

STIFTUNGSBERICHT 2016



STIFTUNG

MAINZER HERZ

das neunte Jahr

Kinderakademie Gesundheit 2016

45 Schulklassen

1.139 Schüler



Univ.-Prof. Dr. med. Thomas Münzel

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

ich freue mich, Ihnen hiermit den nunmehr neunten Jahresbericht der **STIFTUNG MAINZER HERZ** präsentieren zu können. Für das Jahr 2016 stellen wir für Sie wieder unsere Aktivitäten zusammen und berichten über **Entwicklungen und Fortschritte rund um das Gesundheitsthema „Herz“**.

Auch **im Jahr 2016** lag der **Schwerpunkt in dem Bereich Prävention**. Mehr als 1.000 Schüler im Alter zwischen 12 und 14 Jahren wurden im Rahmen der Kinderakademie Gesundheit in den Themenfeldern Raucherprävention, Herz-Kreislauf-System, gesunde Ernährung und Wiederbelebungsmaßnahmen geschult.

An dieser Stelle vielen **Dank an Frau Dr. Irmgard Stippler**, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland, die diese Veranstaltung finanziell unterstützt und auch das Thema Gesunde Ernährung in den teilnehmenden Schulen nachhaltig weiter präsentiert. Dank auch dafür, dass der Kooperationsvertrag mit der AOK um weitere zwei Jahre verlängert werden konnte.

Weiter gilt mein Dank Herrn **Harald Strutz**, dem Präsidenten des 1. FSV Mainz 05, der uns wie im Jahr 2015 einen Sondertermin für die Kinderakademie in der **OPEL Arena** ermöglichte. An dieser Sonderveranstaltung nahm er persönlich teil. Ein weiterer Ehrengast der Veranstaltung war die **Ministerpräsidentin des Landes Rheinland-Pfalz, Frau Malu Dreyer, die gleichzeitig Schirmherrin** der Kinderakademie Gesundheit ist.

Dieses Jahr wurden exakt **45 Schulklassen mit 1.139 Schülern** in der Universitätsmedizin in Mainz unterrichtet.

Der Unterricht von mehr als 1.000 Schülern bedeutet natürlich eine große logistische Herausforderung, die wir nur aufgrund der großen, freiwilligen Mithilfe von Ärzten, Studenten und Mitarbeitern aus mehreren Abteilungen des Zentrums für Kardiologie bewältigen können. Für unsere neue Staffel der Kinderakademie haben wir **das Herz-Kreislauf-Spiel in Zusammenarbeit mit der Firma Wenger komplett erneuert** und viele Dinge „digitalisiert“, was dieses Spiel für die Kinder noch deutlich attraktiver macht.

Beginnen werden wir unseren Jahresbericht wie immer mit einem kurzen Überblick über die wichtigsten Studien im Bereich Herz-Kreislauf-Erkrankungen 2016, deren Ergebnisse bzw. Schlussfolgerungen die aktuelle Therapie nachhaltig verändert haben bzw. verändern werden.

In der nunmehr neunten Ausgabe unseres Stiftungsberichtes legen wir den Schwerpunkt auf das Thema: **Gebrochenes Herz** oder **Broken Heart Syndrom**. Was verstehen wir darunter bzw. ist es tatsächlich eine Erkrankung, an der man sogar versterben kann?

Auch diesmal können wir auf viele von unserer Stiftung durchgeführte Veranstaltungen im Jahr 2016 zurückblicken. Im Juni fand das **„3. Benefiz-Golfturnier zugunsten der Gutenberg-Gesundheitsstudie“** statt. Die Resonanz war großartig und es kamen 30.000 Euro zur Unterstützung der weltweit größten Präventionsstudie zusammen.

Die Veranstaltungsreihe „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert“ haben wir auch im Jahr 2016 fortgesetzt.

Im November fand unser **traditioneller Mainzer Herz-Stiftungsball** statt, nun bereits zum siebten Mal. Mit den Einnahmen des Abends in Höhe von **130.000 Euro** werden wir in diesem Jahr in erster Linie die **Kinderakademie Gesundheit** und die **Gutenberg-Gesundheitsstudie** unterstützen.

Der bekannte Rocksänger **Udo Lindenberg** hat ein weiteres Mal die Stiftung mit einem Gemälde unterstützt, in dem er den (Flug-)Lärm in Frankfurt und Mainz thematisierte. Die Versteigerung für dieses Bild ergab einen **Erlös von 10.000 Euro**.

Wiederbelebensmaßnahmen bzw. eine Anleitung zur Wiederbelebung haben wir **erneut in unseren aktuellen Jahresbericht aufgenommen**. Dies ist ein „extrem wichtiges Thema“ und ein großes Anliegen der Stiftung. Mit der Umsetzung der Wiederbelebensmaßnahmen können unglaublich viele Leben gerettet werden. Die Deutschen haben gegenüber den skandinavischen Ländern auf diesem Gebiet einen großen Nachholbedarf.

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 neun Jahren bedanken und der Hoffnung Ausdruck geben, dass Sie uns treu bleiben und uns weiterhin im Kampf gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen unterstützen.

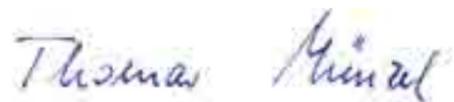
Im Jahr 2017 feiern wir ein Jubiläum: 10 Jahre STIFTUNG MAINZER HERZ. Wir können stolz sein auf das, was wir in dem relativ kurzen Zeitraum erreicht haben. Ich hoffe, dass das 10. Jahr in jeder Beziehung ein Rekordjahr für uns werden wird.

Den **Projektplan für das Jahr 2017** finden Sie direkt am Anfang des Berichtes. Hier werden unsere Leuchtturmprojekte wie die **Kinderakademie** und unsere **Gutenberg Gesundheitsstudie** genannt, die wir auch im Jahr **2017 in erster Linie** finanziell unterstützen wollen.

Wir würden uns auch über eine Unterstützung in Form einer Mitgliedschaft im Freundeskreis oder Kuratorium freuen.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr



Thomas Münzel

Projektplan der STIFTUNG MAINZER HERZ 2017

In den Bereichen Forschung, Prävention und Patientenversorgung haben wir für das Jahr 2017 insgesamt vier Projektbereiche identifiziert, die wir durch Ihre Spenden unterstützen möchten.

Schwerpunkte sind wiederum ein für Kinder konzipiertes Präventionsprogramm zum Thema Raucherprävention, Herz-Kreislauf, gesunde Ernährung und Erlernen von Wiederbelebensmaßnahmen sowie Unterstützung für die vor-klinische und klinische Forschung.

Projektbereich	Thema	Finanzieller Bedarf
1	Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz <ul style="list-style-type: none"> ● Herz-Kreislauf-Physiologie ● Übergewicht ● Raucherprävention ● Begehbare Herzmodell ● Filme zu den Themen Raucherprävention, Übergewicht sowie Funktion des Herz-Kreislauf-Systems ● Wiederbelebungstraining ● Einteilung in Frühjahrs- und Herbstakademie mit jeweils 20 Schulklassen 	60.000 Euro
2	Gutenberg-Gesundheitsstudie 	50.000 Euro
3	Chest Pain Unit-Qualifizierungslehrgang für die Krankenpflege	10.000 Euro
4	Vorklinische Forschung zum Thema Lärm und Herz-Kreislauf-Erkrankungen	50.000 Euro
Insgesamt:		170.000 Euro

Highlights im Bereich Kardiologie 2016

Die wichtigsten Studien

Zu diesem Zweck habe ich eine Auswahl an Publikationen zusammengestellt, die anlässlich der wichtigsten kardiologischen Kongresse, dem Europäischen Kardiologenkongress (ESC) in Rom und dem Amerikanischen Herz-Kongress (American Heart Meeting) in New Orleans erschienen sind.

Mediterrane Diät verlängert das Leben, wenn man herzkrank ist

Hintergrund

Mit einer mediterranen Ernährung könnten kardiovaskulär erkrankte Patienten ihr Leben verlängern.

In diesem Zusammenhang wurde schon viel über positive Effekte einer mediterranen Ernährungsweise in der Primärprävention berichtet. Primärprävention bedeutet, dass durch diese Diät die Entstehung einer koronaren Herzkrankung verzögert oder sogar verhindert werden kann.

Wenige Studien beschäftigten sich jedoch mit der Frage, ob eine Mittelmeerkost bestehend aus Gemüse, Fisch und wenig Fleisch, dazu Olivenöl, Knoblauch, Brot und etwas Rotwein auch in der Sekundärprävention eine schützende Wirkung entfalten könnte. Das heißt, profitieren auch Patienten, die schon eine koronare Herzkrankung haben, von so einer solchen Diät?

Studie

Ergebnisse der MONI-SANI-Studie ergaben bei 1.200 Patienten, die bereits an einer koronaren Herzkrankung erkrankt waren, dass eine Ernährung mit viel Fisch, Gemüse, Olivenöl, Wein usw. mit einer deutlich niedrigeren Sterblichkeit assoziiert ist.

Teilnehmer, die sich mediterran ernährten, hatten nach einer 7,3-jährigen Beobachtungszeit eine um 30% niedrigere Gesamtsterblichkeit als jene mit einer geringen Neigung zur mediterranen Kost.

Um zu testen, welche Komponente der mediterranen Ernährung maßgeblich zum niedrigeren Risiko beiträgt, ließen die Wissenschaftler in einer statistischen Analyse jeweils einen typischen Nahrungsbestandteil weg.

Demzufolge bietet vor allem Gemüse eine schützende Wirkung, die Effektgröße sank um 26% ohne diese Komponente. Ebenfalls entscheidend für die Wirksamkeit scheinen Fisch (minus 23%), Früchte und Nüsse (minus 13,4%) und ein Verhältnis zugunsten von mehrfach ungesättigten Fettsäuren (minus 12,9%).

Schlussfolgerungen

Die Daten belegen, dass eine mediterrane Ernährungsweise in der Sekundärprävention eine deutlich schützende Wirkung hat und durchaus eine alternative Lösung zu Medikamenten darstellt bzw. als „ADD-ON“ zu Medikamenten eingesetzt werden sollte.

FAZIT

Ärzte können Medikamente nicht als einzige Möglichkeit ansehen, um weitere kardiovaskuläre Ereignisse zu verhindern. Neben der medikamentösen Therapie müssten sie auch auf die Ernährungsweise ihrer Patienten eingehen.

Verdacht auf koronare Herzerkrankung

Das CT-Angiographie der Koronararterien steuert die Indikationsstellung für die invasive Herzkatheter-Untersuchung

Hintergrund

In den letzten Jahren hat die nicht-invasive Darstellung der Herzkranzgefäße mit einer Computer-Tomographie Untersuchung deutlich an Bedeutung gewonnen. Die Strahlenbelastung ist deutlich niedriger und die technischen Verbesserungen mit Multislice-CTs und kurzen Aquisitionszeiten haben zu einer deutlichen Verbesserung der Bildqualität und somit der diagnostischen Genauigkeit geführt (siehe Abbildungen unten).

Wichtig ist festzuhalten, dass die Sensitivität, eine koronare Herzerkrankung zu erkennen, mit ca. 90% mittlerweile extrem hoch ist. Zudem ist es nach wie vor so, dass viele Herzkatheter-Untersuchungen „negativ“ sind, d.h. keine koronare Herzerkrankung nachgewiesen werden kann. Da das Koronar-CT eine deutlich geringere „Komplikationsrate“ aufweist und nicht-invasiv ist, ist es auch eine Untersuchung, die mehr und mehr von Patienten gewünscht wird.

Studie

An diesem Punkt setzt die jetzt beim Europäischen Kardiologenkongress (ESC) vorgestellte CONSERVE-Studie an. Dafür sind insgesamt 1.530 Patienten mit Verdacht auf koronare

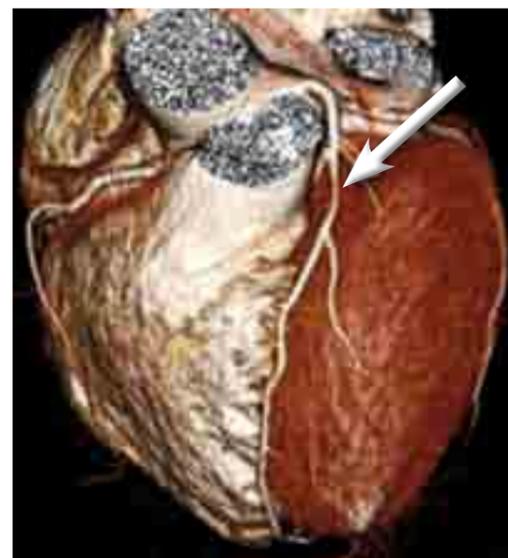
Herzerkrankung (KHK) und stabilen Beschwerden randomisiert und entweder einer Strategie der „selektiven Herzkatheter-Untersuchung nach vorheriger Koronar-CT-Untersuchung“, oder einer „direkten Katheterisierung“ zugeteilt worden.

Im Studienarm mit selektiver Strategie wurde zunächst eine nicht-invasive Koronarangiographie mit CT-Angio durchgeführt. Nur im Fall nachweisbarer relevanter Engstellungen im Bereich der Herzkranzgefäße wurde dann eine weiterführende invasive Diagnostik in Angriff genommen.

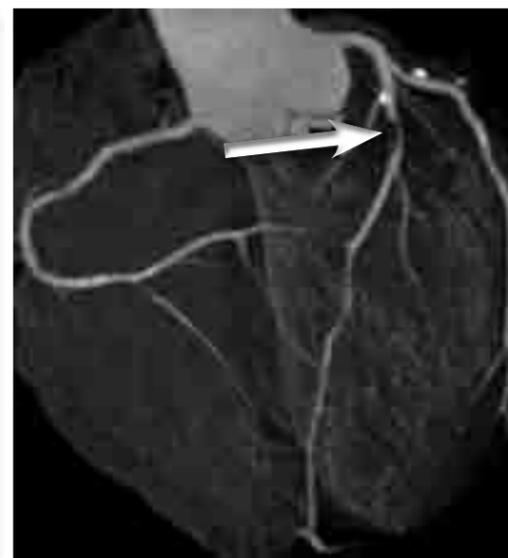
Im Arm mit „direkter Katheterisierung“ wurde den Leitlinien entsprechend jeder Patient direkt einer invasiven Diagnostik zugeführt.

Der primäre Endpunkt beinhaltete innerhalb von 12 Monaten aufgetretene kardiovaskuläre Ereignisse wie Tod, nicht tödlicher Myokardinfarkt, instabile Angina pectoris, Schlaganfall, Revaskularisation (Wiederherstellung der Durchblutung eines Gefäßes) und kardiovaskulär bedingte Krankenhausaufnahme.

Sekundärer Endpunkt waren die Kosten für Diagnostik, Krankenhausaufnahme, Revaskularisation, ambulante Nachsorge und Komplikationen.



Koronar-CT
mit hochgradiger Stenose der Vorderwandarterie (Pfeil)



Herzkatheter-Untersuchung:
gleicher Patient mit Einengung im gleichen Bereich (Pfeil)

Ergebnisse

Die Indikation zur koronaren Bildgebung war zu 67% symptomorientiert, zu 29% aufgrund eines positiven Stresstests und zu 4% aus anderen Gründen gegeben. Insgesamt konnte bei 77% aller Patienten entweder mittels Koronar-CT-Untersuchung oder invasiver Herzkatheter-Untersuchung eine relevante koronare Herzkrankung ausgeschlossen werden.

Durch das zuerst durchgeführte Koronar-CT konnte die Anzahl der invasiven Prozeduren **um 78%** im Vergleich zum direkt invasiven Vorgehen reduziert werden.

Entsprechend deutlich unterschiedlich waren jedoch die Kosten in den beiden Gruppen. In der Gruppe von Patienten, die direkt eine Herzkatheter-Untersuchung bekommen haben, waren die durchschnittlichen Kosten pro Patient mit 6.700 US-Dollar doppelt so hoch wie in der Gruppe, die vorher ein Koronar-CT bekommen haben mit 3.338 US-Dollar.

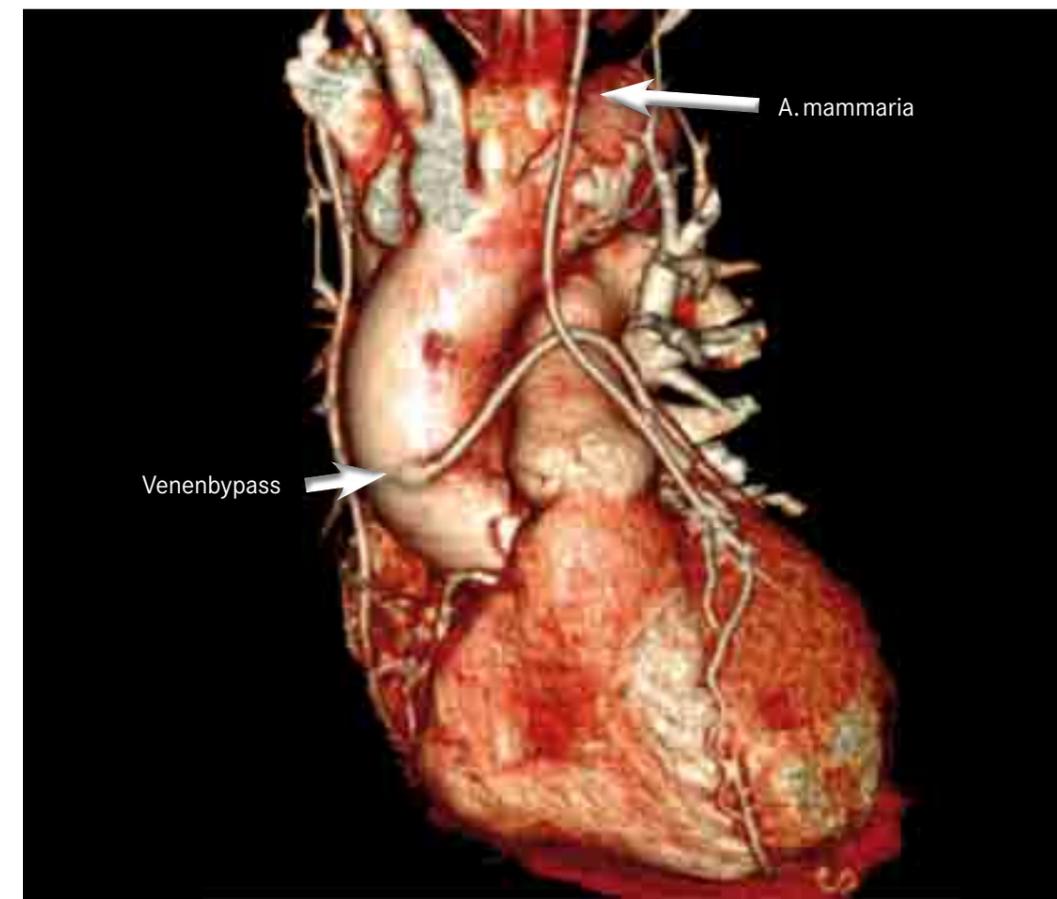
FAZIT

Die Autoren konnten durch das Koronar-CT eine erhebliche Reduktion der invasiven Herzkatheter-Untersuchungszahl und eine Halbierung der Kosten nachweisen.

Die Daten dieser Studie stützen die positiven Ergebnisse der in jüngerer Zeit publizierten Studien zur CT-Koronarangiografie, die sich zunehmend als wertvolles Diagnostikum in der KHK-Diagnostik etabliert.

Auch aus diesem Grunde wird bei Verdacht auf eine koronare Herzerkrankung am Zentrum für Kardiologie vermehrt die Koronar-CT-Untersuchung einer Herzkatheter-Untersuchung vorgeschaltet.

Dies gilt jedoch nur für Patienten, bei denen eine koronare Herzerkrankung bisher nicht bekannt ist.



Koronar-CT von Patienten nach einer Bypass-Operation. Diese CT-Untersuchung ermöglicht es, mit hoher Qualität die Bypass-Situation zu erfassen, wodurch z.T. unnötige Herzkatheter-Untersuchungen vermieden werden können.

Herzschwäche: Immer noch kein Durchbruch bei der Stammzelltherapie

Hintergrund

Das Konzept, wenn es denn funktionieren würde, wäre genial: Ich habe einen Herzinfarkt gehabt und somit viele gesunde Herzmuskelzellen durch einen Herzinfarkt verloren. Eine Herzschwäche droht. Eine Injektion von sogenannten pluripotenten Stammzellen soll dazu führen, dass sich diese Zellen in gut funktionierendes Herzmuskelgewebe entwickeln. Als **pluripotent** – aus dem lateinischen von plus „mehr“ und lat. **potentia** „Vermögen, Kraft“ – bezeichnet man Stammzellen, die die Fähigkeit besitzen, jeden Zelltyp eines Organismus bilden zu können) (Bild einer Stammzelle im Hintergrund)

Das Narbengewebe soll durch neue sich entwickelnde Herzmuskelzellen ersetzt und damit das Problem der Herzschwäche gelöst werden. Ziel einer Stammzelltherapie ist, wenn man so will, die ewige Jugend.

Bisherige Daten, dieses Verfahren betreffend, sind aber alles andere als ermutigend. Die Effekte, so sie denn überhaupt zu quantifizieren sind, sind minimal und das Stammzellen-Konzept hat sich trotz jahrelanger Arbeit nicht durchsetzen können. Insofern war man gespannt was zwei neue, beim Europäischen Kardiologenkongress vorgestellte Studien an Daten in Bezug auf eine Stammzelltherapie zu bieten haben.

Um es gleich zu relativieren: Diese Studien bieten neue Details, aber immer noch keine signifikanten Ergebnisse zugunsten einer regenerativen Therapie mit Stammzellen aus dem Knochenmark bei Patienten mit einer Herzschwäche, bedingt oder auch nicht bedingt, durch eine koronare Herzerkrankung.

Ergebnis

Bei der CHART-1-Studie (Congestive Heart Failure Cardiopoetic Regenerative Therapy) ergaben sich beim primären Wirksamkeitsendpunkt keine

Unterschiede in den beiden Vergleichsgruppen.

Randomisiert wurden 271 Patienten mit Herzinfarkt bedingter Herzschwäche. Alle Patienten hatten bereits eine Standardtherapie erhalten. 120 Patienten bekamen zusätzlich eine katheterba-

sierte Injektion in die Herzinnenhaut (Endokard) mit Stammzellen, die in der Lage sind, Herzmuskelzellen zu bilden (kardiopoetisch), die aus Knochenmarkszellen der Patienten generiert worden waren. Bei den 151 Patienten der Kontrollgruppe wurde eine Scheininjektion (sham procedure) durchgeführt. Der kombinierte Endpunkt setzte sich zusammen aus den Kriterien Tod jeglicher Ursache, Verschlechterung von Herzinsuffizienz, Lebensqualität, 6-Minuten-Gehstrecke, linksventrikulärem Endvolumen und linksventrikulärer Ejektionsfraktion. Die Gesamtlaufzeit der Studie war für insgesamt 12 Monate konzipiert.

Die Daten nach 39 Wochen zeigten, dass lediglich eine Subgruppe mit anfangs hohen linksventrikulären enddiastolischen Volumina (200 bis 370 ml) hinsichtlich des kombinierten Endpunktes von der Behandlung gegenüber der Kontrollgruppe profitierte.

Den Effekt einer einmaligen intravenösen Gabe mesenchymaler Stammzellen bei Patienten mit chronischer, nicht ischämischer Herzinsuffizienz untersuchte eine weitere randomisierte Phase-2-Studie. Verwendet wurden in diesem Fall ischämietolerante mesenchymale Stammzellen (itMST) eines Spenders, die unter hypoxischen Bedingungen kultiviert worden waren. Davon versprach man sich bessere immunmodulatorische und antiinflammatorische Eigenschaften, die es ermöglichen sollten, den bisherigen invasiveren Injektionsweg direkt ins Herz durch die intravenöse Gabe zu umgehen.

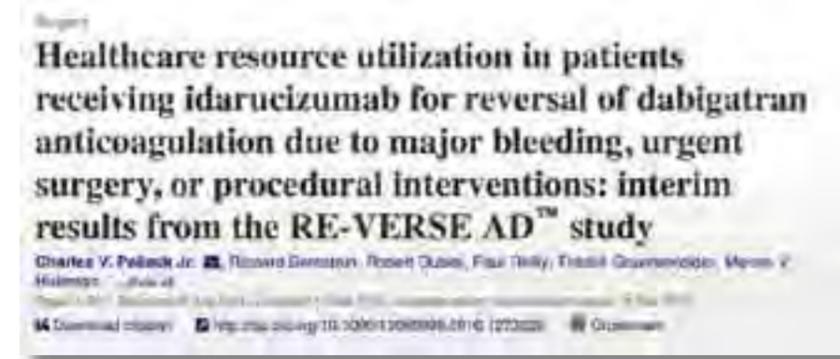
Obwohl das Verfahren sicher war, zeigten sich im Herzmuskel keine signifikanten Verbesserungen bei strukturellen oder funktionellen Parametern. Damit wurde auch keine Wirksamkeit nachgewiesen.

FAZIT

Es zieht sich wie ein roter Faden durch alle bisherigen Studien: Die Hoffnungen auf eine kurative Stammzelltherapie des geschädigten Myokards erfüllen sich auch mit diesen Studien nicht. Trotz kleiner Fortschritte auf experimenteller Ebene bleibt fraglich, ob dieses Ziel überhaupt erreichbar ist.

Meiner Meinung nach ist es in der Tat jetzt an der Zeit zu überlegen, ob diese enorm aufwendigen Studien mit minimalem Fortschritt überhaupt weitergeführt werden sollen.

Dabigatran-Antidot in klinischer Studie erneut erfolgreich



Hintergrund

Dabigatran ist das am längsten eingesetzte neue Blutverdünnungsmittel, das sich auf dem Markt befindet. Bisher war es ein Nachteil, dass im Falle von Blutungskomplikationen kein Antidot (Gegenmittel) zur Verfügung stand, das in der Lage war, die blutverdünnende Wirkung sofort aufzuheben.

Mittlerweile ist der Wirkstoff Idarucizumab auf dem Markt verfügbar. Dieser Wirkstoff ist in der Lage, die blutverdünnenden Effekte von Dabigatran innerhalb weniger Minuten aufzuheben.

Eine aktualisierte Analyse von Daten der bislang größten Studie zur Wirksamkeit und Sicherheit eines NOAK-Antidots in der klinischen Praxis hat dies nun bestätigt.

Ziel dieser **RE-VERSE-AD-Studie** war es, Idarucizumab als spezifisches Dabigatran-Antidot in klinischen Notfallsituationen zu testen, in denen eine rasche Aufhebung der blutverdünnenden Wirkung dringend notwendig war.

Patientengruppen

Die Wirksamkeit und Sicherheit des humanisierten Antikörper-Fragments wurden in zwei Patientengruppen untersucht.

- 1) Bei Patienten mit einer nicht beherrschbaren schweren Blutung unter Dabigatran (Gruppe A).
- 2) Bei Patienten, die dringend operiert werden mussten und bei denen demzufolge eine rasche Normalisierung der Blutgerinnung erforderlich wurde (Gruppe B).

Eingeschlossen wurden knapp 500 ältere und von vielen Erkrankungen gleichzeitig betroffene Patienten.

Ergebnisse

Die Ergebnisse zeigen, dass die Gabe von 5 mg Idarucizumab die Antagonisierung der Blutverdünnung innerhalb von Minuten bewirkte.

In der Gruppe A war die Blutungsquelle bei 97 Patienten im Kopf nachweisbar und bei 201 Patienten außerhalb des Kopfes lokalisiert (extrakraniell). Bei Patienten mit extrakraniellen Blutungen vergingen bis zum bestätigten Blutungsstillstand 3,5 bis 4,5 Stunden.

In Gruppe B wurde ein operativer Eingriff de facto bei 191 von 196 Patienten (97,4%) durchgeführt. Die intraoperative gemessene Blutgerinnung wurde bei 93% aller Patienten als „normal“ beschrieben. Zwischen Idarucizumab-Gabe und Beginn des notfallmäßigen Eingriffs vergingen im Mittel 1,6 Stunden.

In der Gruppe A verstarben 12,3% und der Gruppe B 12,4% nach 30 Tagen und 18,7% respektive 18,3% nach 90 Tagen.

Schlussfolgerungen:

Die Gabe von **Idarucizumab** erleichtert die Therapie von Blutungskomplikationen aber auch die Durchführung von notfallmäßigen OPs von Patienten unter einer Therapie mit Blutverdünnern.

FAZIT

In Deutschland ist Idarucizumab das bislang einzige Antidot, das für die neuen Blutverdünner verfügbar ist, was als ein Vorteil für Patienten angesehen werden kann, die mit Dabigatran (PRADAXA) behandelt werden.

Körperliche Bewegung

Aktive Senioren senken Herztodrisiko um bis zu zwei Drittel

Was ich bei meinen Patienten sehr häufig beobachte, ist, dass man in Rente geht, aufhört zu arbeiten und gleichzeitig aufhört, regelmäßig Sport zu treiben. Eigentlich sollte es das Gegenteil sein: in Rente gehen und dann den Sport intensivieren, da ausreichend Zeit zur Verfügung steht.

Eine neue Studie aus Finnland zeigt nun: Wer über 65 Jahre alt ist und regelmäßig körperliche Aktivitäten von moderater Intensität aufrechterhält, reduziert sein Herztodrisiko um mehr als 50%.

Hintergrund

Dass ein sportlicher Lebensstil vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützt, ist hinlänglich bekannt und wissenschaftlich gut dokumentiert. Weniger klar ist die Datenlage bei älteren Leuten.

Aus diesem Grund hat eine Autorengruppe um Frau Prof. Riita Antikainen von der Universität Oulu in Finnland knapp 2.500 über 65-jährige Männer und Frauen für die „National FINRISK Study“ rekrutiert und über durchschnittlich 11,8 Jahre beobachtet.

Die Teilnehmer wurden nach ihren körperlichen Aktivitäten befragt und anhand der Antworten in drei Gruppen mit niedriger, moderater und hoher Aktivität eingeteilt.

Zudem wurden Risikofaktoren evaluiert. Herz- und tumorkranke Patienten wurden ausgeschlossen.

Ergebnisse

Im Beobachtungszeitraum starben 197 Teilnehmer aus kardiovaskulärer Ursache, bei 416 trat eine erste kardiovaskuläre Komplikation auf.

Nach Korrektur für kardiovaskuläre Risiko- und soziale Faktoren zeigte sich, dass Personen mit moderater bzw. hoher körperlicher Aktivität gegenüber körperlich Untätigen ein um 31 % bzw. 45% geringeres Risiko für eine akute kardiovaskuläre Komplikation aufwiesen.

Die kardiovaskuläre Sterblichkeit war gar um 54 % bzw. 66% geringer.



FAZIT

Sich regelmäßig körperlich zu betätigen, wenn man über 65 Jahre alt ist, ist eine Herausforderung, aber auch eine große Chance: Körperlich fitte Senioren reduzieren ihr Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko deutlich.

Unter moderater körperlicher Aktivität versteht man Spazieren gehen, Radeln, gärtnern, Fischen oder Jagen.

Als hohe Aktivität eingestuft wurden anstrengende Gartenarbeiten, Schwimmen, Joggen, Gymnastik, Skifahren und Ballspiele.



HERZENSSACHE 2016

Kann man an einem gebrochenen Herzen sterben?

Das Tako-Tsubo-Syndrom

Das Tako-Tsubo-Syndrom



Insgesamt fast fünf Jahre war ich Oberarzt im Herzkatheterlabor in der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf bei Prof. Thomas Meinertz. Ich kann mich an nicht einen Patienten erinnern, der ein sogenanntes **gebrochenes Herz (Broken Heart Syndrome)** bzw. eine **Stress-Kardiomyopathie** oder auch ein **Tako-Tsubo-Syndrom** gehabt hätte.

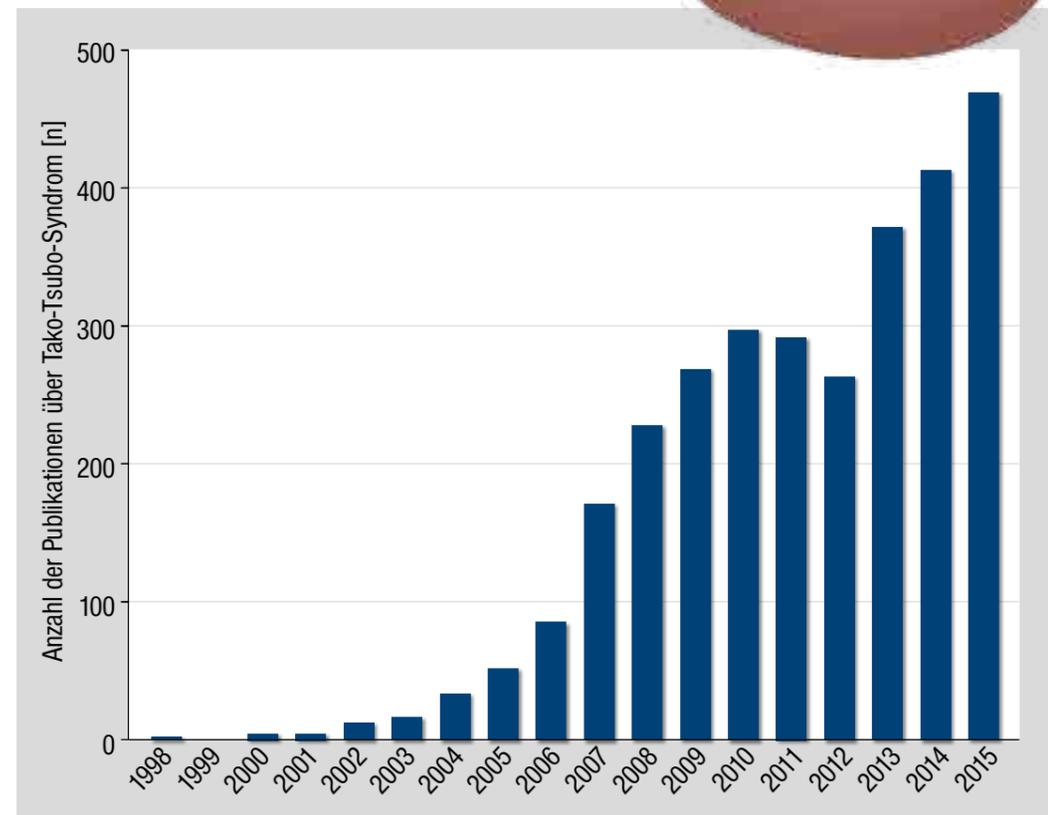
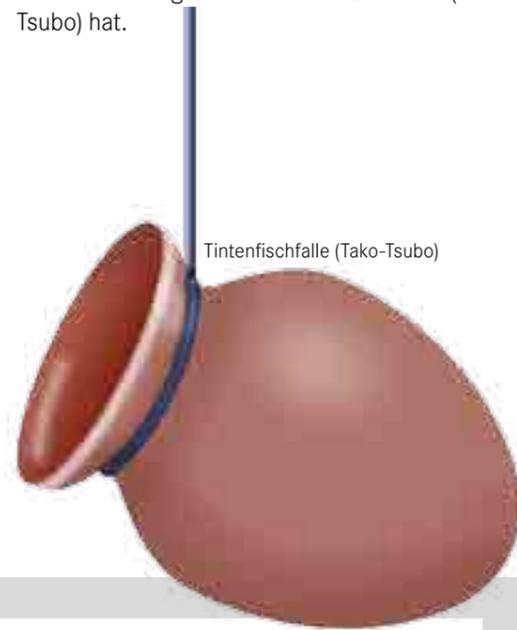
Dies hat sich in den letzten Jahren doch drastisch geändert.

Besondere Aktualität hat diese Fragestellung sicher durch den **Fall von Debbie Reynolds**, die offensichtlich an einem gebrochenen Herzen (Tako-Tsubo-Syndrom, TTS), ausgelöst durch den Verlust ihrer Tochter, verstorben ist.

Erstmalig beschrieben 1990, wird das TTS immer häufiger diagnostiziert und auch publiziert (Abbildung unten). Der zunehmende Stress in unserer Gesellschaft könnte möglicherweise die Ursache sein.

Woher kommt der Name Tako-Tsubo?

Der Name Tako-Tsubo kommt aus dem japanischen und bedeutet Tintenfischfalle, die die Form eines Kruges mit einem kurzem Hals (Tako-Tsubo) hat.



Balkendiagramme der Seiten 14 und 15 geändert mit Erlaubnis von Christian Templin

Patienten, die mit der Diagnose Herzinfarkt in die Klinik eingewiesen werden, haben nun in ca. 5% der Fälle dieses TTS. Dabei ähnelt das Bild des linken Herzens, das man im Rahmen einer Herzkatheter-Untersuchung darstellt, beim Zusammenziehen (wie in der nächsten Abbildung dargestellt) dieser Tintenfischfalle und führte somit zu dieser Namensgebung.



Linke Herzkammer während des Zusammenziehens im Rahmen einer Herzkatheter-Untersuchung bietet das Bild eines Tako-Tsubo (Tintenfischfalle)

Was sind die Ursachen und wer ist am meisten von diesem Krankheitsbild betroffen?

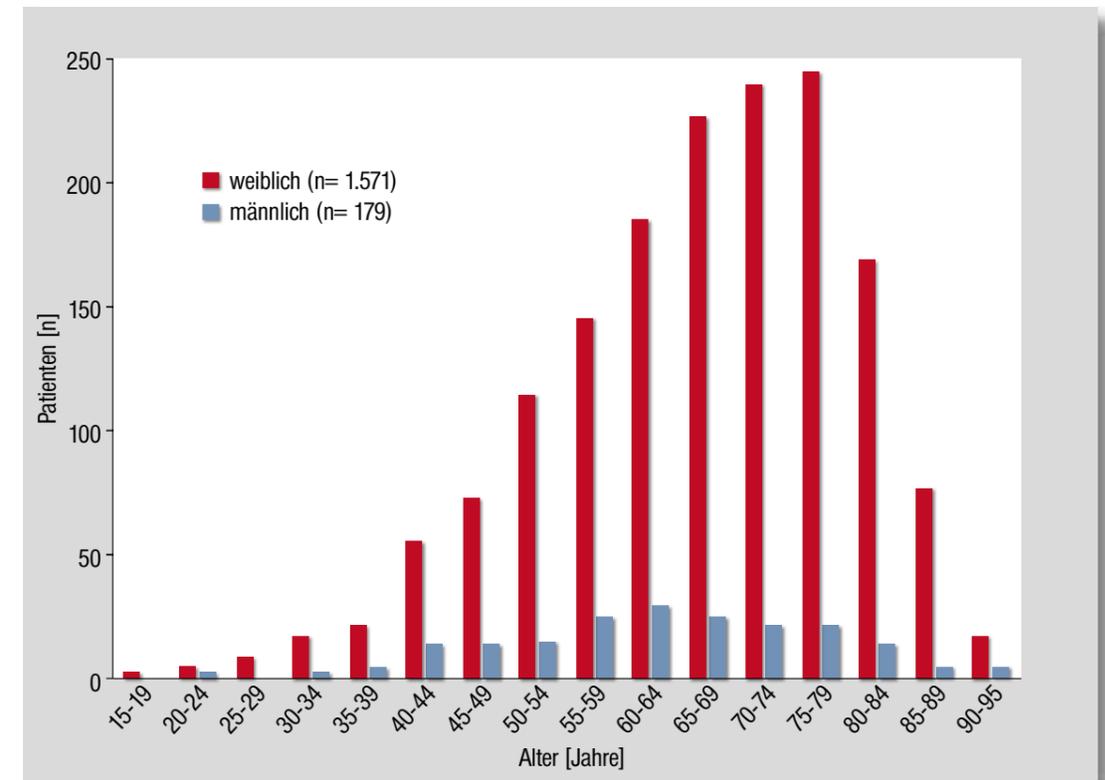
Wie aus der nächsten Abbildung unschwer erkennbar, sind in erster Linie ältere Frauen mit einem Erkrankungsgipfel zwischen 75 und 79 Jahren betroffen.

Es wird postuliert, dass ein Stressereignis die Entwicklung eines TTS fördert. Entsprechend können im Blut auch deutlich erhöhte Stresshormonspiegel (Katecholamine wie Adrenalin und Noradrenalin) gemessen werden. Wichtig ist festzuhalten, dass es sich um ein Krankheitsbild handelt, das prinzipiell mit einer passageren Pumpfunktionsstörung des Herzmuskels einhergeht, die sich in der Regel wieder zurückbildet.

Die emotionalen Trigger, die zu einem TTS führen, sind in der nächsten Abbildung zusammengefasst. Hier sieht man, dass nicht nur negative,

sondern auch positive Nachrichten zu einem TTS führen können (**HAPPY HEART SYNDROM**).

Wenn man sich die Abbildung auf Seite 16 anschaut, erkennt man, dass es sich um Situationen handelt, die uns täglich begegnen können. Die Frage ist nur, wer bekommt ein TTS und wer nicht?



Erkrankungsgipfel und Alter der Patienten - Höhepunkt der Erkrankung liegt bei 75 - 79 Jahren und kommt vorwiegend bei Frauen vor.

Mögliche Trigger für ein Tako-Tsubo Syndrom

Emotionale Trigger

- Depression
- Krankheit nahstehender Person
- Suizid-Versuch
- Scheidung
- Posttraumatisches Stress-Syndrom
- Angst zu sprechen
- Opfer eines Verbrechens
- Angst vor OP/ Klinikaufenthalt
- Umzug
- Neue Arbeitsstelle
- Arbeitsplatzverlust
- Konkurs
- Börsenkrach
- Arbeitsüberlastung
- Schulden
- Großer Geldverlust
- Tod eines Familienmitglieds
- Tod des Partners
- Einschließen des Haustiers
- Streit mit Partner/Familie
- Streit mit Vermieter
- Überschwemmung
- Erdbeben
- Sturm
- Autounfall ohne Verletzung
- Sturz ohne Bruch
- Happy-Heart-Syndrom:
 - Lottogewinn
 - Geburtstagsparty
 - Geburt eines Enkels
 - Hochzeit
 - Opernbesuch
 - erfolgreiches Vorstellungsgespräch

Körperliche Trigger

- Hirnblutung
- Schlaganfall, TIA
- Epilepsie, Krampfanfall
- Migräne
- PRES
- Gehirnerschütterung
- Geplatztes Aneurysma
- Verschlimmerung COPD
- Asthmaanfall
- Pneumonie
- Bronchitis
- Pulmonalembolie
- Kehlkopfkrampf
- Magen-Darm-Blutung
- Verschlimmerung Morbus Crohn
- Hernie
- Phäochromozytom
- Urosepsis
- Harnstein
- Geburt
- Menstruation
- Krebs
- Chemotherapie
- Grippe
- Sepsis
- Bauchfellentzündung
- Wundinfektion
- Knochenfraktur
- Operation
- Anästhesie
- Catecholamine

Geändert mit Erlaubnis von Christian Templin

Symptome

In der Regel haben die Patienten Brustschmerzen oder auch Luftnot. Diese Beschwerden sind praktisch nicht von einem Herzinfarkt zu unterscheiden. Das gilt für die Symptome und auch für die Laborwerte, wo in der Regel wie bei einem Herzinfarkt der Troponin-Wert deutlich erhöht ist. Aus diesem Grund muss dann bei diesen Patienten eine Herzkatheter-Untersuchung vorgenommen werden, um zu sehen, ob die Herzkranzgefäße in einem einwandfreien Zustand sind. (Abbildungen unten)

Diagnosestellung

Herzkatheter: Bei einem Patienten mit einem TTS sehen wir in der Regel einwandfreie Herzkranzgefäße. Die nächste Abbildung zeigt die Situation der rechten und linken Herzkranzarterie, die sich praktisch frei von Kalk präsentieren. Dazu gehört nun das Bild oben mit der deutlichen Einschränkung der Pumpfunktion des Herzens.

Eine weitere wichtige Untersuchung ist die Kernspinaufnahme (MRT-Untersuchung) des Herzens, die uns zeigt, dass im Gegensatz zum Herzinfarkt der Herzmuskel keine Schädigung aufweist.

Therapie

Hier gibt es neuere Erkenntnisse, dass Patienten von einem ACE-Hemmer, AT1-Blocker und auch Diuretika profitieren. Eine Therapie mit einem Betablocker sollte vermieden werden.

Prognose

Patienten, die ein TTS erleiden und gleichzeitig eine deutlich eingeschränkte Pumpfunktion, Herzrhythmusstörung, Vorhofflimmern und eine neurologische Grunderkrankung (z.B. Schlaganfall) aufweisen, haben eine schlechtere Prognose als Patienten, bei denen diese Komplikationen nicht nachweisbar sind.

In der Regel bilden sich die Veränderungen im Herzmuskel, wie schon angesprochen, zurück. 3,2% der Betroffenen können jedoch auch an diesem Krankheitsbild versterben.



▲ Rechtes Herzkranzgefäß ohne Zeichen von Verkalkungen

◀ Linkes Herzkranzgefäß ohne Zeichen von Verkalkungen

Wiederbelebung / Reanimation

Aufgrund der besonderen Bedeutung der Wiederbelebung möchten wir, wie auch im letzten Jahr, die doch einfachen Regeln der Wiederbelebung „bildlich“ wiederholen.

Die Kompression des Brustkorbes soll mit einer Frequenz von 100 – 120 mal pro Minute durchgeführt werden.

Hier gibt es Songs, die einem den Rhythmus elegant vorgeben können:

Staying Alive von den Bee Gees · Highway to Hell von ACDC · Atemlos von Helene Fischer

Mit dieser Maßnahme können wir Leben retten. Man muss sich vorstellen, dass nur 6 Patienten wiederbelebt werden müssen, um damit ein Leben zu retten. In der Medizin nennt man das „Number Needed to Treat“!

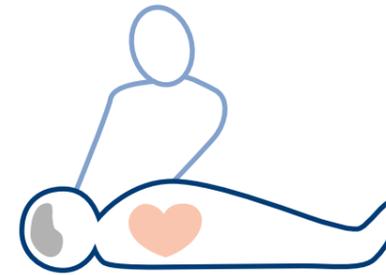
Es gibt kein Krankheitsbild, bei dem man mit so einem geringen Aufwand so viel Gutes tun kann.

ATEMLOS
STAYING ALIVE
HIGHWAY TO HELL

Trockenkurs Wiederbelebung

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

Auffinden einer leblosen Person

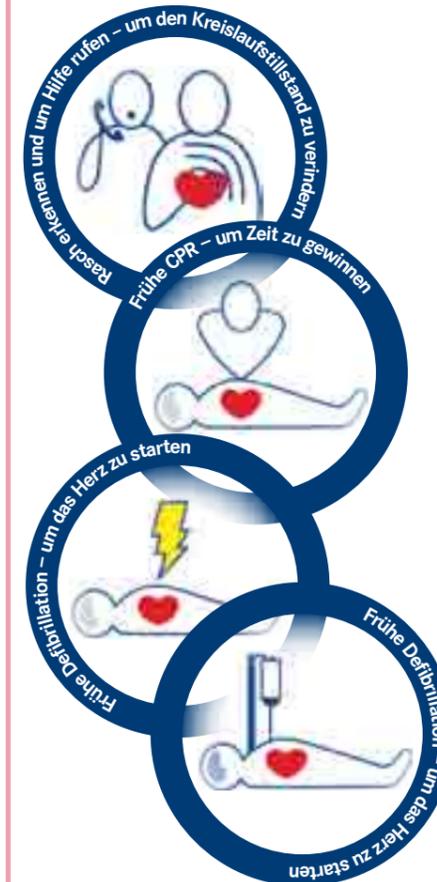


Wenn eine Person leblos aufgefunden wird, ist die Situation nicht aussichtslos. Durch medizinische Maßnahmen kann die Ursache des Herz-Kreislauf-Stillstandes in vielen Fällen behoben werden und der Mensch hat gute Chancen, diese Erkrankung zu überleben.

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 stehen geblieben 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



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:

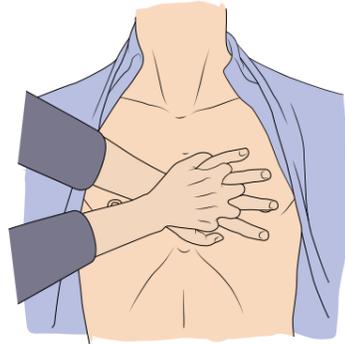
1. **Wo** ist es passiert?
2. **Was** ist passiert?
3. **Wie** viele verletzte Personen?
4. **Welche** Verletzungen haben diese Personen?
5. **Warten** auf Rückfragen, nicht sofort auflegen!

112

Die Mitarbeiter der Notrufzentrale helfen

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

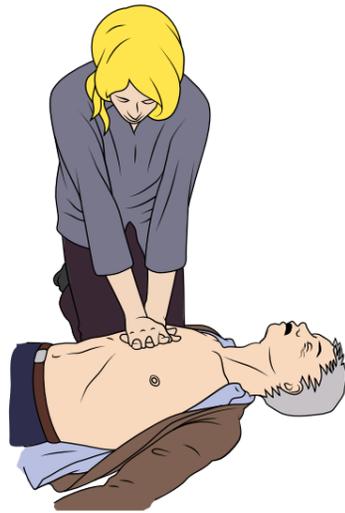
Leben retten – Herz-Druck-Massage



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

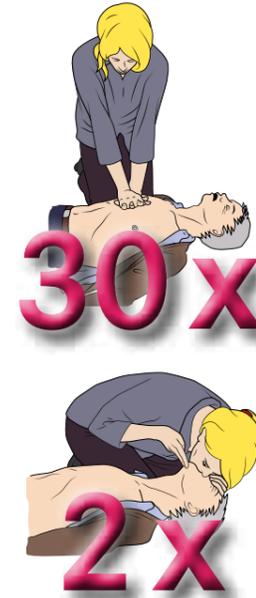


- **Nach 30 Kompressionen folgen 2 Beatmungen.** Dazu überstreckt man wieder den Kopf des Patienten wie bei der Atemkontrolle, presst seinen eigenen Mund auf den Mund und führt 2 Atemspenden (Beatmungen) aus. Dabei hält man die Nase des Patienten mit den Fingern verschlossen.

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>



Reanimationskurs für das Team des Favorite Parkhotels in Mainz

Wie wir wissen, ist der Bedarf an Schulung von Laien zum Thema Wiederbelebung von herausragender Wichtigkeit. Mit keiner „Therapie“ kann man so viele Menschenleben retten, wie mit einer richtig durchgeführten Wiederbelebung.

Aus diesem Grund hat sich das Team um **Christian Barth** von der Favorite entschieden, in der Universitätsmedizin Mainz an einem Wiederbelebungs-kurs, organisiert durch die **STIFTUNG MAINZER HERZ**, teilzunehmen.

Experten und Schulungsleiter waren **Dr. Ingo Sagoschen** und **Dr. Maïke Knorr** vom Zentrum für Kardiologie. Das Engagement war herausragend.



Die STIFTUNG MAINZER HERZ bietet bei Interesse Wiederbelebungs-kurse für Firmen an.

Telefon 0 61 31 - 6 23 14 73

Zweite Notrufsäule – gespendet von der STIFTUNG MAINZER HERZ – in Mainz eingeweiht

Ein grauer Kasten, der Leben rettet: die **STIFTUNG MAINZER HERZ** hat der Stadt Mainz erneut einen Defibrillator gespendet. Die neue Notrufsäule befindet sich am Haupteingang des Kaufhofs, Ecke Schusterstraße.

Professor Münzel betonte, wie wichtig es sei, die Kenntnisse in Erster Hilfe aufzufrischen – der in der Notrufsäule integrierte Defibrillator nütze nichts, wenn der einzelne nicht in der Lage sei, Wiederbelebensmaßnahmen durchzuführen.

Mit jeder Minute, in der Rettungsmaßnahmen bei Herzstillstand ausbleiben, sinkt die Überlebensrate um ca. 10%.

Ein Knopfdruck an der Säule stellt die Verbindung zur Rettungsleitstelle her, die die Notfallsituation abfragt, bei Bedarf den Zugang zum Defibrillator freigibt und bis zum Eintreffen des Rettungswagens in ständigem Kontakt mit dem Ersthelfer bleibt.



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

VOLKSBANK ALZEY-WORMS eG

IBAN DE80 5509 1200 0000 2020 10
BIC GENODE61AZY

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.

Spenden 2016

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

- Otto Boehringer: Herz-Kreislauf-Spiel
- Spende Stiftung Familie Aulenbacher: Lärmforschung
- Spende Heidemarie Stoll: Forschung E-Zigaretten
- Spende Karl Josef Schiffer
- Spende Kai Heckert
- Spende Margot Braeuning
- Spende Ernst Rauch
- Spende Heinrich Bugner, 80. Geburtstag
- Spende Prof. Dr. Jürgen Beyer: 80. Geburtstag
- Spende Fritz Eckhard Lang: 125 Jahre Firma Lang GmbH Bauunternehmen
- Spende Trauerfall Manfred Mohr
- Spende Trauerfall Wolfgang Adrian
- Spende Trauerfall Walter Settele
- Spende Mainzer Volksbank eG: Herz-Kreislauf-Spiel
- Spende Ernst Rauch
- Spende Herbert Hassenbach
- Spenden Liselotte Friedrich
- Spende Heinrich Feck
- Spende Albert Müller
- Spende Ott de Hasque
- Spende Horst und Gertrud Martin
- Spende Hans Georg Hachenberger
- Spende Dr. Georg und Kristina Schwarz
- Spende Bernhard Steeg
- Spende Bärbel Eulich: 80. Geburtstag
- Spende Martina Schmidt
- Spende Hans Klee
- Spende Albert Müller
- Spende Dr. Dieter Sarfert
- Spende Elisabeth Leuschner
- Spende Helga Thurn
- Spende Scholz
- Spende Perter Clemens Schnell
- Spende Lothar Pächer
- Spende Rolf Roth
- Spende Ursula Scholz
- Spende Harald Scholl
- Spende Hans Dieter Lohnes
- Spende Wolfram Jung
- Spende Trauerfall Ottmar Wagner
- Spende Wolfgang Heilbronn
- Spende Peter und Gabriele Körfer Schün
- Spende Servier
- Spende Interessensgemeinschaft Flugschneise, Nord – Bürgerinitiative gegen Fluglärm, Lärmwirkungsforschung
- Spende Paula Rösch
- Spende Peter Ditsch: Herz-Kreislauf-Spiel
- Spende Horst und Ursula Raule
- Spende Theobald und Brunhilde Zeitvogel
- Spende Dipl. Ing. Wolfgang Pöhlmann
- Spende Frederic Tönhöfer
- Spende Karl-Adolf Laue
- Spende Dr. Mosler
- Spende Helga Ehli
- Spende Günter und Brigitte Smentek
- Spende Hans und Gonda Müller
- Spende Günter Bley
- Spende Gebrüder Autohaus Heinz
- Spende Ehepaar Link
- Spende Ernst Dietter
- Spende Guenther Huettner
- Spende Gerhard und Lisalotte Gras
- Spende Hannelore und Heinz Jürgen Schneider
- Spende Christa und Helmut Hammelmann, 80. Geburtstag
- Spende Herzball 2016

Spenden für und von der **STIFTUNG MAINZER HERZ**

125 Jahre Bauunternehmen Lang

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** wurde vom Bodenheimer Bauunternehmen Lang mit einer großzügigen Spende bedacht: 20.330 Euro lautet die Summe. Am 11. Oktober übergab Geschäftsführer Fritz Eckhard Lang (2.v.r.) den Scheck an Professor Münzel. Vom Bauunternehmen noch mit dabei: Sebastian Lang (1.v.r.) und Michael Illner (4.v.r.).

Die Stiftung freut sich sehr über die Spende und bedankt sich herzlich!



80. Geburtstag Prof. Dr. Jürgen Beyer

Anlässlich seines 80. Geburtstages spendete Herr Prof. Dr. Jürgen Beyer die Summe von 1.285 Euro. Professor Beyer war von 1995 bis zum Eintritt in den Ruhestand 2001 Direktor der Klinik und Poliklinik für Innere Medizin, Endokrinologie und Stoffwechsel des Klinikums der Johannes Gutenberg-Universität Mainz.



Udo-Werk für 10.000 Euro an Wolfgang Hanssmann übergeben

Bei der Versteigerung des neuen Udo Lindenberg-Werks, die im April endete, erzielte das Bild 10.000 Euro zugunsten der **STIFTUNG MAINZER HERZ**. Nun wurde es dem neuen Besitzer, Wolfgang Hanssmann, durch Professor Münzel überreicht. Hanssmann war schon einmal Höchstbietender bei einer Lindenberg-Auktion der Stiftung und kann sich nun erneut über ein Gemälde des Sängers freuen. Herzlichen Glückwunsch!

Udo Lindenberg ist nicht nur Deutschlands bekanntester Rockmusiker, sondern auch begeisterter Maler. Mit seinen Werken unterstützt er seit 2009 die **STIFTUNG MAINZER HERZ**. Die Werke, eigens für die Stiftung angefertigt, wurden zugunsten der Stiftung versteigert. So auch das aktuelle Bild, dessen Motiv sich erneut mit dem Thema „Fluglärm“ auseinandersetzt.



Übergabe von Udos Bild in der Smokey Lounge im Atlantic



Buntes Geburtstagsgeschenk: Lindenberg-Original für Kardinal Lehmann

Am 16. Mai feierte Kardinal Karl Lehmann seinen 80. Geburtstag und wurde von der Stiftung mit einem Geburtstagsgeschenk überrascht: Professor Münzel überreichte dem Ehrenkuratoriumsmitglied der **STIFTUNG MAINZER HERZ** ein Originalgemälde von Udo Lindenberg. Der Künstler hatte das Werk zum 1.000-jährigen Jubiläum des Mainzer Doms im Jahr 2009 gemalt. Bisher befand es sich im Besitz von Professor Münzel.

Bei der Übergabe des Bildes informierte Münzel den Kardinal auch gleich über die Arbeit der Stiftung.

Professor Münzel: „Kardinal Karl Lehmann hat sich sehr über das Geschenk gefreut und auch für die Zukunft der **STIFTUNG MAINZER HERZ** seine volle Unterstützung zugesagt.“

Am meisten hat ihn das Projekt „Kinderakademie Gesundheit“ beeindruckt, in dem pro Jahr mehr als 1.000 Kinder aus ganz Rheinland-Pfalz einen Präventionsunterricht in Mainz geboten bekommen.“

Udo Lindenberg hat für die **STIFTUNG MAINZER HERZ** bereits sechs Bilder erstellt, die jeweils zugunsten der Stiftung versteigert wurden. Das siebte Bild wurde nun dem Jubilar überreicht.



Vielen Dank an Udo Lindenberg –
er unterstützt die **STIFTUNG MAINZER HERZ** seit Jahren aktiv



Fundraising Herzball 2016

Der Herzball 2016 im Mainzer Schloss war ein großer Erfolg. Nicht nur das Programm, herausragend moderiert durch **Lisa Ruhfus** sowie der Auftritt des **i-Pad Zauberers Simon Pierro**, trugen zu dem Erfolg bei, sondern auch die erzielten Erlöse in Höhe von 130.000 Euro.

„Das ist ein großer Erfolg für uns“, so **Thomas Münzel**, Direktor der Kardiologie I im Zentrum für Kardiologie an der Universitätsmedizin Mainz und Mitglied des Vorstands der **STIFTUNG MAINZER HERZ**. Damit ist die Kinderakademie Gesundheit im Jahr 2017 finanziert.

Darüber hinaus bleiben noch Mittel, um unsere großartige Gutenberg-Gesundheitsstudie, die mittlerweile Weltruf hat, mit einem großen Betrag zu unterstützen.

Besonderer Dank gilt hierbei unserem **Kuratoriumsmitglied Frank Elstner**, der uns die Moderatorin und den Zauberer vermittelt hat und auch selbst am Ball teilnahm.

„Die Erwartungen wurden mal wieder deutlich übertroffen“, so **Ralf Hauck**, Schatzmeister der **STIFTUNG MAINZER HERZ**. „Der Ball war mit knapp 350 Teilnehmern zum zweiten Mal in Folge komplett ausverkauft und er hat in seiner jetzigen Form hier in Mainz sicherlich ein Alleinstellungsmerkmal“, so Hauck weiter.

Der Termin für den nächsten, nunmehr 8. Herzball im Mainzer Schloss, ist für den 18. November 2017 vorgesehen. Bei diesem Ball wird das Feiern des bereits 10-jährigen Bestehens der **STIFTUNG MAINZER HERZ** im Vordergrund stehen.



Bisherige Preisträger der vorklinischen und klinischen Wissenschaftspreise der STIFTUNG MAINZER HERZ

Auch dieses Jahr vergab die STIFTUNG MAINZER HERZ Forschungspreise für den Bereich Vorklinik und Klinik, dotiert jeweils mit 10.000 Euro. In beiden Bereichen wurden die Preise geteilt.

Jahr	Preis	Preisträger	Klinik / Institut
2013	Vorklinischer Forschungspreis*	Dr. Swenja Kroeller-Schön	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Vorklinischer Forschungspreis*	Dr. med. Susanne Karbach	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Univ.-Prof. Dr. med. Philip Wild, M.Sc.	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Univ.-Prof. Dr. Tommaso Gori	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
2014	Vorklinischer Forschungspreis*	Dr. rer. nat. Sabine Kossmann	Centrum für Thrombose und Hämostase
	Vorklinischer Forschungspreis*	PD Dr. med. Maike Knorr	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Dr. med. Jürgen Prochaska	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Dr. med. Cathrin Theis	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 2
2015	Vorklinischer Forschungspreis	Dr. med. Sebastian Steven	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Dr. med. Torsten Konrad	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 2
	Klinischer Forschungspreis*	Dr. Marina Panova-Noeva	Centrum für Thrombose und Hämostase
2016	Vorklinischer Forschungspreis*	Dr. rer. nat. Rajinikanth Gogiraju	Centrum für Thrombose und Hämostase
	Vorklinischer Forschungspreis*	Dr. med. Moritz Brandt	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Ioannis Drosos	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1
	Klinischer Forschungspreis*	Dr. med. Thomas Jansen	Zentrum für Kardiologie, Kardiologie 1

* In diesen Jahren wurde das Preisgeld von jeweils 10.000 Euro geteilt.

STIFTUNG MAINZER HERZ vergibt erneut Wissenschaftspreise

Auch dieses Jahr vergab die STIFTUNG MAINZER HERZ Forschungspreise für den Bereich Vorklinik und Klinik, dotiert jeweils mit 10.000 Euro. In beiden Bereichen wurden die Preise geteilt.

Im Bereich klinische Forschung waren die Preisträger 2016:

- **Dr. med. Thomas Jansen**, für die Forschung im Bereich koronare, biodegradierbare Stents, publiziert im **European Heart Journal 2016**
- **Ioannis Drosos**, für die Forschung im Bereich Rolle des Fettgewebes bei der Fibrosierung von Herz- und Mammaria-Bypass, publiziert in **Clinical Research Cardiology 2016**

Im Bereich vorklinische Forschung waren die Preisträger 2016:

- **Dr. rer. nat. Rajinikanth Gogiraju**, für die Forschung im Bereich Endothel und Herzschwäche publiziert im **Journal of the American Heart Association 2016**
- **Dr. med Moritz Brandt**, für die Forschung zur Auswirkung von Alkohol auf die Pumpfunktion des Herzens, publiziert in **Scientific Reports 2016**

Die Preise wurden im Rahmen des Herzballs 2016 im Mainzer Schloss verliehen.

Unterstützt werden die Preise unter anderem durch die Volksbank Mainz.

V.l.n.r.: die Preisträger Dr. Gogiraju, Herr Drosos, Moderatorin Lisa Ruhfus, Wissenschaftlicher Vorstand Professor Förstermann, Wissenschaftlicher Beirat der Stiftung, Professor Münzel, und die Preisträger Dr. Brandt und Dr. Jansen.



Veranstaltungen / Aktionen 2016 der STIFTUNG MAINZER HERZ

Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
2. März	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Bürgerveranstaltung	<ul style="list-style-type: none"> Vorsorge Herzinfarkt 	DRK Krankenhaus Alzey
1. – 30. Juni	Frühjahr – 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	3. Gutenberg-Herz-Golfturnier	Fundraising für die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Golfclub Rhein-hessen Wissberg
28. Juni	Abendvorlesung für Kinder	<ul style="list-style-type: none"> Unter Strom und ständig online PD. Dr. Volker Busch, Regensburg	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
7. Juli	Kinderakademie Gesundheit bei Mainz 05	<ul style="list-style-type: none"> Raucherprävention Gesunde Ernährung Herz-Kreislauf-System Begehbare Herz Wiederbelebungstraining 	OPEL Arena
6. September	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	<ul style="list-style-type: none"> Neues vom Europäischen Kardiologenkongress in Rom; Professor Münzel, Mainz Neue Therapieformen von Herzklappen-Erkrankungen; Dr. von Bardeleben, Mainz 	Universitätsmedizin Mainz Geb. 708 Hörsaal
10. – 11. September	Mainzer Wissenschaftsmarkt	<ul style="list-style-type: none"> Herz-Kreislauf-Spiel Begehbare Herz 	Theaterplatz Mainz
1. – 30. 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
22. November	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	<ul style="list-style-type: none"> Lärm (Stress und koronare Herzerkrankung); Geschichte der Koronardilatation und Stent-Implantation; Professor Münzel, Mainz Auflösbare Stents; Professor Gori, Mainz 	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal

Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

2. März 2016 in Alzey – Vorsorge Herzinfarkt

Voll war der Saal mit mindestens 200 Zuhörern als Professor Münzel einen Vortrag über die koronare Herzerkrankung auf Einladung von Dr. Keitel, dem Chefarzt der Inneren Medizin des DRK Krankenhauses Alzey hielt.

Das DRK Krankenhaus Alzey ist einer der **wichtigsten Kooperationspartner der Kardiologie der Universitätsmedizin Mainz.**

In diesem Jahr wurde besprochen, wie eine koronare Herzerkrankung entsteht, was die Alarmsymptome beim drohenden Herzinfarkt sind, wie man einen Herzinfarkt behandelt und insbesondere, wie man einen Herzinfarkt verhindern kann.

Alle Zuhörer erhielten zudem den Jahresbericht des Zentrums für Kardiologie und den Jahresbericht der STIFTUNG MAINZER HERZ.

DRK Krankenhaus Alzey
Akademisches Lehrkrankenhaus der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz

Bürgerveranstaltung
VORSORGE HERZINFARKT

Mittwoch, 02. März 2016
Beginn 19:00 Uhr
Konferenzraum DRK Krankenhaus Alzey

Begrüßung & Moderation
Dr. med. Clemens Keitel
Chefarzt Innere Medizin, DRK Krankenhaus Alzey

Referent
Prof. Dr. med. Thomas Münzel
Direktor II. Med. Klinik, Universitätsmedizin Mainz (Kardiologie, Angiologie, Intern. Intensivmedizin)
Vorstandsmitglied der STIFTUNG Mainzer Herz

medidoc
rheinhessen platz



3. Golfturnier der STIFTUNG MAINZER HERZ

10. Juni 2016 im Golfclub Rheinhessen

Beim diesjährigen Golfturnier der **STIFTUNG MAINZER HERZ** nahmen knapp 80 Golfspieler teil.

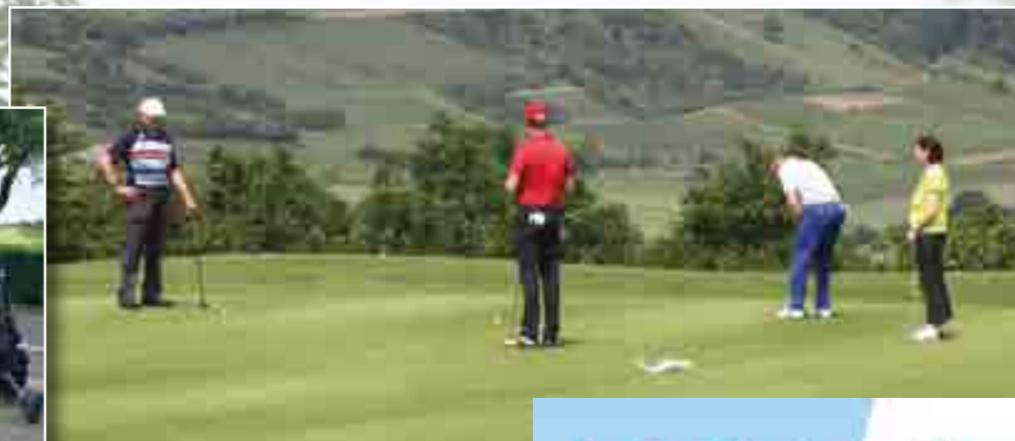
Das Turnier war Vorgabe wirksam und entsprechend wurde auch gekämpft, um mit einem niedrigen Score ins Clubhaus zu kommen. Der Wettergott hatte es auch gut mit uns gemeint.

Im Rahmen des Golfturniers wurde auch das diesjährige UDO-Bild an den Ersteigerer **Wolfgang Hassmann** übergeben.

Bedanken möchten wir uns in diesem Zusammenhang bei dem Präsidenten des GC Rheinhessen **Wolfgang Sinner**, dass er uns den Golfplatz für unser Turnier zur Verfügung stellte und insbesondere auch Dank an den Geschäftsführer **Dirk Eckgold** und unserem Ausbilder und Mitorganisator **Jan Pelz**.

Die Einnahmen des Turniers kommen ja komplett der Gutenberg-Gesundheitsstudie zugute, eine der größten Studien weltweit, die herausfinden möchte, warum die Einwohner aus dem Kreis Mainz-Bingen einen Herzinfarkt bekommen.

Die Erlöse waren beträchtlich und so konnte **Professor Wild** von **Professor Münzel** einen Scheck in Höhe von 30.000 Euro entgegennehmen. Nochmals herzlichen Glückwunsch.





Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

Patientenabend 28. Juni 2016

Im Rahmen unserer Vortragsreihe „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert“ kam erneut **PD Dr. Volker Busch** nach Mainz. Im Oktober 2015 begeisterte er bereits mit seinem Vortrag über die Auswirkungen von Stress.

Diesmal referierte er über das Thema „Bleiben Sie aufmerksam! – Wie Sie das tägliche Chaos im Kopf vermeiden“. Er beleuchtete das Thema „Das Gehirn im Stress zwischen Reizflut und Multitasking“. Die Veranstaltung fand im Hörsaal des Gebäudes 505 statt.

Unser **Kuratoriumsmitglied Julia Klöckner** begrüßte das Publikum und war mit großem Engagement an der Diskussion beteiligt.



3. Abendvorlesung für Kinder

mit dem Thema „Unser Gehirn unter Strom“

28. Juni 2016 – 3. Abendvorlesung für Kinder

Am 28.6. informierte **Volker Busch** die jungen Besucher unter dem Motto „Unser Gehirn unter Strom – warum uns Aufmerksamkeit heute so schwer fällt...“. Dr. Busch erklärte, wie man seine Aufmerksamkeit in der Schule und im Alltag steigern kann – trotz ständiger Ablenkung durch Handy & Co.

Die Veranstaltung war sehr gut besucht. Vor der Veranstaltung hatten die jungen Zuhörer die Möglichkeit, sich mit dem neuen Herz-Kreislauf-Spiel zu beschäftigen und das begehbare Herz zu besuchen.





Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

6. September 2016 – Neue Herzstudien und Therapieformen

Bei dieser Veranstaltung standen die **neuen Studien**, die beim **Europäischen Kardiologenkongress (ESC)** vorgestellt wurden, und **neue Therapieformen bei Herzklappenerkrankungen** im Vordergrund.

Beim ESC Kongress gab es folgende Highlights: Die **Mittelmeerdät** verlängert die Lebenserwartung von Patienten mit einer koronaren Herzkrankung deutlich. Gleiches wurde für regelmäßiges **körperliches Training von Senioren** berichtet (ausführliche Berichte hierzu siehe Beginn des Jahresberichtes). Erfreulich ebenfalls, dass der neue, **kleinste Herzschrittmacher der Welt** sich in einer großen Studie bewährt hat und deutlich weniger Komplikationen (keine Kabelbrüche, keine Infektionen) als bei dem traditionellen Herzschrittmacher beobachtet wurden.

Enttäuschend waren hier **Studien zu Stammzellen** (siehe hierzu Bericht auf Seite 10 des Stiftungsberichtes), die nicht in der Lage waren, die Prognose von Patienten mit einer Herzschwäche nach Herzinfarkt positiv zu beeinflussen.

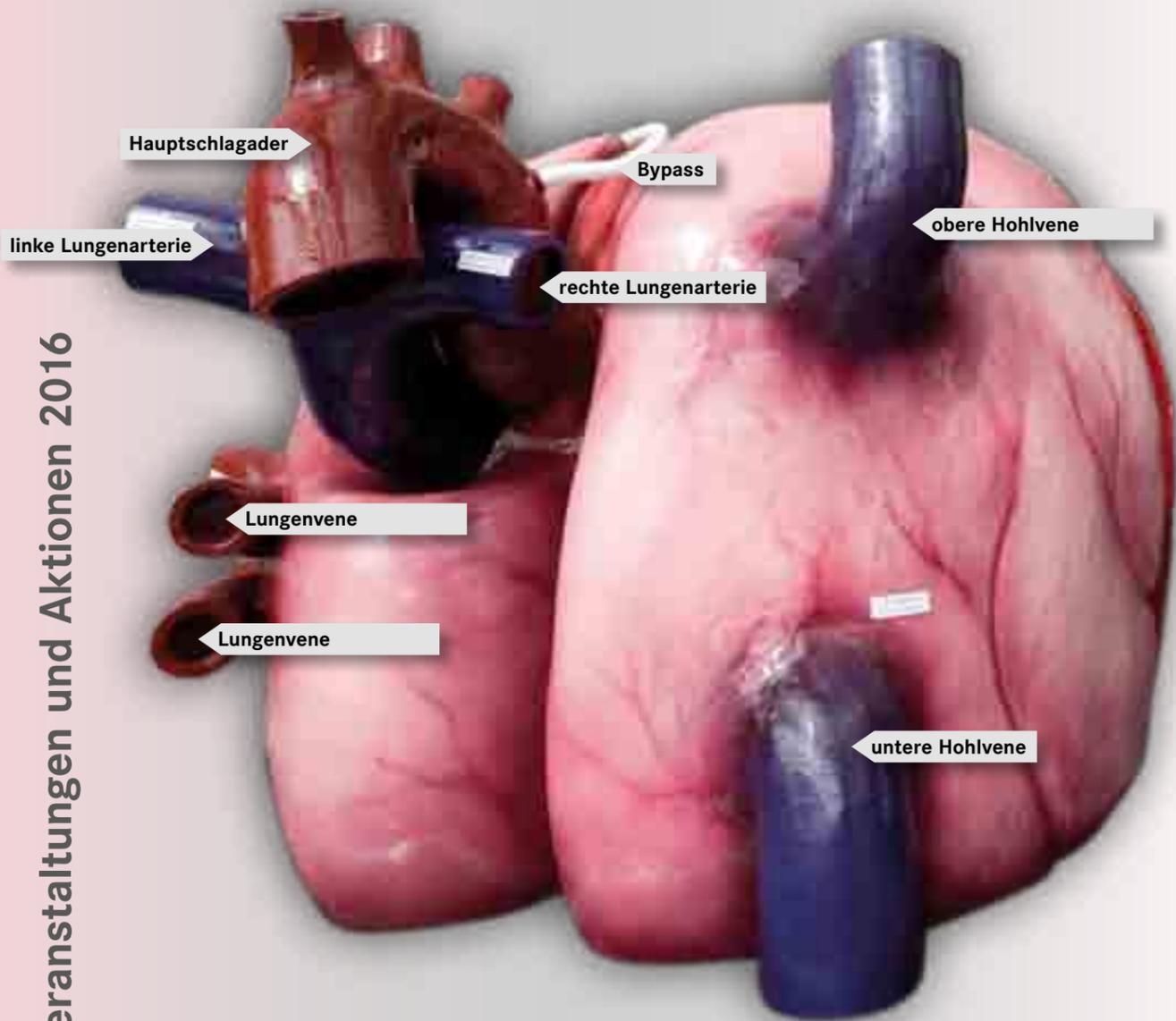
Das absolute Highlight war jedoch die Teilnahme von **Papst Franziskus** am letzten Tag des Kongresses. In einer kurze Rede sagte er:

„You look after the heart. How much symbolism is enshrined in this word! How many hopes are contained in this human organ! In your hands you hold the beating core of the human body, and as such your responsibility is very great!“

Und ebenfalls wichtig: Er segnete die Herz-Kreislauf-Forschung. Dies ist ein Ansporn in der nahen Zukunft unsere Forschungsaktivitäten noch weiter zu steigern!

Im zweiten Teil des Patientenabends besprach **Dr. von Bardeleben** neue Therapieformen von Herzklappenerkrankungen. Im Vordergrund stand hier die Therapie der Mitralklappe. Dr. von Bardeleben ist sicherlich einer der profiliertesten Spezialisten auf dem Gebiet der Mitralklappentherapie. Zudem bestand die Möglichkeit, an Modellen selbst Hand anzulegen und Herzklappenclips zu implantieren.





STIFTUNG MAINZER HERZ auf dem Mainzer Wissenschaftsmarkt vertreten

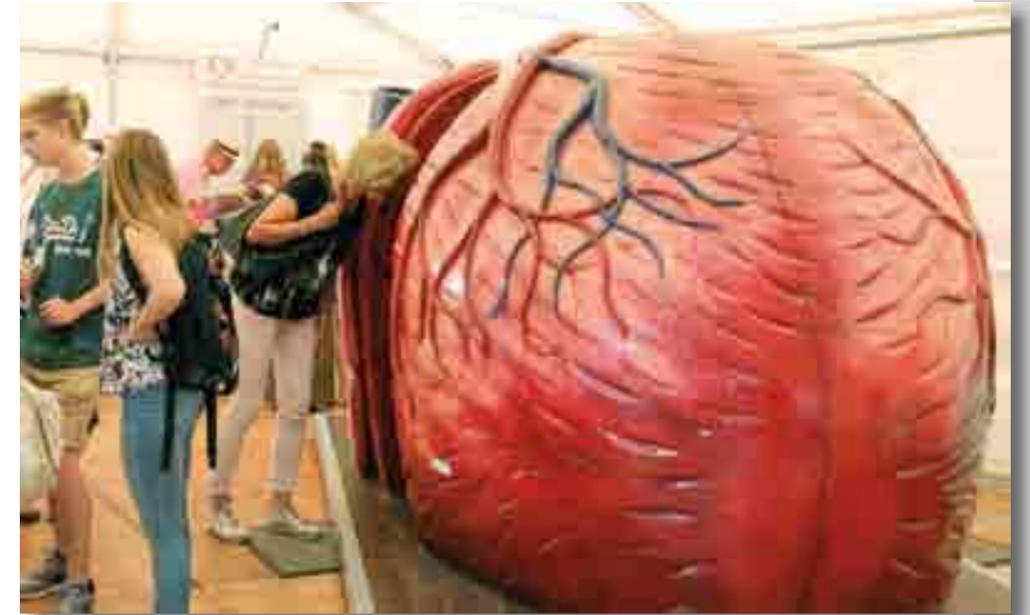
10. September 2016

Bei dem diesjährigen Wissenschaftsmarkt war die STIFTUNG MAINZER HERZ mit dem neuen Herz-Kreislauf-Spiel und dem begehbaren Herzen vertreten.

Besonderes Interesse fand die Station „Informationen rund ums Herz“. Diese Station bietet

Filmmaterial zu Herzklappen-Implantationen, erklärt, wie ein Herzinfarkt entsteht und was im Bereich Prävention wichtig ist. Außerdem gibt es Informationsfilme zur STIFTUNG MAINZER HERZ.

Ruft nach wie vor großes Interesse hervor: das begehbare Herz der STIFTUNG MAINZER HERZ



Von links: Prof. Dr.-Ing. Gerhard Muth, Staatssekretär Prof. Dr. Salvatore Barbaro, Prof. Dr. med. Thomas Münzel und Prof. Dr. med. Babette Simon.



Die „STIFTUNG MAINZER HERZ informiert...“

22. November 2016 – Lärm, Koronardilatation und Stents

Am letzten Patientenabend im Jahr 2016 informierten Professor Münzel und Professor Gori die Patienten über die Behandlung der koronaren Herzerkrankung.

Professor Münzel kümmerte sich primär um die Geschichte der Koronardilatation und bezog auch noch Stellung zu dem Thema Fluglärm. Die erste Herzkatheter-Untersuchung wurde von dem **Urologen Werner Forssmann** 1929 durchgeführt. Er hatte sich einen Blasenkatheter in die linke Armvene gelegt, ein Katheter der lang genug war, um das rechte Herz zu erreichen. Dies hat er in einem Röntgenbild festgehalten. Sein späterer Chef **Ferdinand Sauerbruch** fand dies gar nicht lustig und entließ Forssmann daraufhin mit den Worten: „Mit solchen Kunststückchen habilitiert man sich in einem Zirkus und nicht an einer anständigen deutschen Klinik!“

Diese doch damals heroische Tat wurde mit dem **Nobelpreis für Medizin** 1956 belohnt.

Im zweiten Vortrag hat **Professor Gori**, der leitende Oberarzt des Herzkatheterlabors, die verschiedenen Stenttypen vorgestellt. Hier ging es um die Metallstents, beschichtet oder unbeschichtet, und um die neuen absorbierbaren Stents, die aus dem Material Milchsäure bestehen und sich in einem Zeitraum von drei bis vier Jahren komplett auflösen.

Die Veranstaltung war sehr gut besucht. Vor und nach den Vorlesungen hatte man Gelegenheit, in Modellen selbst Stents zu implantieren.



Kinderakademie Gesundheit Rheinland-Pfalz 2016

Im Rahmen der Ausschreibung über das Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur für die Kinderakademie 2016 hatten sich in diesem Jahr 76 Schulklassen beworben. Die **Schirmherrschaft** hatte die Ministerpräsidentin des Landes Rheinland-Pfalz, Frau **Malu Dreyer**, übernommen.

Geplant waren eine **Frühjahrs-Akademie** und eine **Herbst-Akademie** mit insgesamt 40 Einzelterminen. Ein **Extratermin** mit 5 Schulklassen war, wie im Jahr zuvor, in der **OPEL Arena beim 1. FSV Mainz 05** vorgesehen. So musste wieder das Los entscheiden, welche Schulklassen teilnehmen konnten.

Die Auslosung fand am 12.4.2016 im Konferenzraum der Kardiologie der Universitätsmedizin statt. An der Auslosung nahmen teil

- **Dr. Irmgard Stippler**, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland,
- **Hans-Artur Bauckhage**, Vorstandsvorsitzender der STIFTUNG MAINZER HERZ,
- **Harald Strutz**, Präsident des 1. FSV Mainz 05 und
- **Professor Thomas Münzel**, Vorstandsmitglied der STIFTUNG MAINZER HERZ.

Anhand der Karte sieht man, dass auch eine Schulklasse aus dem Saarland eingeladen wurde, aus **Nalbach**. Wir entsprachen hiermit dem Wunsch von **Frau Dr. Stippler**, da die regionale AOK sowohl für Rheinland-Pfalz aber auch für das Saarland zuständig ist.

Dem aufmerksamen Leser wird es nicht entgangen sein, dass auch eine Schulklasse aus Wiesbaden vertreten war, obwohl es nicht in Rheinland-Pfalz gelegen ist. Bei dieser Bewerbung haben wir eine Ausnahme gemacht und auch dieser hessischen Schule den Präventionsunterricht der Kinderakademie Gesundheit zugutekommen lassen.



Teilnehmer der Pressekonferenz im Rahmen der Auslosung der Kinderakademie Gesundheit. Von links nach rechts: Professor Münzel, Frau Dr. Stippler, Hans-Artur Bauckhage und Harald Strutz



Neues Herz-Kreislauf-Spiel für die Kinderakademie Gesundheit

In diesem Jahr haben wir unser Herz-Kreislauf-Spiel im Hinblick auf die Kinderakademie Gesundheit komplett neu gestaltet. Verantwortlich für die Umsetzung war die **Firma Wenger**. Die Firma Wenger hat sich bei der Gestaltung der Motivwagen bei der Mainzer Fastnacht einen Namen gemacht.

Station 1: Bestimmung des Body-Mass-Index

Nach der Eingabe „Erwachsener“ oder „Kind“ bzw. „männlich“ oder „weiblich“ stellt man sich auf die Waage.

Die Körpergröße wird mit einem Laserstrahl bestimmt und der Computer errechnet automatisch den Body-Mass-Index. Danach wird dem Probanden mitgeteilt, ob Über- oder Untergewicht besteht.

Station 2: Auswirkungen von Rauchen auf die Lungenfunktion

Die Kinder atmen einmal ohne und einmal mit eingeschaltetem Widerstand aus.

Hier erfahren sie, wie z.B. chronisches Rauchen das Ausatmen erschwert.

Station 3: Der Herzschlag

Bei dieser Station wird erklärt wie der Herzschlag entsteht. In der Regel handelt es sich um einen Herzklappen-Schlussston.

Bei dieser Station wird mit einem „Hau-den-Lukas“-Ansatz, falls erfolgreich, das Herz in seiner Aktion mit lautem Herzschlag gestartet.

Station 4: Das Herz als Saug-Druckpumpe

Auch diese Station ist komplett neu gestaltet worden.

Die Kinder betätigen hier eine Pumpe mit einer Frequenz, die die Herzfrequenz widerspiegeln soll. So wird z.B. bei einer Frequenz von 60 die 60 mit der Zahl 70 multipliziert, was dem Schlagvolumen, das das Herz pro Schlag auswirft, entspricht. Somit pumpt unser Herz in Ruhe 4,2 l (=Herz-Minuten-Volumen).

Mit Zunahme der Frequenz steigt das Herz-Minuten-Volumen deutlich. Gleichzeitig wird digital ein Läufer eingespielt, der immer schneller rennt. Dies kann er jedoch nur tun, wenn das Herz immer schneller schlägt.

Station 5: Informationen rund ums Herz

Hier werden die Kinder - aber auch die Erwachsenen - ausführlich über die normale Funktion

unseres Herz-Kreislauf-Systems und dessen Krankheiten informiert. Folgende Themenblöcke werden angeboten:

- Wie funktioniert unser Herz-Kreislauf-System
- Herz-Kreislauf-Risikofaktoren
- Wie entsteht und wie behandle ich einen Herzinfarkt
- Periphere arterielle Verschlusskrankungen
- Herzklappen-Erkrankungen
- Moderne Herzschrittmachertherapie
- Kinder, gesunde Ernährung, Übergewicht, Sport
- Informationen zur **STIFTUNG MAINZER HERZ**

Gleichzeitig kann man in dem Schaukasten den kleinsten Herzschrittmacher der Welt bewundern, einen Mitraclip und eine Aortenklappe, die über die Leiste implantiert wird (TAVI).



Das Interessante an der neuen Version ist die Tatsache, dass die Stationen fast komplett digitalisiert wurden.

Sondertermin Kinderakademie Gesundheit

Ein besonderer Dank geht wieder an **Harald Strutz** und den Kooperationspartner der Kinderakademie, den 1. FSV Mainz 05, für den ermöglichten Sondertermin im Juli 2016.

In diesem Jahr nahmen vier Schulklassen mit knapp 150 Kindern an dem Termin teil.

Herausragend war, dass die **Schirmherrin und Ministerpräsidentin Frau Malu Dreyer** und der Präsident des 1. FSV Mainz 05 sich die Zeit nahmen, um die Kinder zu begrüßen. Und nicht nur das, Frau Dreyer hat den Kindern gegenüber „gestanden“, auch mal geraucht zu haben. Sie hat den Schülern aber auch ihren „Trick“ verraten, wie sie sich das Rauchen wieder abgewöhnen konnte.

in der OPEL Arena am 5. Juli 2016

- Alle Schulklassen nahmen an einem vierstündigen Präventions-Programm teil. Es vermittelte den Schülern passend zum Rahmenplan Naturwissenschaften – Themenfeld: „Körper und Gesundheit“ – sowohl Verständnis für den eigenen Körper als auch Eigenverantwortung für die Gesundheit.
- Die Veranstaltung begann mit einem Vortrag von **Professor Münzel** zum Thema Rauchen mit Schwerpunkt E-Zigaretten und Shisha-Rauchen.
- Anschließend wurde ihnen von **Dr. Susanne Karbach** der Herz-Kreislauf in einem interaktiven Vortrag näher gebracht.
- Nach einem gesunden Mittagessen folgte der Punkt „Erlernen von Wiederbelebungsmaßnahmen“.
- Ein Höhepunkt war sicherlich die Stadionbegehung mit Besuch der Umkleidekabinen der Spieler, dem Pressekonferenzraum und des Stadioninnenraums, wo man auf dem Trainerstuhl Platz nehmen durfte.
- Anschließend wurde gemeinsam mit **Harald Strutz** und **Malu Dreyer** das neue Herz-Kreislauf-Spiel und das begehbare Herz in Augenschein genommen



Frühjahrs-Akademie Gesundheit 2016

Veranstaltungen und Aktionen 2016

Veranstaltungen und Aktionen 2016

- Diese Schulen waren dabei:**
- IGS Anna-Seghers Mainz
 - Realschule plus Adenau
 - Ruwertalschule Waldrach (Realschule Plus)
 - Stefan-George-Gymnasium Bingen
 - Wilhelm-Remy-Gymnasium Bendorf
 - Realschule plus Untermosel
 - Sebastian-Münster-Gymnasium Ingelheim
 - Anne-Frank-Realschule plus Mainz
 - Cusanus-Gymnasium Wittlich
 - Gustav-Heinemann-Realschule plus und Fachoberschule Alzey
 - Gymnasium Mainz-Oberstadt
 - IGS Bretzenheim
 - IGS Koblenz
 - IGS Morbach
 - Mons-Tabor-Gymnasium Montabaur
 - Realschule plus Untermosel
 - Lina-Hilger-Gymnasium Bad Kreuznach
 - Schule am Litemont Nalbach
 - Marion-Dönhoff-Gymnasiums in Lahnstein
 - Martinus-Gymnasium Linz
 - IGS Hermeskeil
 - Schule am Pulvermaar Gillenfeld
 - Käthe-Kollwitz-Schule Grünstadt



Herbst-Akademie Gesundheit 2016

Veranstaltungen und Aktionen 2016



- Diese Schulen waren dabei:**
- Thomas-Morus-Gymnasium Daun
 - Adolf-Diesterweg Realschule Plus Ludwigshafen
 - Alfred-Delp-Schule Hargeshelm
 - Comeniuschule Wiesbaden
 - Evangelisches Gymnasium Bad Marienberg
 - Gymnasium an der Heizenwies Idar-Oberstein
 - Gymnasium Kirn
 - Realschule plus Neustadt/Wied
 - IGS Stromberg
 - Gymnasiums Traben-Trarbach
 - Realschule plus Langenlonsheim
 - Otto-Hahn-Schule Westhofen
 - Nordpfalzgymnasium Kirchheimbolanden
 - Otto-Hahn Realschule plus Westhofen
 - Realschule Plus „Konrad Adenauer“ Asbach
 - Realschule Plus Asbach
 - Gymnasium Theresianum Mainz
 - Realschule Plus Ramstein-Miesenbach
 - Realschule plus Waldböckelheim
 - Stefan-George-Gymnasium Bingen

Veranstaltungen und Aktionen 2016

Preisträger „Beste Internetpräsentation“ bei der Kinderakademie Gesundheit 2016

Um die Nachhaltigkeit des Gesundheitsunterrichtes weiter zu erhöhen, hat die **STIFTUNG MAINZER HERZ** seit der Herbstakademie 2015 Geldpreise für die beste Internetpräsentation zum Thema Kinderakademie Gesundheit ausgegeben. Belohnt werden sollen damit die Schulklassen, denen es gelingt, den Gesundheitsunterricht mit Präsentationen oder auch Filmen inhaltlich gut wiederzugeben.

Folgende Schulklassen wurden im Rahmen der Herbstakademie 2015 für ihre Leistungen mit Geldpreisen ausgezeichnet:

1. Preis (500 Euro): Realschule Plus Altenglan
2. Preis (300 Euro): IGS Mainz-Bretzenheim
3. Preis (100 Euro): IGS Koblenz, Otto Hahn Schule Westhofen, Erich Kästner Realschule plus Ransbach-Baumbach, Wilhelm-Remy-Gymnasium Bendorf.

Die Preisträger der Frühjahrsakademie 2016 sind:

1. Preis (500 Euro): Realschule plus Untermosel, Kobern-Gondorf
2. Preis (300 Euro): Cusanus Gymnasium, Wittlich
3. Preis (100 Euro): Schule am Litemont, Nalbach, Saarland

Hervorheben möchte ich hier besonders die Realschule Plus Altenglan (siehe Bilder unten), die mit der Gewinnerklasse in Mainz erschienen ist um den Scheck in Höhe von 500 Euro abzuholen. Neben einer hervorragenden Internetpräsentation hat die Schulklasse Spiele entwickelt, um das Herz-Kreislauf-System in spielerischer Weise kennenzulernen, und auch noch einen Kurzfilm gedreht.



Auswertung der Umfrage zum Thema Rauchen

Auch in diesem Jahr haben wir wieder unsere Schüler befragt, ob sie schon einmal geraucht haben, ob die Eltern zu Hause rauchen, ob sie in der Wohnung bzw. im Auto rauchen und ob sie sich schon mal Zigaretten aus dem Zigarettenautomaten geholt haben. Weitere wichtige Informationen, die abgefragt wurden, betrafen das Rauchen von Shishas und E-Zigaretten.

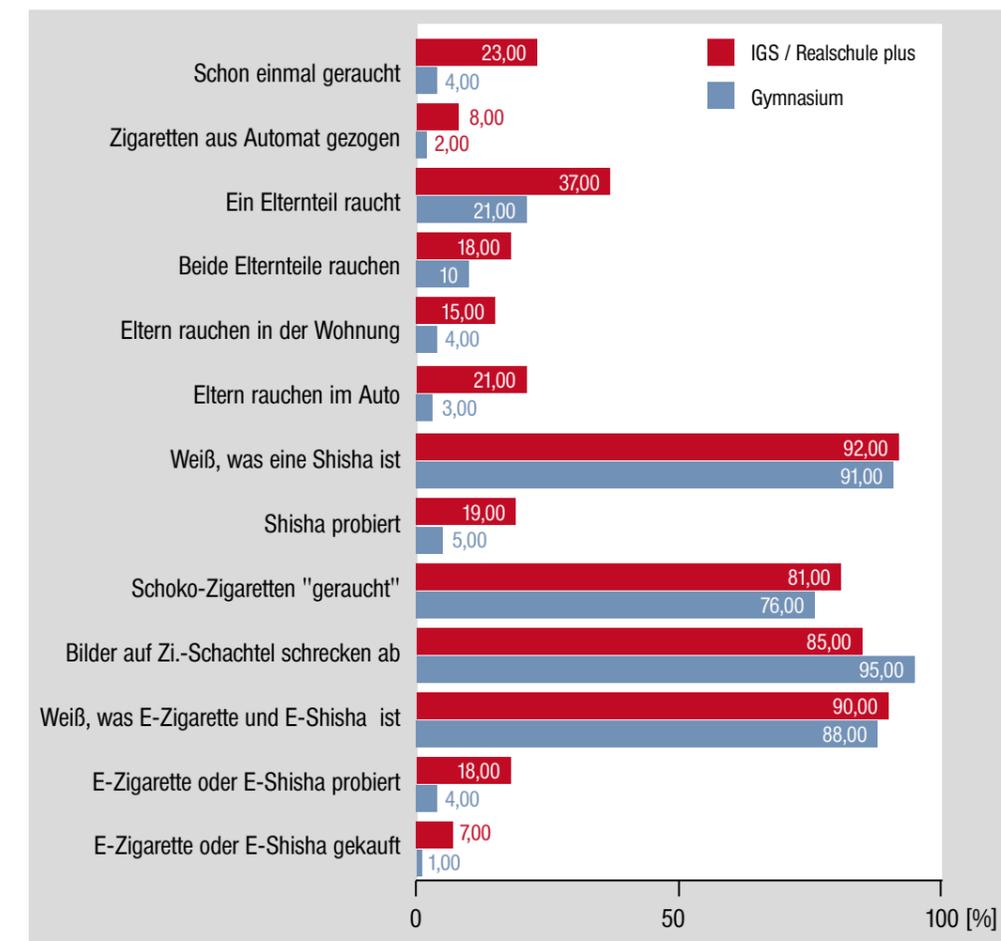
Ergebnisse

- Insgesamt wird – wie schon in den Vorjahren – ein soziales Gefälle beobachtet. Kinder von IGS und Realschulen plus rauchen häufiger selbst, sind mehr vom Passivrauchen betroffen und haben sich vermehrt E-Zigaretten und Shishas gekauft und ausprobiert.
- Schüler der Realschule plus bzw. IGS rauchen zu knapp 25%, während Gymnasiasten nur zu 4% zur Zigarette gegriffen haben. Die Eltern von Realschulkindern rauchen zu knapp 40%, davon rauchen 15% in der Wohnung.
- Gymnasiasten rauchen ebenfalls deutlich weniger Shisha und E-Zigaretten als Schüler der IGS/Realschule plus.

In diesem Zusammenhang muss nochmal betont werden, wie gefährlich das Passivrauchen ist.

Schüler der IGS und Realschule plus sind deutlich mehr dem Passivrauch der Eltern in der Wohnung und auch im Auto ausgesetzt als die Kinder, die Gymnasien besuchen.

Am besten kann man die Gefährlichkeit des Passivrauchens dadurch verdeutlichen, dass durch die Einführung des Nichtraucher-Schutzgesetzes die Herzinfarktrate von Nichtrauchern bzw. Passivrauchern um 14% zurückgegangen ist.



Auswertung der Kinderbefragung im Rahmen der Kinderakademie zum Thema Rauchen



Studien belegen –
mehr Gesundheitsschutz
durch Rauchverbote

Weniger Qualm - weniger Herzinfarkte

Nichtraucher profitieren stärker von Rauchverboten

Rauchverbote senken das Herzinfarkt-Risiko - besonders bei Nichtrauchern. Das haben Bremer Wissenschaftler in einer Studie herausgefunden. Raucher dagegen profitieren nicht von öffentlichen Rauchverboten. Sie erleiden genauso häufig Herzinfarkte wie vor dem Rauchverbot. Ein Gespräch mit SWR-Wissenschaftsredakteurin Anja Braun.

Wer profitiert hauptsächlich von den öffentlichen Rauchverboten?

Es sind vor allem die Nicht- beziehungsweise Passivraucher, die von der Einführung öffentlicher Rauchverbote profitieren. Also jene, die nicht selbst am Glimmstengel ziehen. Für sie ist nicht nur die Geruchsbelästigung weggefallen, auch ihr Gesundheitszustand hat sich eindeutig verbessert.

Die Bremer Wissenschaftler haben nachgewiesen, dass Nichtraucher, die durch Rauchverbote geschützt werden, seltener mit einem Herzinfarkt eingeliefert werden. Das geschah schon innerhalb weniger Monate nach Inkrafttreten eines Rauchverbotes. In Bremen und Niedersachsen ist die Infarktrate der Passivraucher nach dem Inkrafttreten der Nichtraucherschutzgesetze um 14% zurückgegangen.



Hat sich das Herzinfarktrisiko auch bei den Rauchern verringert?

Die Raucher profitieren nicht von den öffentlichen Rauchverboten. Sie erleiden genauso häufig Herzinfarkte wie vor dem Rauchverbot - kein Wunder, in der Regel gehen sie eben vor die Tür zum Rauchen.

Haben die paar Stunden pro Woche, die man als Nichtraucher heute weniger als früher in einer verqualmten Kneipe verbringt, so einen großen Effekt auf die Herzgesundheit?

Stimmt, das verwundert einen schon. Vor allem wenn man bedenkt, dass es noch andere wichtige Einflussfaktoren für Herzinfarkte gibt, wie zum Beispiel ungesunde Ernährung oder mangelnde Bewegung. Doch jede Stunde Passivrauchen kann bei empfindlichen Menschen das Risiko für einen Herzinfarkt vergrößern.

Selbst zwei Restauranttische weiter bekommt der Passivraucher in der Regel noch ausreichend giftige Substanzen des Tabakrauchs ab, um den Körper zu belasten. Das kann zu tränenden Augen, Kopfschmerz und Hustenreiz führen. Daneben wirken einige Bestandteile des Tabakrauchs aber auch direkt auf das Herz-Kreislauf-System...

MEIN FAZIT

Dies unterstreicht nochmals, dass in allen öffentlichen Gebäuden und Sportarenen, inklusive der OPEL-Arena, das Rauchen verboten werden muss, um die Nicht- bzw. Passivraucher vor dem extrem schädlichen „Qualm“ zu schützen.

Lesen Sie weiter unter

<http://www.swr.de/swrinfo/nichtraucher-profitieren-staerker-von-rauchverboten/-/id=7612/did=9707254/nid=7612/fjs6nd/index.html>

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse fördert die STIFTUNG MAINZER Herz

Als größte Krankenversicherung in der Region setzt sich die AOK seit über 30 Jahren für die Gesundheit ihrer Versicherten ein. So nimmt die Gesundheitskasse auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und Prävention eine Vorreiterrolle ein.

Prävention hat viele Facetten: Betriebliche Gesundheitsförderung, unterschiedlichste Gesundheitskurse sowie Prävention in der Pflege, Schulen und Kindergärten. Gesundheit zu fördern heißt deshalb, in der Familie, bei der Arbeit und in Kindergärten und Schulen Bedingungen zu schaffen, die es den Menschen erleichtern gesund zu leben.

Hier liegt der AOK immer wieder die Gesundheit der kleinsten Versicherten am Herzen. Prävention sollte fest in den Kindergarten- und Schulalltag integriert werden. Die Erziehung zu einer gesunden Lebensführung und die Gesundheitsförderung sind Ziele, die für die Gesundheitskasse einen hohen Stellenwert haben. Die 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 fördert die AOK Rheinland-Pfalz / Saarland gerne die beachtlichen und erfolgreichen Initiativen der STIFTUNG MAINZER HERZ für eine gesunde Lebensweise von Kindern und Jugendlichen.

Die Unterstützung des begehbaren Herzens, welches neue Möglichkeiten der altersgerechten Darstellung und Erklärung bietet, ist besonders spannend. 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. Praxisnah und ohne erhobenen Zeigefinger erfahren die Jugendlichen, wie Rauchen, Bewegungsmangel und falsche Ernährung die Gesundheit beeinträchtigen.

Der Beitrag der Gesundheitskasse ist nicht nur auf die finanzielle Unterstützung bei vielfältigen Projekten der Stiftung beschränkt. Das Anliegen ist vielmehr, das Wissen und die Erfahrung aus der Gesundheitsberatung und -förderung aktiv zu vermitteln. Deshalb bietet die AOK zusammen

mit der Stiftung unter anderem Workshops in rund 40 Schulen an, mit dem Ziel die Kinder und Jugendlichen schon frühzeitig zu erreichen.

Man will auch zu dem Thema „Herzinfarkte und frühe Stadien von Herz-Kreislauf-Erkrankungen“ informieren und sensibilisieren, um diese tückischen Erkrankungen zu bekämpfen. Die AOK-Ernährungsexperten vermitteln den Schülern in der Theorie und in der Praxis, wie gesundes Essen aussehen kann und wie Sport und Bewegung die eigene Energiebilanz positiv beeinflussen.

So wurden beispielweise durch AOK-Ernährungsexpertinnen im letzten Jahr in der Alfred Delp Schule Hargesheim Workshops durchgeführt.

- Die Workshops starten mit der Frage: Was ist eigentlich Fast Food? In zwei Gruppen sammeln die Schüler Fast Food Gerichte sowie gute Argumente für die jeweiligen Gerichte.
- Danach führt jede Schülerin/jeder Schüler einen persönlichen Ernährungsscheck durch. Dabei werden Fragestellungen wie: Was esse ich überhaupt? Steht Obst auf meinem Speiseplan? Nehme ich etwas zum Essen mit in die Schule? Wie sieht es mit meinem Trinken aus? Trinke ich mindestens zwei Liter am Tag? beantwortet.
- Anhand der Ernährungspyramide kann jeder sein Ernährungsverhalten überprüfen und optimieren. Mit anschaulichen Symbolen, selbsterklärenden Ampelfarben und der Unterteilung der Pyramidenebenen in



Portionsbausteine bietet das Modell eine klare Orientierung im Alltag.

- Im Anschluss durchlaufen die Schülerinnen und Schüler drei Stationen, bei denen sie unterschiedliche Aufgaben erledigen müssen:
 - Stelle dein Fast Food Menü zusammen.
 - Rechne den Energiegehalt aus und vergleiche ihn mit deinem eigenen Energiebedarf.
 - Wie wird aus einem Fast Food Gericht ein Fit Food Gericht und wie viel Zucker enthält dein Lieblingsgetränk? Immer wieder sind viele Schüler überrascht, dass in einer Dose Cola zwölf und in einer Dose Energydrink sogar 26 Stück Würfelzucker stecken.
- In der Abschlussrunde können die Schüler ihre offenen Fragen stellen.
- Am Ende der Workshops sind sich alle einig: Es gibt nicht nur gute oder schlechte Lebensmittel: Der richtige Mix macht es aus, um fit und leistungsfähig der Schulalltag zu meistern.

Dr. Irmgard Stippler, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse freut sich über die erfolgreiche Partnerschaft:

„Gerne fördern wir diese lobenswerten Präventionsprojekte, denn aktive Jugendarbeit gehört in einer alternden Gesellschaft zu unser aller Aufgabe und ist gerade bei der Gesundheitskasse ein zentrales Thema.“

Kinder verbringen einen großen Teil ihrer Zeit in der Schule – diese Zeit müssen wir auch nutzen, um hier gezielte Angebote zu schaffen und Gesundheitsrisiken kindgerecht aufzuklären. Dabei ist ganz wichtig: Bei der Aufklärung und Umsetzung vor Ort schließen wir auch die Lehrer eng mit ein. Denn nur mit ihnen und den Eltern gemeinsam gelingt es uns, Kinder möglichst auf spielerische Weise für Gesundheit zu begeistern. Wir müssen die Kinder und Jugendliche aufklären und die Lust auf gesunde Lebensweise wecken, denn gerade im Kindesalter kann das Gesundheitsverhalten noch positiv beeinflusst werden.“



Herzball 2016

Insgesamt 350 Gäste folgten auch 2016 der Einladung zum 7. Mainzer Herzstiftungsball am 19. November in das Kurfürstliche Schloss.

Der Erlös kam der Kinderakademie Gesundheit und der Gutenberg-Gesundheitsstudie zugute.

Dieses Jahr gilt der besondere Dank dem Kuratoriumsmitglied und Entertainer **Frank Elstner**. Er vermittelte die exzellente **Moderatorin Lisa Ruhfus** aus Berlin und den **i-PAD Zauberer Simon Pierro**.

Weiterhin wurden die Wissenschaftspreise der **STIFTUNG MAINZER HERZ** vergeben.

Professor Münzel gab einen Jahresrückblick zu den Aktivitäten des Zentrums für Kardiologie und der **STIFTUNG MAINZER HERZ**.

Jammin Cool sorgte wie jedes Jahr für exzellente Musik und versetzte die Gäste in Tanzstimmung.

Der **Präsident der Johannes Gutenberg-Universität, Professor Georg Krausch**, betonte, dass die **STIFTUNG MAINZER HERZ** aufgrund ihrer zahlreichen Aktivitäten eine herausragende Stellung hat. Es sei der Stiftung darüber hinaus gelungen, zu einer „Marke“ zu werden.

Zudem gab es eine Tombola. Hauptgewinn war eine Businessloge beim Spiel 1. FSV Mainz 05 gegen Augsburg.

Wir bedanken uns nochmals recht herzlich bei den Sponsoren. Impressionen vom Ball sind am Ende des Stiftungsberichtes zusammengefasst.

Tombola		Tombola	
7. Mainzer Herz-Stiftungsball am 19. 11. 2016		7. Mainzer Herz-Stiftungsball am 19. 11. 2016	
Preise	Sponsoren	Preise	Sponsoren
1. Business Loge Mainz 05 - Augsburg 10.05.2017	1. FSV Mainz 05	13. Elektrofit Q140	Weber Grill
2. Weber Grill Genesis E330 Kupfer	Weber Grill	14. 2 Karten „Horsten Hovener“ Caribbean- und Käsefest	marabus Citymarketing
3. iPhone	Stiftung Mainzer Herz / ergo sum	15. 2 Karten „Jörgo Assf“ marabus Citymarketing	marabus Citymarketing
4. iPad	Stiftung Mainzer Herz / ergo sum	16. 2 Karten „Jasminöcker on Ice“ marabus Citymarketing	marabus Citymarketing
5. Schoffel Perlethe	Ameller Mainz	17. 2 x 2 Parktickets, Stängelkarten	Karneval Club Kastel e.V.
6. Fahrlehrertraining	Mercedes-Benz, Neoblesung Mainz	18. 3 Gutscheine à 50,- Euro	Witt - der Kinderladen
7. 2 Restaurant-Gutscheine	Favorite Parkhotel	19. 2 x 1,5l Flaschen „Majesticum“	Weingut Falcher
8. Restaurant ALGAGIO 4-Gänge-Menü	ALRUM Hotel Mainz	20. 2 Karten „Jermingarten“	RASTA
9. 2 Restaurant-Gutscheine	Hyatt Mainz	21. - 50 „Gibbet“ „Joviter Herz“	RASTA
10. Gutscheine Mobil MICHIO	MICHIO Mainz		
11. Kochbuch „Irrsinnige Aufzüge“	Johann Lohr		
12. 2 Kugelschreiber	Weber Grill		

Die Preise können nicht gegengeltig oder am anderen Tag/Tagen nachgeholt werden.



Für weitere Impressionen zu unserem 7. Mainzer Herz-Stiftungsball lesen Sie diesen Stiftungsbericht doch einmal von hinten nach vorne.

Geplante Termine 2017 im Überblick

Für 2017 hat sich die Stiftung wieder ein vielseitiges Jahresprogramm vorgenommen. Folgende Termine stehen bereits fest:

- Es gibt voraussichtlich drei 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 2017 ist die Kinderakademie Gesundheit geplant, zu der Schulklassen aus ganz Rheinland-Pfalz eingeladen werden. In 2017 können 45 Schulklassen an der Kinderakademie Gesundheit teilnehmen.
- 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.
- Auch in diesem Jahr werden wir wieder einen Sondertermin für die Kinderakademie Gesundheit in der Opel-Arena beim **1.FSV Mainz 05** haben. Ausgelost werden 5 Schulklassen, die auch noch in den Genuss einer Stadionführung kommen werden.



Datum	Veranstaltung	Themen	Ort
7. Februar	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	<ul style="list-style-type: none"> ● Kann man an einem gebrochenen Herzen sterben? ● 1000 Aortenklappen-implantationen in Mainz: wie sind die Erfahrungen? 	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal Beginn 18.00 Uhr
22. Mai – 23. 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
2. Juni	5. Gutenberg-Herz-Golfturnier	Fundraising für die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Golfclub Rheinhessen Wissberg Kanonenstart 12.00 Uhr
20. Juni	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	Zeitnah informieren unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de auf Veranstaltungen und mehr über die Themen erfahren!	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal Beginn 18.00 Uhr
26. September	Abendvorlesung für Kinder	Zeitnah informieren unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de auf Veranstaltungen und mehr über die Themen erfahren!	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal
1. – 30. 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
18. November	8. Mainzer Herz-Stiftungsball	Fundraising Event für die Kinderakademie Gesundheit und die Gutenberg-Gesundheitsstudie	Kurfürstliches Schloss zu Mainz
21. November	„STIFTUNG MAINZER HERZ informiert ...“ Abend für Patienten, Angehörige und Interessierte	Zeitnah informieren unter www.herzstiftung-mainzer-herz.de auf Veranstaltungen und mehr über die Themen erfahren!	Universitätsmedizin Mainz Geb. 505 Hörsaal Beginn 18.00 Uhr

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 85 und 86.

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

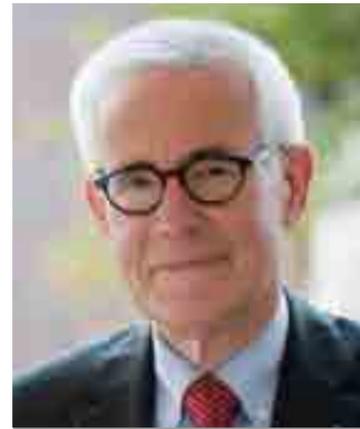


Prof. Dr. Dr.
Rudolf Hammerschmidt
Mitglied des Vorstandes



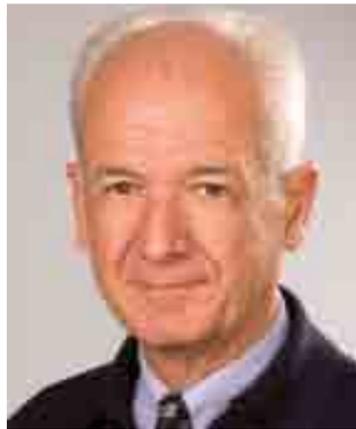
Prof. Dr. med.
Thomas Münzel
Mitglied des Vorstandes

Stiftungsberatung



Peter E. Geipel
Berater der Stiftung

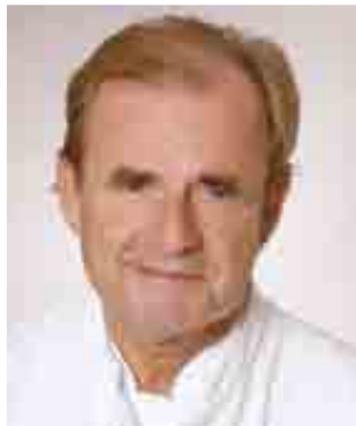
Wissenschaftlicher Beirat



Prof. Dr. med.
Manfred Thelen
Vorsitzender



Prof. Dr. med.
Ulrich Förstermann
Mitglied



Prof. Dr. med.
Thomas Meinertz
Mitglied



Prof. Dr. med.
Christian Werner
Mitglied

Kuratoriumsvorsitzende



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 80 Kuratoriums- bzw. 178 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
- Matthias Bossong
- Ivonne Brockbals
- Elke Demmler
- Peter Ditsch
- Ministerpräsidentin Malu Dreyer
- Harald Eckes-Chantré
- Frank Elstner
- Dr. h.c. 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
- Prof. Dr. Walter Hitzler

- Wolfgang Huch
- Günter Jertz
- Sibylle Kalkhof-Rose
- Johannes Kaluza
- Andrea Kiewel
- Julia Klöckner
- Hendrik Knodel
- Prof. Dr. Georg Krausch
- Gerd Krämmer
- Gerhard Kunz
- Dieter Kürten
- Walter Kützing
- Johann Lafer
- Fritz-Eckhard Lang
- Willy Leykauf
- Udo Lindenberg
- Hans-Günter Mann
- Ernst Merkel
- Hans-Joachim Metternich
- August Moderer
- Wilfried H. Mönch
- Thorsten Mühl
- Ruth Nachreiner
- Edith Neidlinger
- Matthias Quinger
- Dr. Dieter Römheld
- Univ.-Prof. Dr. Thomas Rostock
- Markus Schächter
- Dr. Simone Schelberg
- Prof. Dr. Heinz Schmidberger
- Peter Schmidt
- Tobias Schmitz
- Hans Georg Schnücker
- Horst Schömb
- Prof. Dr. Babette Simon
- Aldo Sottile
- Klaus Steidl
- 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
- Karl Lehmann, Kardinal a.D.



Kuratoriumsurkunde für Julia Klöckner



Kuratoriumsurkunde für Frank Heckelmann (HYATT)



Kuratoriumsurkunde für Johannes Kaluza (Speyer und Grund)



Kuratoriumsurkunde für Klaus Steidl (axenton)



Kuratoriumsurkunde für Heidemarie Stoll



Kuratoriumsurkunde für Tobias Schmitz (VR Bank)



Kuratoriumsurkunde für Thorsten Mühl (Sparkasse)



**Das Kuratorium
bei der
Kuratoriumssitzung 2016**



Mitglieder des Freundeskreises

Einzelpersonen

- Dr. Klaus Adam
- Jürgen Alsfasser
- Susanne Augter
- Claus Peter Aulenbacher
- Reiner Baade
- Johanna Bachmann
- Kurt Bachmann
- Britta Barthelmes
- Torsten Bauer
- Doris Baum
- Waltraud Beck
- Dr. Lothar Becker
- Karlheinz Becker
- Kirsten Behle
- Jürgen Behle
- Kerstin Beier
- Friederike Beissmann
- Roswitha Besier
- Dimitrios Bideris
- Jürgen Blicke
- Helga Blicke
- Edith Bussmann
- 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
- Wilfried Demmler
- Prof. Dr. med. Wolfgang Dick
- Gerd Dickhoff
- Udo Diwas
- Michael Ebling
- Inge Eckert
- Jürgen Eckl
- Klaus Eller
- Ute Engelmann
- Hans Helmut Felten
- Helmut Foss
- Gert Franke
- Frank Fröhlich
- Dr. Wilhelm Frölke
- Gerhard Galloy
- Bernd Gattner
- Werner Geier
- Dr. Karlgeorg Giesbert
- 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
- Angela Herrlein
- Erika Himmel
- Waldemar Himmel
- Walter Hoffmann
- Frauke Hoffmann
- Marius Hohmann
- Angelika Huster
- Bernhard Ihle
- Gabi Ihle
- Stefan Indra
- Steffen Jans
- Brigitte Jennerich
- Hans Wilhelm Jost
- Wolfgang Kaiser
- Hans-Georg Kappes
- Hans Keller
- Reinhold Kern
- Hannelore Kern
- Karl Kirchhoff
- Helmut Kleefeld

- Günter Kling
- Jürgen Klingler
- Dr. Peter Knobling
- Bernd Koch
- Peter Körfer-Schün
- Dr. Christian Körner
- Gudrun Konrad
- Peer Kraatz
- Klaus Kuhn
- Uwe Langer
- Heiner Lauber
- Anja Lenk
- Hans-Dieter Lohnes
- Lydia Lüdke
- Elisabeth Mägdefessel
- Wolfgang Mägdefessel
- 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
- Irene Nungesser
- Sigrid Oehler
- Lothar Pächer
- Hermann Paul
- Elfriede Pegels
- Hedwig Philippi
- Helga Quint-Diemer
- Reinhold Rehwald
- Harald Reinheimer
- Gisela Reuter
- Claus Peter Richter
- Siegfried Ritscher
- Karin Roberto
- Pasquale Roberto
- Klaus Rohde
- Rosemarie Röhm
- Karin Ronde
- Karl Helmut Ronde
- Dr. Hans-Peter Rösler
- Ludwig Sand

- Hans Sander
- Gerwin Schallberg
- Helen Schaper
- Thomas Schelberg
- Heinz Schepa
- Karlheinz Schmidt
- Prof. Dr. Erwin Schmidt
- Hermann Schmitz
- Hans-Jürgen Schnurr
- Andrea Schnurr
- Hans-Joachim Schöne
- Christiane Schubert
- Hans Udo Schuch
- Alfons Schüller
- Gisela Schüller
- Andreas Schulz
- Bernd Senner
- Dr. Rüdiger Simonek
- Dr. Detlef Skaletz
- Rainer Sobotta
- Lutz Speith
- Bernhard Steeg
- Reinhard Stern
- Walter Strutz
- Ursula Sutter
- Heinz-Ulrich Vetter
- Volker Parthun
- Dieter Wachter
- Heinrich Wagner
- Dieter Walch
- Albert Weber
- Günter 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 GmbH & Co. KG



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

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.

Postalische Anschrift

STIFTUNG MAINZER HERZ

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

Videos und Informationsmaterial

Patientenabend „Gesund alt werden“

<https://www.youtube.com/watch?v=yAtltr701pg>

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=jHuPXsicnic>

Ein Besuch in der OPEL-Arena Mainz

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

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/UCdRqJEmZlvB0KdD9qTj6PAA>

Unser Tipp: Channel abonnieren und nichts mehr verpassen!



Freundeskreis
STIFTUNG
MAINZER HERZ



Durch ihr Engagement in dem Freundeskreis der gemeinnützigen **STIFTUNG MAINZER HERZ** tragen 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 0300 03

BIC MALADE33MNZ

Dresdner Bank

IBAN DE44 5507 0040 0011 0999 00

BIC DEUTDE33

Volksbank Alroy Worms aG

IBAN DE80 5504 1700 0000 2020 10

BIC GENODE33AZY

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

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

Stiftung zur Förderung
von Forschung
und Patientenversorgung

am Zentrum für Kardiologie

Universitätsmedizin

der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Danke

**Der Stiftungsbericht 2016
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

Seite 12 – © Photographee.eu – Fotolia.com
Klaus Benz
Thomas Boehm
Anne Keuchel
Peter Pulkowski
Markus Schmidt
Private Fotos mit Genehmigung

Sonstiges

Illustration Thilo Weckmüller (Seite 5)

Artikel

Journal of Medical Economics (Seite 11)
swrinfo (Seite 64)
Mainzer Allgemeine Zeitung, Rhein Main Presse (Seite 70 - 71)

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

© 2016

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe PartnerInnen:

Jedes Jahr erkranken etwa 300.000 Menschen in Deutschland an Herz-Kreislauferkrankungen und ungefähr 49.000 Menschen sterben daran. Experten schätzen, dass insbesondere aufgrund eines Anstiegs der Herz-Kreislauferkrankungen wie Übergewicht und Diabetes weltweit die Zahl bis 2030 wieder verdoppelt wird.

Die **STIFTUNG MAINZER HERZ** hat es sich daher zur Aufgabe gemacht, den Herzinfarkt und Frühstadien von Herz-Kreislauferkrankungen rechtzeitig zu erkennen und effektiv zu behandeln, um so der weitgespannten Entwicklung unterschieden entgegen zu wirken.

Dazu gehört die Erforschung der Krankheitsursachen und der Krankheitsmechanismen, dazu gehört die Prävention, also die Vorbeugung und Verzögerung dieser Erkrankungen und endet bei der optionalen Versorgung von Patienten mit einem akuten Herzinfarkt.



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

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

Herzlichst Ihr

Thomas Münzel

Vorstandsmitglied und Initiator
der Stiftung Mainzer Herz

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

- den Kampf gegen den Herzinfarkt und andere Herz-Kreislauferkrankungen vor Ort, vor allem durch die Brustschmerzleiste "Chest Pain Unit" (CPU) weiter zu intensivieren
- die Fortbildung und Ausbildung von Schwestern, Pflegepersonal und Ärzten weiter zu fördern
- eine der weltweit größten Kohortenstudien, die Garmisch-Gesundheitsstudie, zu unterstützen
- die Patientenversorgung am Zentrum für Kardiologie kontinuierlich zu verbessern
- Diagnostik und Behandlung von koronaren Herzkrankheiten (KHK), Herzrhythmusstörungen und der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit sowie deren Risikofaktoren zu optimieren
- eine Aggregationsstiftung am Zentrum für Kardiologie zu verbessern
- Forschungs-/Ausbildungsstipendien anzubieten
- Präventionsmaßnahmen wie die Rheinland-Pfalz-weite Kinderkardiologie-Gesundheitsförderung zu unterstützen

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

www.herzstiftung-mainzer-herz.de

Bitte besuchen Sie auch Ankündigungen in der Presse und Ausdränge!

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

SEHR GUTZU ERHEBENDE FÜR SEINE BEZUGS-LASTSCHREIBERIN
Name und Anschrift des Zahlungspflichtigen (Zahlungsgeld)
Friedrich-Maximilians-Universität Mainz, Postfach 21-11, 55131 Mainz
GIBUNGSGEGENSTÄNDLICHE NR. 0509 ZZ00 0000 6111 98

Ist werden Mitglied im Freundeskreis der **STIFTUNG MAINZER HERZ**:

Vorname: _____
Name: _____
PLZ: 55131
Ort: Mainz
E-Mail: _____

Ich bestätige die **STIFTUNG MAINZER HERZ** bis auf Weiteres
die jährliche Spende von € 100,- (Euro) zu leisten
von € 1.500,- (Euro)
mich als Leihgeber von meinem Konto zu bedienen.
HINWEIS: Ich kann jederzeit per Email bescheiden, befristet und dem
Geldempfänger die Freibetrag des besetzten Betrag zu versagen
Es gelten solche die mit meinem Einkommenssteuerbescheid zusammenhängen

Bitte unterschreiben Sie hier:

Dr. Thomas Münzel



STIFTUNG
MAINZER HERZ