzverband für Kärnten, Ausgabe Nr. 142 / 3. Quartal

Rückblick: Radsiege erreicht, Bewegung war das Ziel!

Gratulation, wir haben es 2024 gemeinsam wieder geschafft.

Zwei erste Plätze in unserer Gruppe (61,62 % unserer Mitglieder sind mitgeradelt.)

**Erster Platz bei Burgenland radelt.
Erster Platz bei Österreich radelt.**

Ich hoffe ihr macht nächstes Jahr wieder mit, den sonntäglichen Aufruf kann ich euch allerdings nicht ersparen. Danke im Voraus für die prompte Information wie bisher.

Abschließend die Information für künftige Mitradler. Nicht die Kilometer sind für unseren Sieg in unserer Gruppe (201 – 1000 Teilnehmende) entscheidend, sondern die Teilnehmeranzahl. Ich, bescheiden wie ich bin, träume von einer Quote von 70%.

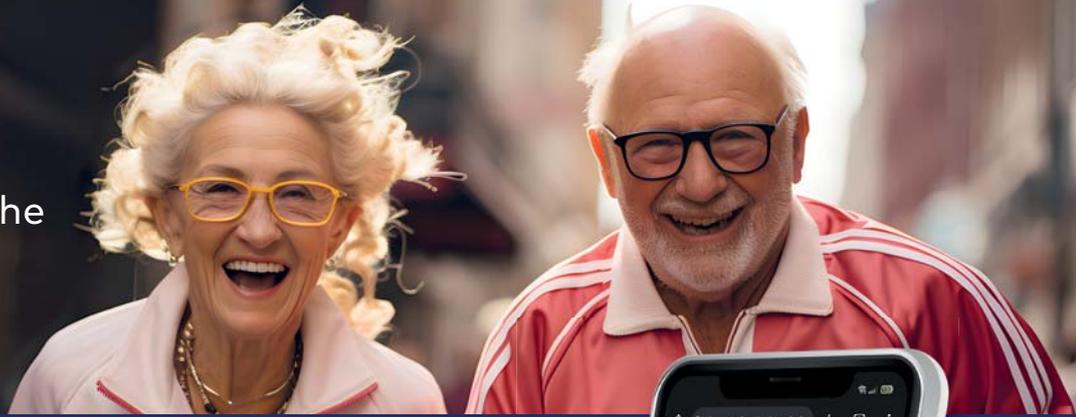
Alles Gute und bleibt´s gesund bis nächstes Jahr.
Walter



Fotos: © Herzverband
H.Unger / W. Samu



www.herzstark.at
Das Patientenportal
rund um Herzschwäche
und Cholesterin



CHOLESTERIN VERSTEHEN

Zu hohes Cholesterin im Blut kann schwerwiegende gesundheitliche Beschwerden zur Folge haben.

Auf **www.herzstark.at** geben Patienten Einblick, wie erhöhtes Cholesterin ihr Leben grundlegend verändert hat.



„Wer hat Sie über Ihren persönlichen LDL-Cholesterin Zielwert informiert?„

„Ist Ihnen bewusst, dass es sich um eine lebenslange Therapie handelt?„

„Wann wurde Ihnen klar, dass Ihr LDL-Cholesterin gesenkt werden muss?„

„War Ihnen die negative Auswirkung von erhöhtem LDL-Cholesterin bewusst?„



www.herzstark.at



Herr Durakovic erzählt seine Geschichte

LINK ZU DEN
VIDEOS



Herr Baumann erzählt seine Geschichte



Einladung zur Weihnachtsfeier

Liebes Mitglied,
wir wollen Dir für Deine Treue zum Herzverband unseren Dank aussprechen und freuen uns auf eine schöne Feier mit Dir.

Andreas Unger und der Vorstand

Datum: Samstag, 7. Dezember 2024

Beginn: 11:30 Uhr

Ort: Gasthaus Frank, Stiftsgasse 2, Mönchhof

Liebe Bäckerinnen und Bäcker,
gerne nehmen wir wieder **Mehlspeisen** an. Damit wir nichts verschwenden müssen und trotzdem ein vielfältiges Angebot bieten können ersuche ich um **Bekanntgabe WAS und von WEM**. Bitte geschnitten bringen – und wirklich **nur angemeldete** Schnitten, Schaumrollen usw.

Bei Andreas oder Helga: 0699 19224882 - Vielen Dank!

Anmeldung bis 3.12.2024 unter: 0699 10300308 (Andreas)

PINTER
Goldschmiede Uhren
www.juwelier-pinter.at



UNTERE HAUPTSTRASSE 56 • 7100 NEUSIEDL/SEE
FRANZISKANERSTRASSE 21 • 7132 FRAUENKIRCHEN

In unserer eigenen Werkstatt entwerfen und fertigen

wir mit Liebe Ihr ganz

persönliches

Schmuckstück!



Rückblick: Herbst an der Cote d'Azur – ein besonderes Erlebnis!



Bei fast (kleine „Tröpferei“ am Abend des 2. Tages) traumhaftem Wetter verbrachten wir unsere Tage an der azurblauen Küste.

Beeindruckt von der umwerfenden Landschaft vergaßen wir dabei die Anstrengungen der Fußmärsche. Monaco und Monte Carlo am letzten Tag waren für mich besonders beeindruckend - na ja, das Künstlerdorf Saint Paul de Vence war auch großartig und die Villa Rothschild mit seiner Parkanlage – und überhaupt ALLES und auch die Parfumbabrik. Schade, dass nicht mehr diese tolle Reise mitmachen konnten. Es war wie immer ganz super.

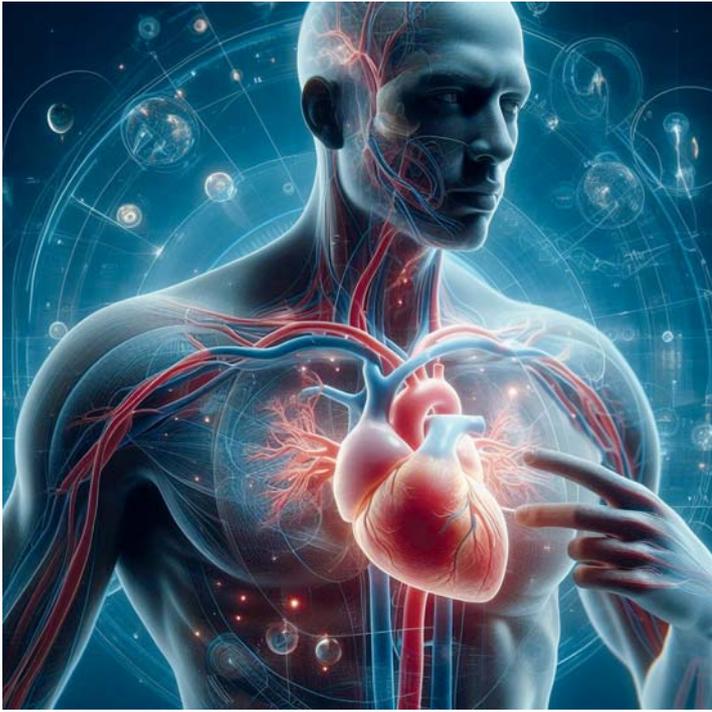
Wilma Samu





Fotos: W. Samu,
A. & H. Unger
© Herzverband

Herzschwäche: Funktioniert ihre „Pumpe“ richtig?



Rund 300.000 Österreicher leiden unter einer Herzinsuffizienz, das heißt einer Schwäche der „Lebenspumpe“. Lesen Sie hier, wie es dazu kommen kann, dass die Leistungsfähigkeit des lebenswichtigen Organs sinkt und welche Symptome auf die Erkrankung hinweisen.

Ein gesundes Herz pumpt pro Minute etwa fünf Liter Blut durch die Gefäße, um jede Zelle des Körpers ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. Bei einer Insuffizienz, auch Herzschwäche oder Herzmuskelschwäche genannt, ist die Leistung des Organs eingeschränkt, und es kann nicht mehr ausreichend Blut und damit Sauerstoff in den Kreislauf transportieren.

Während dieser Zustand bei einer akuten Herzschwäche innerhalb von Minuten oder Stunden auftritt, beginnt die chronische Form meist schleichend, hat mitunter jedoch ebenfalls lebensbedrohliche Folgen. Vor allem ältere Menschen nehmen die ersten Beschwerden häufig nicht ernst.

Symptome erkennen

Diese sind anfangs meist unspezifisch und zeigen sich als nachlassende Leistungsfähigkeit, etwa beim Sport oder Treppensteigen. Betroffene sind rascher erschöpft, müssen häufiger Pausen einlegen und spüren Atemnot. Weitere Beschwerden: Müdigkeit, niedriger Blutdruck, Herzasen, aber auch Schlafstörungen und schließlich Wasseransammlungen im Gewebe (Ödeme) und Gewichtszunahme. Auslöser können vielfältig sein. Die Ursache für ein akutes Versagen der Pumpleistung kann etwa ein Infarkt sein, wodurch der Herzmuskel teilweise von der Sauerstoffversorgung abgeschnitten ist.

Sehr häufig liegt ein langjähriger, unbehandelter Bluthochdruck oder eine Verkalkung der Herzkranzgefäße (koronare Herzkrankheit) vor. Ebenso möglich sind Erkrankungen der Klappen oder dauerhafte Rhythmusstörungen (wie Vorhofflimmern). Auch eine Entzündung des Herzmuskels (Myokarditis) - etwa als Folge einer Virusinfektion - kann die „Pumpe“ schwächen. Dies betrifft vermehrt junge Menschen, die zum Beispiel eine Grippe nicht genügend auskurieren.

Die häufigsten Risikofaktoren

Ein entscheidender Aspekt für das Auftreten einer Herzschwäche ist das Alter. Ab etwa 40 Jahren nimmt das Risiko stetig zu. Weitere Faktoren sind starkes Übergewicht (Adipositas), Diabetes mellitus, Nierenschwäche, starker Alkoholkonsum oder körperliche Inaktivität. Eine chronische Herzinsuffizienz, die nicht erkannt und behandelt wird, schreitet weiter voran und kann sich irgendwann zu einem akuten Notfall entwickeln. Bei frühzeitiger Therapie lässt sich hingegen der Krankheitsverlauf bremsen und die Lebensqualität der Patienten lange erhalten.

Wichtige Säulen der Therapie

Die Behandlung zielt in erster Linie darauf ab, die Beschwerden der Betroffenen zu lindern und die Sterblichkeit zu verringern. Dafür ist entscheidend, wie weit die Herzinsuffizienz bereits fortgeschritten ist und welche Erkrankung dieser zugrunde liegt. Die wichtigsten Säulen sind medikamentöse Behandlung (Arzneien sollen das Herz entlasten und schützen), Anpassung des Lebensstils (nicht rauchen, Alkohol meiden, Übergewicht abbauen) sowie Bewegungstherapie. Mitunter ist es nötig, Unterstützungssysteme zu implantieren, um etwa mithilfe von elektrischen Signalen dafür zu sorgen, dass das Herz regelmäßig schlägt.

<https://www.msn.com/de-at/nachrichten/other-herzschw%C3%A4che-funktioniert-ihre-pumpe-richtig/ar-AA1ibQ7h>

Von Roland Weißsteiner - 29. Januar 2024
www.herzverband.at - Foto: Pixabay

Herzverband-Keegelgruppe
Wir trainieren regelmäßig
mit Freude unsere „Pumpe“.

Foto: Wilma Samu



Lungenhochdruck belastet das Herz



Bei einem Lungenhochdruck (Pulmonale Hypertonie) sind die Blutgefäße zwischen Herz und Lunge verengt. Dadurch steigt der Druck in der Lunge. Das Herz pumpt mit großer Kraft gegen den Druck an und wird dadurch immer schwächer.

Lungenhochdruck: Oft diffuse Symptome

Die Symptome des Lungenhochdrucks sind vielfältig und oft unspezifisch:

- geringe körperliche Belastbarkeit
- Leistungsschwäche
- Kurzatmigkeit
- Atemnot bis zur Ohnmacht bei körperlicher Anstrengung
- Brustschmerzen
- Wasseransammlungen (Ödeme) in den Beinen

Das sind die Ursachen von Lungenhochdruck

Mögliche Auslöser für einen Lungenhochdruck sind:

- Lungenfibrose
- chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)
- Erkrankungen des linken Herzens, beispielsweise Herzklappenfehler
- Bindegewebserkrankungen wie CREST-Syndrom oder Sklerodermie
- verstopfte Lungengefäße (Embolie)
- HIV-Infektion
- Lebererkrankungen
- Bilharziose

Diagnose: EKG kann Hinweise geben

Eine EKG-Untersuchung des Herzens kann Hinweise auf einen Lungenhochdruck geben. Auch auf einem Röntgenbild des Brustkorbs können Veränderungen am Herz und an den Lungengefäßen erkennbar sein. Beide Methoden sind aber nicht beweisend. Zur verlässlichen Diagnostik gehören eine Ultraschalluntersuchung des Herzens (transthorakale Echokardiografie) und ein CT-Bild des Brustkorbs. Um die Diagnose zu bestätigen, ist zudem eine Herzkatheteruntersuchung nötig. Dabei wird der Blutdruck im Lungenkreislauf gemessen.

Behandlung von Auslöser abhängig

Die Behandlung des Lungenhochdrucks hängt vor allem davon ab, welche Erkrankung der Auslöser ist. Oft werden Medikamente eingesetzt, die die Atemwege erweitern (Endothelin-Antagonisten) und entwässernde Medikamente (Diuretika).



<https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Lungenhochdruck-belastet-das-Herz,lungenhochdruck100.html>
Von Roland Weißsteiner - 29. Januar 2024
www.herzverband.at - Fotos: Pixabay

Mitteilung in eigener Sache:



Im Namen des Burgenländischen Herzverbandes bedanken wir uns ganz herzlich für die großzügigen Spenden (anstatt Kranz und Blumen-spenden) anlässlich des Ablebens von Henriette Paar.



Danke nochmals für die großzügige Unterstützung.



Bestellung vor Ort:



BOSCH + SOHN **boso**

3 x Bestes Oberarm-Blutdruckmessgerät

bosomedicus X – Stiftung Warentest 5/2016, 11/2018, 9/2020

Speicher für 30 Messwerte und Auswertung des Blutdrucks. Bedienung ganz einfach über eine einzige Taste.

Premium-Blutdruckmessgeräte von boso erkennen eventuelle Herzrythmusstörungen (z.B. Extrasystolen, Vorhofflimmern etc.).

EUR 67,90
unverb. Preisempfehlung

Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel.

Herzsportgruppen und Aktivitäten

Das Training der Herzsportgruppe **Frauenkirchen** findet immer am Dienstag von **16:45 bis 17:45 Uhr** im Schulzentrum statt.

Termine:

Jänner: 7., 14., 21. und 28.
Februar: 4., 18. und 25.
März: 4., 11., 18. und 25.

Das Training der Herzsportgruppe **Bruckneudorf** findet immer am Dienstag von **17 bis 18 Uhr** in der VS „ERBSE“ statt.

Termine:

Jänner: 7., 14., 21. und 28.
Februar: 4., 18. und 25.
März: 4., 11., 18. und 25.

KEGELN in Frauenkirchen Annuskas Stadtcafe, Kirchenplatz 27 Gut Holz am Mittwoch!

Jede zweite Woche - **MITTWOCH** von **16 bis 18 Uhr**
Gruppenleiterin: Helga Foki - Anmeldung nicht erforderlich.



Information bei
Andreas Unger:

Tel.Nr.: 0699 10300308

Mitteilung in eigener Sache:

Liebe Mitglieder,
da dies unsere letzte Zeitung für heuer ist wollen wir noch einmal **allen Spendern** herzlich danken.

Besonders den fleißigen Helfern, die den **Flohmarkt in Frauenkirchen**, Hauptstraße 2, betreiben:
Maria Lamster (0664/3510917 für Fragen zum Flohmarkt), Ulli Tairych und Ingrid Zwinger.

Öffnungszeiten Mittwoch und Freitag von 15 bis 18 Uhr und Samstag von 9 bis 12 Uhr.
Alle sind herzlich eingeladen auch einmal vorbeizuschauen. Der Reinerlös kommt dem Roten Kreuz und auch dem Burgenländischen Herzverband zugute. Danke!

Zugang zum Burgenländischen Herzverband noch einfacher möglich durch QR- Codes:



facebook



Homepage



Mitglied werden

Polyneuropathie: Symptome, Ursachen und Behandlung

Bei einer Polyneuropathie kommt es zu Missempfindungen wie Kribbeln oder Brennen in den betroffenen Körperteilen, meist in Füßen und Beinen. Welche Symptome können noch auftreten, was sind Ursachen und wie erfolgt die Behandlung bei Polyneuropathie? Dieser Text entspricht den Vorgaben der ärztlichen Fachliteratur, medizinischen Leitlinien sowie aktuellen Studien und wurde von Mediziner*innen geprüft.

Wie äußert sich eine Polyneuropathie?

Eine Polyneuropathie kann sich durch viele Symptome äußern. Typisch sind Empfindungsstörungen wie etwa Brennen, Kribbeln und Ameisenlaufen sowie ein gestörtes Kälte- und Wärmeempfinden. Aber auch Schmerzen in den betroffenen Körperbereichen, wie Füßen oder Beinen, sind möglich. Je nach Form und betroffenen Nerven können noch viele weitere Beschwerden auftreten.

Warum bekommt man Polyneuropathie? Ist eine Polyneuropathie heilbar?

Was ist Polyneuropathie?

Bei einer Polyneuropathie ist ein Teil des Nervensystems in seiner Funktion gestört. Die Symptome betreffen in der Regel die Nerven des peripheren Nervensystems. Also den Teil des Nervensystems, der außerhalb von Gehirn und Rückenmark liegt. Darunter fallen Nervenverbindungen in Füßen, Beinen, Händen und Armen, aber auch in inneren Organen oder im Gesicht. Die peripheren Nerven verbinden diese Be-



reiche mit dem Gehirn und leiten körperliche Empfindungen weiter. Da die Nervenzellen Schaden genommen haben, kommt es bei einer Polyneuropathie zu Problemen bei der Reizweiterleitung. Als Folge signalisieren die betroffenen Nervenzellen unter Umständen fälschlicherweise, dass Schmerzen bestehen oder sie senden kein Schmerzsignal, obwohl beispielsweise eine Verletzung vorliegt. Sowohl die Symptome als auch der Verlauf der Polyneuropathie können sehr unterschiedlich sein – je nachdem, welche Ursache die Nervenkrankheit hat und welche Nerven betroffen sind. Schätzungen zufolge leidet etwa eine von 2.000 Personen weltweit unter der Nervenkrankheit.

Polyneuropathie: Welche Symptome sind möglich?

Eine Polyneuropathie kann sich auf unterschiedliche Weise bemerkbar machen. Beschwerden treten vor allem in Zehen, Füßen und Beinen, seltener auch in den Fingern, Händen und Armen auf. Die Symptome können sowohl das Fühlen

als auch Muskelkraft oder Bewegung betreffen. Missempfindungen wie Kribbeln in den Beinen, aber auch Wadenkrämpfe kommen bei Polyneuropathie häufig vor. Schmerzen treten bei etwa jeder zweiten betroffenen Person auf.

Viele Erkrankte nehmen Temperatur wie Hitze oder Kälte und Schmerzen in den betroffenen Bereichen schwächer oder gar nicht wahr. Das kann zum Beispiel dazu führen, dass sie sich unbemerkt verbrennen oder verletzen. Die Symptome sind unterschiedlich.

Symptome bei erworbener Polyneuropathie

Bei einer erworbenen Polyneuropathie können folgende Symptome auftreten:

- * Kribbeln (sogenanntes Ameisenlaufen), meist in den Beinen
- * pelziges oder taubes Gefühl glühend-brennende Schmerzen, teilweise auch nach leichter Berührung oder Kontakt mit Kleidung stechendes, elektrisierendes Gefühl
- * Juckreiz
- * eingeschnürtes Gefühl (z. B. an den Füßen)
- * Gefühl, ein zusätzliches Paar Socken oder Strümpfe zu tragen und wattiges Gefühl beim Gehen
- * unangenehmes Druckgefühl
- * Schwellungsgefühl bzw. (nächtliche) Wadenkrämpfe
- * Muskelzucken, auch Zucken kleinster Muskelgruppen (Faszikulationen)
- * Bewegungsunruhe der Beine (Restless-Legs-Syndrom)
- * Muskelschwäche oder Muskelschwund
- * Gangunsicherheit
- * Kälte- oder Wärmemissempfinden
- * schmerzlose Wunden

Bei einer **Sonderform**, der autonomen Polyneuropathie, ist auch das vegetative Nervensystem in Mitleidenschaft gezogen. Betroffene zeigen dann zusätzlich Symptome wie:

- * Herzrhythmusstörungen
- * Blutdruckregulationsstörungen mit Schwindel und Übelkeit
- * Störungen der Magenentleerung
- * Beeinträchtigung der Darmbewegung mit Durchfall oder Verstopfung
- * Störungen der Blasenentleerung bzw. Impotenz

Angeborene Polyneuropathie: Mögliche Symptome

Angeborene Formen von Polyneuropathie kommen selten vor. Hierbei treten dieselben Symptome auf, wie bei den erworbenen Formen. Darüber hinaus können noch weitere Symptome hinzukommen, wie beispielsweise:

- * eingengter Nerv des Handgelenks (Karpaltunnelsyndrom)
- * tastbar verdickte Nervenstränge

- * Nachtblindheit und Erblindung
- * Taubheit und/oder spastische Lähmungen
- * epileptische Anfälle
- * Lichtüberempfindlichkeit
- * kolikartige Bauchschmerzen
- * Gelenkverformungen und/oder Hautveränderungen
- * Gang- und Sprachstörungen
- * Erregungszustände und/oder Halluzinationen

Polyneuropathie: Welche Ursachen kommen infrage?

Eine Polyneuropathie kann viele Ursachen haben:

- * Am häufigsten entsteht die Erkrankung im Rahmen eines Diabetes mellitus oder als Folge von Alkoholismus.
- * Wird die Krankheit vererbt, handelt es sich um eine angeborene Polyneuropathie.
- * Lässt sich keine Ursachen herausfinden, sprechen Fachleute von einer idiopathischen Polyneuropathie.

Diabetische Neuropathie: Diabetes mellitus als Ursache

Die häufigste Ursache ist Diabetes mellitus. Bei einer dia-

DIABETES



betischen Polyneuropathie liegen krankhafte Veränderungen der kleinsten Gefäße vor (Mikroangiopathie), welche die peripheren Nerven versorgen. In der Folge kann es zu Durchblutungsstörungen und somit Absterben der Nervenzellen kommen. Darüber hinaus scheint ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel eine Rolle zu spielen. Die diabetische Polyneuropathie tritt vor allem in den Beinen und Füßen auf. Rund jeder zweite Mensch mit Diabetes mellitus erkrankt an Polyneuropathie. Umso wichtiger ist die frühzeitige und konsequente Einstellung der Blutzuckerwerte, um den Verlauf der Krankheit positiv zu beeinflussen.

Alkoholismus: Ursache von Polyneuropathie

Vor allem bei langjährig hohem Alkoholkonsum können Nerven Schaden nehmen und eine alkoholische Polyneuropathie hervorrufen. Alkohol scheint hierbei wie ein schleichendes Nervengift zu wirken. Betroffene weisen oftmals Symptome an Beinen und Füßen sowie den Augen auf.

Weitere Ursachen einer erworbenen Polyneuropathie

Zu den weiteren möglichen Ursachen zählen zum Beispiel:

- * Vergiftungen: Gifte wie Blei, Arsen, Thallium, Lösungsmittel oder Acrylamid können eine Polyneuropathie bedingen.
- * Medikamente: Einnahme bestimmter Medikamente, etwa

Isoniazid, Lithium, Metronidazol oder Chloroquin sind ebenfalls mögliche Auslöser.

* Nährstoffmangel: Möglich ist die Erkrankung infolge von Nährstoffmangel, vor allem wenn es an B-Vitaminen fehlt. Dieser entsteht mitunter durch vegetarische sowie veganer Ernährung, Einnahme von Medikamenten oder infolge einer Alkoholkrankheit. Auch ein Mangel an Vitamin E kann ursächlich sein.

* Erkrankungen der Schilddrüse: etwa Schilddrüsenunterfunktion oder -überfunktion

* Gefäßentzündung: Auch im Rahmen einer Gefäßentzündung (Vaskulitis) kann eine Polyneuropathie auftreten. Bei einer Vaskulitis kommt es zu entzündlichen Prozessen in den Blutgefäßwänden, in deren Folge Nerven Schaden nehmen.

* Nierenschäden: Manchmal verursachen Nierenschäden eine Polyneuropathie, etwa bei Menschen mit lang bestehender Niereninsuffizienz, insbesondere bei Dialyse-Patient*innen.

* Infektionskrankheiten: Auch in Zusammenhang mit Borreliose, FSME, Masern, Gürtelrose, HIV, Diphtherie, Lepra oder Malaria kann die Erkrankung entstehen.

* Krebserkrankungen beziehungsweise deren Behandlung wie Chemotherapie

Ursachen einer angeborenen Polyneuropathie

Relativ selten ist eine Polyneuropathie erblich bedingt.

Ursachen sind dann etwa:

* familiäre Amyloid Neuropathie: Bestimmte veränderte Eiweiße (Amyloide) lagern sich in verschiedenen Geweben ab. Außer Niere, Lunge und Herz können auch Nerven betroffen sein.

* hereditäre motorisch-sensible Neuropathie (HMSN): Bei dieser Form ist die Geschwindigkeit, mit der die Nerven Signale weiterleiten (Nervenleitgeschwindigkeit), vermindert.

* chromatische Leukodystrophie: Hier stört ein vererbbarer Enzymdefekt den Fettstoffwechsel. In der Folge werden Teile des Nervensystems geschädigt.

* akute intermittierende Porphyrie: Bei dieser Erkrankung kann begleitend eine Polyneuropathie auftreten.

Polyneuropathie: Verlauf und Lebenserwartung

Eine Polyneuropathie entwickelt sich in der Regel schleichend. Vollständig heilbar ist sie eher selten, da die Diagnose meist erst in fortgeschrittenem Stadium erfolgt – oft lassen sich die Beschwerden jedoch lindern.

Sind die Ursachen bekannt, wie etwa Diabetes mellitus, Alkoholkrankheit oder Vitamin-B-Mangel, und werden entsprechend behandelt, können sich die Beschwerden nach einiger Zeit bessern. Bis zu einem gewissen Maß regenerieren sich die Nervenzellen des peripheren Nervensystems, das geschieht jedoch langsam. Wie die Erkrankung verläuft, hängt auch davon ab, ob zusätzlich eine autonome Polyneuropathie – also auch das vegetative Nervensystem betroffen ist – besteht. Das ist häufig bei Diabetes mellitus der Fall. Im Endstadium sind Betroffene mitunter auf einen Rollator angewiesen oder benötigen einen Rollstuhl. Die Bewältigung des Alltags ist daher oftmals schwierig und Freizeitaktivitäten lassen sich mitunter nur schwer ausüben.

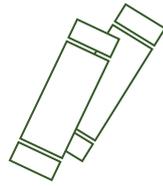
Die Polyneuropathie selbst hat keinen Einfluss auf die Le-

C-med®

Quick-Immun-Sticks

Für das Immunsystem!

- enthalten hochdosiertes Vitamin C, Zink, L-Histidin und Holunderbeeren-Extrakt.
- Vitamin C und Zink tragen zum Erhalt einer normalen Funktion des Immunsystems und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.



In Ihrer Apotheke

1x täglich



ECA-MEDICAL

Quick-Immun-Sticks | Nahrungsergänzungsmittel

benserwartung, möglicherweise jedoch die zugrundeliegende Erkrankung, in deren Folge sie auftritt.

Polyneuropathie: Maßnahmen zur Behandlung

Bei einer erworbenen Form richtet sich die Behandlung nach Ursache und Ausmaß der Beschwerden. Ist die Polyneuropathie beispielsweise Folge einer anderen Erkrankung, muss diese behandelt werden.

Bei einer angeborenen Polyneuropathie gibt es keine ursächliche Behandlung – hier steht die Linderung der Beschwerden im Fokus.

Behandlung von diabetischer Polyneuropathie

Bei einer Nervenschädigung infolge eines Diabetes mellitus ist vor allem eine gute Blutzuckereinstellung entscheidend für die Therapie. Diese verhindert ein rasches Fortschreiten der Erkrankung. Regelmäßige Bewegung und eine ausgewogene Ernährung tragen ebenfalls zu guten Blutzuckerwerten bei. In speziellen Diabetes-Schulungen können Betroffene lernen, ihre Werte langfristig zu stabilisieren. Darüber hinaus kann Alpha-Liponsäure Schmerzen und Sensibilitätsstörungen bei Menschen mit Diabetes lindern. Hilfreich kann bei diabetischer Polyneuropathie zudem die sogenannte Hochtontherapie sein. Dabei werden über Elektroden an Füßen und Oberkörper sehr hohe Tonfrequenzen durch den gesamten Körper geleitet.

Alkoholische Polyneuropathie behandeln

Ist die Polyneuropathie durch hohen Alkoholkonsum entstanden, ist ein völliger Verzicht auf Alkohol beziehungsweise

ein Entzug die dringlichste Maßnahme.

Weitere Maßnahmen zur Behandlung bei Polyneuropathie

Je nachdem, welche Ursache die Polyneuropathie auslöst, kommen weitere Maßnahmen zur Behandlung infrage:

- * Gifte wie Blei oder Arsen: Im Fall einer Blei- oder Arsenvergiftung können Bindemittel wie Penicillamin helfen.
- * Nebenwirkung von Medikamenten: Kommt es zu einer Polyneuropathie durch die Einnahme von Arzneimitteln, sollten Betroffene mit dem*der Arzt*Ärztin besprechen, ob das Medikament abgesetzt oder auf ein anderes Präparat gewechselt werden kann. Nach Absetzen des Medikaments können sich die Beschwerden nach einiger Zeit zurückbilden.
- * Infektionskrankheit: Eine bakterielle Infektionskrankheit wie zum Beispiel Borreliose oder Diphtherie lässt sich mit Antibiotika behandeln.
- * Nährstoffmangel: Bei einem nachweislichen Nährstoffmangel (wie z. B. Vitamin B12, Vitamin B1 oder Folsäure) sollte der Mangel ausgeglichen werden.

Polyneuropathie: Behandlung mit Medikamenten

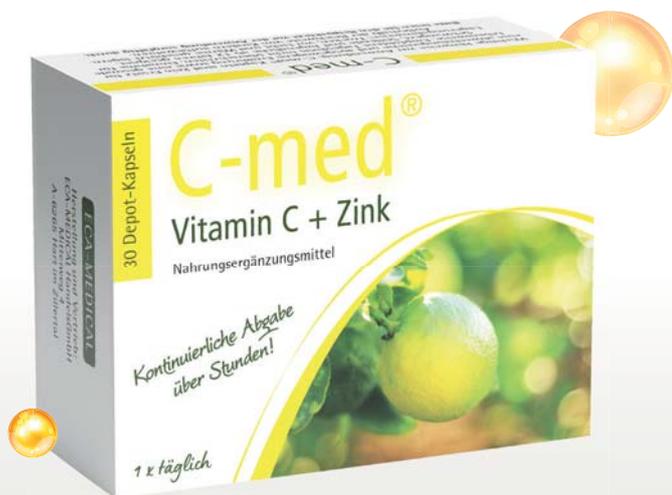
Schmerzen im Rahmen einer Polyneuropathie lassen sich durch bestimmte Medikamente lindern, die jedoch täglich eingenommen werden müssen. Als wirksam haben sich vor allem Wirkstoffe aus der Gruppe der trizyklischen Antidepressiva erwiesen (z. B. Amitriptylin, Duloxetin). Aber auch Wirkstoffe, die normalerweise zur Behandlung von Krampfanfällen genutzt werden (Antiepileptika), können helfen

C-med®

Vitamin C + Zink

Für das Immunsystem!

- enthalten hochdosiertes Vitamin C und Zink zum Erhalt einer normalen Funktion des Immunsystems und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.
- setzen 400mg Vitamin C (500% NRV) und 15mg Zink (150% NRV) langsam über den Tag verteilt frei und versorgen so den Körper gleichmäßig mit den wichtigen Nährstoffen.



ECA-MEDICAL

Depot Kapseln | Nahrungsergänzungsmittel

In Ihrer Apotheke

Kontinuierliche Abgabe
über Stunden!



(etwa Pregabalin, Gabapentin, ggf. Carbamazepin). Die schmerzlindernde Wirkung dieser Medikamente tritt allerdings nicht sofort ein, sondern meist erst nach etwa 2 bis 4 Wochen regelmäßiger Einnahme.

Unterstützende Maßnahmen bei Polyneuropathie

Bestehen im Rahmen der Polyneuropathie auch Beschwerden wie Muskelschwäche, können Physiotherapie oder Ergotherapie ratsam sein. Diese sollen die Muskelkraft verbessern, eine beeinträchtigte Motorik fördern und die Mobilität der Betroffenen so lange wie möglich aufrechterhalten. Körperliche Aktivität jeglicher Art wirkt sich im Allgemeinen günstig auf die Beschwerden aus und ist daher zusätzlich zu anderen Therapiemaßnahmen zu empfehlen.

Polyneuropathie: Wie erfolgt die Diagnose?

Besteht der Verdacht auf Polyneuropathie, stellt die* der Ärztin*Arzt im Gespräch zunächst einige Fragen zu den genauen Beschwerden, möglichen Vorerkrankungen und ob neurologische Erkrankungen in der Familie vorliegen. Auch der individuelle Alkoholkonsum ist dabei von Interesse. Bei der neurologischen Untersuchung prüft die*der Ärztin*Arzt die Sensibilität der Nerven, die Muskelkraft und die Reflexe. Mithilfe von Blutuntersuchungen lassen sich andere Erkrankungen oder ein Nährstoffmangel ausschließen. Dann folgen meist spezielle Untersuchungen des peripheren Nervensystems. Hierzu zählen zum Beispiel:

- * die Messung der Nervenleitgeschwindigkeit (Elektro-neurographie)

- * die Messung der Muskelaktivität (Elektromyographie)
 - * ggf. eine Gewebeprobe von Muskeln und Nervenfasern
- Um die Diagnose zu sichern, müssen Erkrankungen ausgeschlossen werden, bei denen ähnliche Beschwerden vorkommen können, wie beispielsweise Durchblutungsstörungen oder ein Bandscheibenvorfall.

Lässt sich einer Polyneuropathie vorbeugen?

Einer erworbenen Polyneuropathie lässt sich bis zu einem gewissen Grad vorbeugen, indem man verschiedene Risikofaktoren senkt:

- * Menschen mit Diabetes sollten darauf achten, dass die Blutzuckerwerte gut eingestellt sind.
- * Langjährig hoher Alkoholkonsum sollte möglichst vermieden werden. Besteht ein Alkoholproblem, ist ein zeitnahe Entzug ratsam.
- * Ein langfristiger Nährstoffmangel lässt sich mit einer ausgewogenen Ernährung umgehen. Für Menschen, die sich vegan oder vegetarisch ernähren, kann es sinnvoll sein, Vitamin B12 in Form von Nahrungsergänzungsmitteln einzunehmen.

Beitrag leicht gekürzt! Autor*in 18.01.2023
Dr. rer. nat. Geraldine Nagel (Medizinredakteurin)
Jessica Rothberg (Medizinredakteurin)
<https://www.onmeda.de/krankheiten/polyneuropathie-id200557/>
Von Roland Weißsteiner - 29. Januar 2024
www.herzverband.at - Fotos: Pixabay

ÄRZTLICHER BEIRAT DES BURGENLÄNDISCHEN HERZVERBANDES



Prim.ª Univ.Profⁱⁿ Dr.ⁱⁿ
Jeanette Strametz-Juraneck
SKA-RZ Bad Tatzmannsdorf



Prim. Dr. Johann Sipötz
Stv. Ärztlicher Direktor Hanusch KH
Abteilungsmitglied 2. Medizinische Abt.
Facharzt für Innere Medizin – Kardiologie



Prim. Dr. Johann Mikl
SKA-RZ-Felbring



Prim.a.d.Prof.Dr. Michael Gruska
FA. für Innere Medizin und
Kardiologie



Prim.Univ.Prof.Dr. Rudolf Maximilian Berger
KH der Barmherzigen Brüder Eisenstadt
Innere Medizin, Kardiologie und Nephrologie



Prim. Dr. Roland Winkler
Leiter
SKA-RZ Hohegg



Dr. Christian Putz
FA. für Innere Medizin
Hainburg/Donau & Illmitz



Dr. Friedrich Karner
Facharzt für Radiologie
Neusiedl/See



Prim.Univ.Doiz.Dr. Franz Xaver Roithinger
Landeskrankenhaus Wiener Neustadt
Leiter Abteilung für Innere Medizin –
Kardiologie und Nephrologie

***Wir wünschen allen unseren Mitgliedern und Unterstützern
eine geruhssame Adventzeit sowie ein frohes Weihnachtsfest
und ein gesundes neues Jahr.***

Der Vorstand des Burgenländischen Herzverbandes



Der Burgenländische Herzverband
begrüßt alle neuen Mitglieder
und wünscht
ALLEN Mitgliedern
die Geburtstag feiern



*alles erdenklich Gute -
besonders aber
Gesundheit.*

Foto: Pixabay

Wir tun etwas für unser Herz, bevor es für uns nichts mehr tut.

Sie brauchen nicht erst krank werden - Sie können schon früher zu uns kommen!



Herzlich willkommen!

Anmeldeformular und BEITRITTSERKLÄRUNG:

Bitte in Blockbuchstaben schreiben

Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt € 25,-

Familienname (Titel):

Vorname:

Straße/Haus-Nr.

PLZ:

Wohnort:

Geburtsdatum:

Telefon:

E-Mail:

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass die angegebenen Daten vom Österreichischen Herzverband elektronisch verarbeitet und für Infomails, Postaussendungen und Herzjournale verwendet werden. Des Weiteren erkläre ich mich bereit, dass Fotos, auf denen ich zu sehen bin, auf der Homepage des Herzverbandes und im Herzjournal veröffentlicht werden dürfen. Gemäß §15 DSGVO haben Sie das Recht auf Auskunftserteilung Ihre gespeicherten Daten betreffend und gemäß §17 DSGVO können Sie gegenüber dem Burgenländischen Herzverband die Berichtigung, Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Datum:

Unterschrift:

Bankverbindung: Sparkasse Hainburg-Bruck-Neusiedl, IBAN:AT95 2021 6217 3252 2300

Die Landesverbände

Österreichischer Herzverband

Präsident:
Univ. Prof. Dr. mult. Wolfgang Mastnak
Bundesgeschäftsführer: Helmut Schuller
A-8045 Graz, Stattegger Str. 35
0664 4625618
helmut.schuller@herzverband.at
www.herzverband.at

Landesverband Kärnten

Präsident: Ing. Dietmar Kandolf
A-9020 Klagenfurt, Kumpfgasse 20/3
0463 50 17 55
office@herzverband-ktn.at

Landesverband Tirol

Präsident: Roland Weißsteiner
A-6020 Innsbruck, Maria-Theresienstr. 21
0512 57 06 07
rolwe@aon.at

Landesverband Niederösterreich

Präsidentin: Anita Paiha
A-2345 Mödling, Josef Schleussner Str. 4
002236 86 02 96
anita.paiha@herzverband-noe.at

Landesverband Wien

Präsident: Robert Benkö
A-1020 Wien, Obere Augartenstr. 26-28
01 33 074 45
r.benkoe@herzwien.at

Landesverband Oberösterreich

Präsident: MR Dr. Wolfgang Zillig
A-4040 Linz, Kreuzstr. 7
0732 73 41 85
info@herzverband-ooe.at

Landesverband Salzburg

Präsident: Dr.med. Hubert Wallner
5102 Anthering, Bäckerkellerstraße 8/1
Tel. 0664 285 77 85
www.herzverband-salzburg.at

Landesverband Steiermark

Präsidentin: Dr. Jutta Zirkl
A-8010 Graz, Radetzkystr. 1
0650 4013300
jutta.zirkl@chello.at

Landesverband Burgenland

Präsident: Andreas Unger
7142 Illmitz, Schellgasse 31
0699 10300308
herzburgenland@gmx.at



Liebes Mitglied, unsere E-Mail-Adresse lautet: herzburgenland@gmx.at

Bitte informieren auch Sie uns - so bald wie möglich - über Änderungen **Ihrer** persönlichen Daten.

Herzlichen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Mühe!

Termine und Informationen auf: www.herzburgenland.at

Tipp: Machen sie auch einen Blick auf: www.herzverband.at



ÖSTERREICHISCHER
HERZVERBAND
LANDESVERBAND BURGENLAND

Abs.: Burgenländischer HERZVERBAND
7142 Illmitz - Schellgasse 31