

- 2<sup>ème</sup> symposium pour transplantés
- 2. Symposium für Transplantierte



Informations sur le don d'organe et la transplantation  
*Informationen über die Organspende und Transplantation*

# NEWS

**DON D'ORGANE DON DE VIE**

**ORGANSPENDE RETTET LEBEN**

«LES AS DE CŒUR» Association Suisse des transplantés du cœur et du poumon  
Schweizerischer Verein der Herz- und Lungentransplantierten

Schweizerische Vereinigung der Knochenmarkstransplantierten

Association PHOENIX

Trans-Hepar

Association sportive Suisse de transplantés  
Transplantierten Sportverein Schweiz



Schweizerische  
nationale Stiftung  
für Organspende  
und Transplantation



Schweizerische Vereinigung  
der Knochenmarktransplantierten



Schweizerische Herzstiftung  
Fondation Suisse de Cardiologie  
Fondazione Svizzera di Cardiologia

TRANS-HEPAR  
TRANS-HEPAR  
TRANS-HEPAR

Schweizerische Vereinigung  
der Lebertransplantierten



Association PHOENIX



Transplantierten  
Sportverein Schweiz

## Nos buts sont:

- Faire connaître le succès de la transplantation et ainsi promouvoir le don d'organes
- Soutenir les patients en liste d'attente
- Renseigner toutes les personnes qui souhaitent obtenir des informations au sujet du don d'organe et de la transplantation
- Aider éventuellement certains transplantés à retrouver une vie normale en les accompagnant pour régler certains problèmes administratifs et financiers.

**«Les As de Cœur» sont un membre associé de Swisstransplant**

## Unsere Ziele sind:

- Die Erfolge durch die Transplantation der Öffentlichkeit bekannt zu machen und dadurch die Organspende fördern
- Menschen auf der Warteliste für ein neues Organ betreuen
- Personen auf der Suche nach Informationen zum Thema Organspende und Transplantation behilflich sein
- Falls nötig, Transplantierte auf dem Weg zurück ins normale Leben administrativ und finanziell unterstützen (Sozialdienst).

**«Les As de Cœur» ist ein assoziiertes Mitglied von Swisstransplant**

## Impressum

### Publié par/Herausgeber:

«Les As de Cœur»

Association Suisse des transplantés du cœur et du poumon  
Schweizerischer Verein der Herz- und Lungentransplantierten

### Président/Präsident:

Marcel Steiner, Industrieweg 30, 3612 Steffisburg  
Telefon 033 438 16 15, E-Mail: m.steiner@asdecoeur.ch

### Vice Président/Vize-Präsident:

Hans Feldmann, Dr. Joachim-Heerstrasse 12, 8750 Glarus  
Tel. 055 640 47 24, E-Mail: h.feldmann@asdecoeur.ch

### Caissier/Kassier:

Frédy Klopfenstein, 1, rue des Fanneurs, 2800 Delémont  
Tél. 032 423 38 33, E-Mail: f.klopfenstein@asdecoeur.ch

### Redacteur/Redaktor:

Marcel Steiner, Industrieweg 30, 3612 Steffisburg  
Telefon 033 438 16 15, E-Mail: m.steiner@asdecoeur.ch

### CCP/Spendenkonto:

30-769932-7

### Adresse postale:

«Les As de Cœur»

Association Suisse des transplantés du cœur et du poumon  
case postale 285, 3612 Steffisburg

### Vereinsadresse:

«Les As de Cœur»

Schweizerischer Verein der Herz- und Lungentransplantierten  
Postfach 285, 3612 Steffisburg

### E-Mail/Internet:

info@asdecoeur.ch / www.asdecoeur.ch

### Imprimerie/Druck:

Gerber Druck AG, Bahnhofstrasse 25, 3612 Steffisburg  
Tel. 033 439 30 40, E-Mail: info@gerberdruck.ch



**«Les As de Cœur»**

**Postfach 285**

**3612 Steffisburg**

**G**RAF + MAGNENAT AG

**SANITÄR HEIZUNGEN**

Neueneggstrasse 5 • 3177 LAUPEN •

Tel. 031 747 84 52 • Fax 031 747 00 66 • E-Mail: graf\_sanitaer@bluewin.ch

**DER KLEINBETRIEB MIT KOMPETENTER BERATUNG!**

**SANITÄR:** Neu-/Umbauten • Planung/Organisation • Reparaturen • Installationen

**HEIZUNGEN:** Heizungen aller Art • Holz, Oel, Gas, Sonne



Mathias Zahner

## Editorial

### Fusionnisme et monde associatif

Dans le monde actuel, la fusion de «Les As de Cœur» et TRANS-HEPAR pourrait soulever des questions. En effet, depuis quelques années, l'économie privée est atteinte de fusionnisme aiguë. Mais tel n'est pas le cas chez nous. La raison qui nous conduit à franchir le pas et pour laquelle nous sommes persuadés de réussir est double: d'une part, ce sont nos passés, valeurs et succès respectifs qui modèleront les racines et les forces vives de la nouvelle association, car n'oublions pas que les associations ont une histoire. D'autre part, nous veillerons à ce que les rôles et les fonctions au sein du nouveau comité ainsi formé correspondent aux ressources et aptitudes disponibles et aux aspirations de la nouvelle association. De plus, il nous faudra procéder à une analyse et à un état des lieux critiques, nous confronter à l'image que nous nous faisons et que se fait le public de l'association, identifier et éliminer les faiblesses des deux côtés pour bâtir la nouvelle entité sur nos forces communes et faire en sorte que nos différences de conception et d'orientation se complètent. Ces processus doivent se dérouler en toute transparence et dans la convivialité, malgré les conflits et résistances qu'ils pourraient susciter. Il importe d'exprimer ces sentiments et d'y faire face car souvent ils révèlent des faiblesses possibles tout en insufflant l'énergie nécessaire au changement. Mais nous devons également veiller à prendre assez de recul pour rester concentrés sur notre environnement, pour ne pas perdre de vue la vision d'ensemble ni nos perspectives. Enfin, toute réorganisation demande du temps – on avance de deux pas puis recule d'un pas – mais c'est le seul moyen d'atteindre notre but COMMUN:

**Une association suisse des transplantés solide, qui réponde aux attentes de ses membres, de ses partenaires et de son milieu.**

Mathias Zahner ■

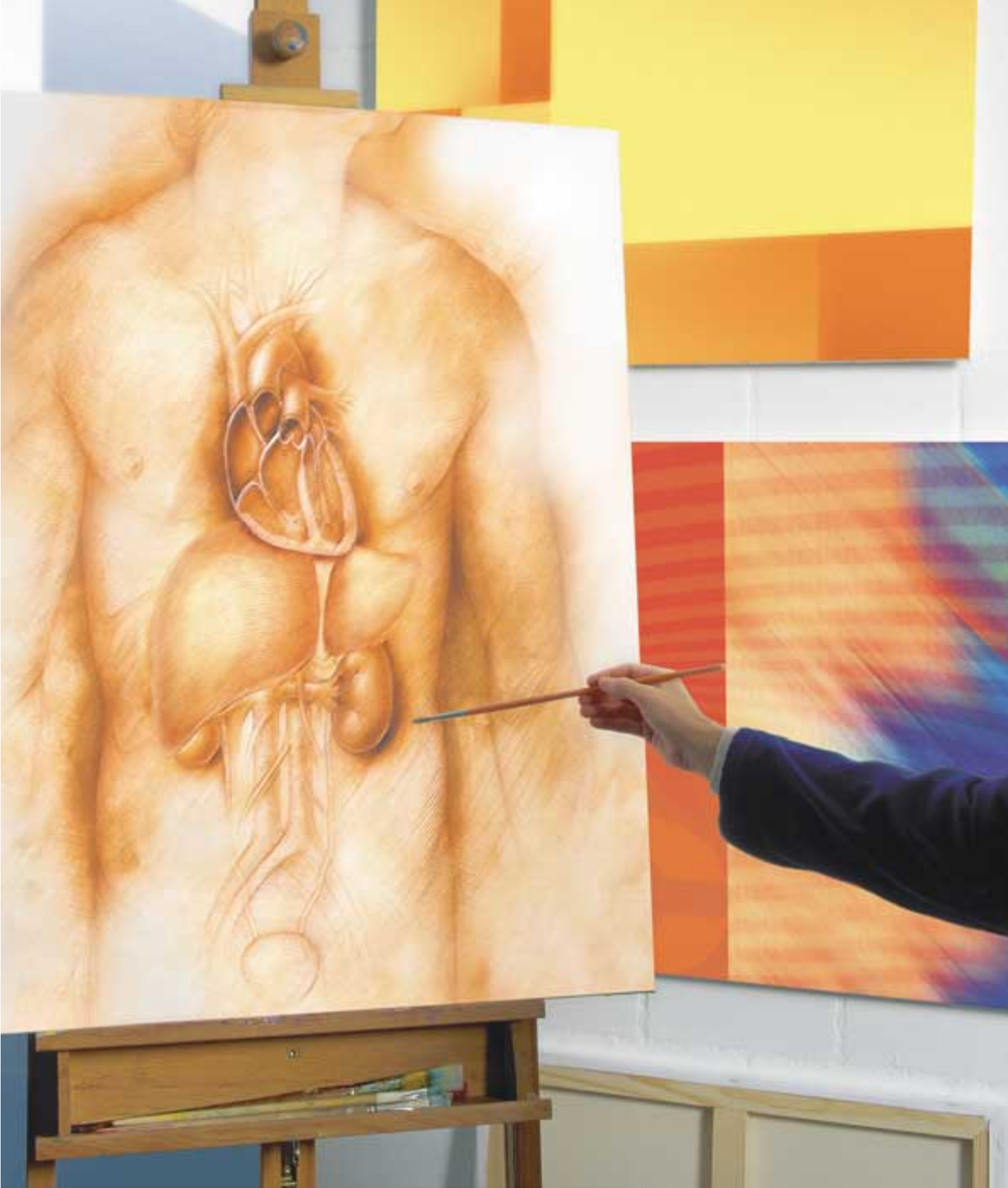
## Editorial

### «Fusionnisme»; vielleicht auch ein Thema in der Vereinslandschaft?

*Nicht das Mitsurfen auf den Wogen unternehmerischer Megatrends haben «Les As de Cœur» und «TRANS-HEPAR» dazu bewogen, sich zusammen zu schliessen, sondern eigenständige Erfahrungen und Überlegungen. Nun, was ist ausschlaggebend, um diesen Schritt in die Zukunft erfolgreich zu gestalten? Einerseits bestimmt das Vergangene, die gegenseitige Wertschätzung, das Erfolgreiche, die Vereinswurzeln und die individuellen Vereinsstärken, denn Vereine haben ebenfalls eine Geschichte. Andererseits müssen die Rollen und Funktionen im neuen Vorstand mit den vorhandenen Ressourcen, Fähigkeiten und Neigungen korrespondieren. Zudem müssen wir eine kritische Analyse und Standortbestimmung vornehmen, uns mit Fremd- und Eigenbild des Vereins auseinandersetzen, vorhandene Schwächen auf beiden Seiten erkennen und eliminieren und vor allem auf den Stärken aufbauen und Unterschiede in der Vereinskultur und -Ausrichtung ergänzend zusammenführen. Diese Prozesse müssen offen und lebendig gestaltet werden und beinhalten häufig Konfliktpotenzial und Widerstände. Es ist wichtig, diese Gefühle ausdrücken zu können, mit ihnen in Kontakt zu treten, denn häufig sind sie Hinweise auf mögliche Schwachstellen und gebundene Veränderungsenergie, welche sinnvoll genutzt werden kann. Andererseits müssen wir aber die nötige Distanz einnehmen, das uns wichtige Umfeld mit einbeziehen, um den Blick für das Ganze und die Visionen nicht zu verlieren. Und zu guter Letzt brauchen Neuausrichtungen etwas Zeit, vielleicht zwei Schritte vorwärts und einen zurück, denn nur so erreichen wir zusammen erfolgreich unser GEMEINSAMES Ziel:*

**Einen starken schweizerischen Transplantierten-Verein, der den Ansprüchen und Bedürfnissen unserer Mitglieder, unserer Partner und unserer Mitwelt noch näher kommt.**

Mathias Zahner ■



Die Kunst der Organtransplantation stellt hohe Ansprüche an Ärzte und Patienten. Mit unserer Forschung helfen wir mit, dass eine geglückte Transplantation ein Erfolg bleibt.



Roche Pharma (Schweiz) AG  
4153 Reinach

Transplantation, Tel. 061 715 41 11, Fax 061 715 41 12  
[www.roche-pharma.ch](http://www.roche-pharma.ch), [pharma.schweiz@roche.com](mailto:pharma.schweiz@roche.com)



*symposium*

## Après transplantation, peut-on et/ou doit-on avoir une activité physique?



Dr Mikael Rabaeus  
Directeur Médical Cardiologie FMH,  
FAACVPR Genolier

La médecine de transplantation (Tx) a fait des progrès remarquables durant la dernière décennie. Cela se traduit par une longévité augmentée du patient Tx, le pronostic devenant finalement moins dépendant de l'organe initialement transplanté. L'individu Tx doit donc prendre des mesures de prévention générale comme la population générale. Une de ces mesures est l'activité physique.

Le patient Tx peut-il sans autre faire de l'activité physique? C'est-à-dire y a-t-il un danger? Un effort dangereux est un effort brutal et intense chez un patient sédentaire et/ou à risque cardiovasculaire élevé. Il faut donc chez le patient Tx, comme dans la population générale: (1) évaluer le risque d'une activité physique par un bilan médical et (2) lui donner les instructions nécessaires pour faire son entraînement de façon correcte. Dans ces conditions le risque est ramené au minimum et devient nettement inférieur au bénéfice escompté. L'activité physique ne comporte pas de risque augmenté de rejet. Doit-il faire de l'activité physique? Sans aucun doute oui. La sédentarité est délétère chez tout le monde, Tx ou non: augmentation du risque cardiovasculaire, de diabète, d'hypertension,

d'insuffisance cardiaque, d'ostéoporose, de cancer, d'Alzheimer etc. La seule manière de corriger le risque de la sédentarité reste l'activité physique. Cette activité physique doit correspondre au minimum à env 30' quotidiennes d'un effort équi-

valent à de la marche rapide. Cette durée peut être cumulée et l'activité physique peut être faite pendant les loisirs, durant les heures de travail, ou pendant les déplacements quotidiens. C'est une activité normale de l'organisme humain.

*symposium*

## Freizeitgestaltung nach Transplantation – Wieviel körperliche Aktivität darf oder sollte es sein?



Dr. Jean-Paul Schmid  
Schweizer Herz- und Gefässzentrum Bern,  
Kardiovaskuläre Prävention & Rehabilitation  
Universitätsklinik Inselspital Bern

*Regelmässige körperliche Aktivität hat sich in den letzten Jahren neben einer gesunden, ausgewogenen Ernährung zum wichtigsten*

*Schutzfaktor für Herz-Kreislaufkrankungen herauskristallisiert. Je fitter eine Person ist, umso besser die Langzeit-Prognose. Dies gilt sowohl für gesunde Individuen wie auch für Patienten mit verschiedenen Erkrankungen, v.a. wenn das Herz-Kreislaufsystem mitbetroffen ist.*

*Auch der Umstand, ein Organ transplantiert bekommen zu haben, ändert nichts an dieser Tatsache. Körperliche Aktivität wirkt bei Patienten nach Transplantation v.a. den durch Medikamente verursachten Nebenwirkungen wie Muskel- und Knochenschwund sehr positiv entgegen. Es sind keine Nebenwirkungen körperlicher Aktivität auf die transplantierten Organe oder auf Abstossungsreaktionen bekannt.*

*Wir empfehlen daher für alle Patienten nach Transplantation ein regelmässiges Ausdauer- und dosiertes Krafttraining, um sich eine gute körperliche Verfassung und damit auch eine zufriedenstellende Lebensqualität zu erhalten.*



## MUTATIONS/MUTATIONEN

### Nouveaux membres actifs / Neue Aktivmitglieder

- Keller Pius, Kriens
- Waeber Vivienne, Meikirch
- Weber Hans U., Lausanne
- Wermuth Sandra, Boll

### Décédés/gestorben

- René Leuenberger, Thayngen



## Exposé tenu lors de la célébration du 40<sup>e</sup> anniversaire de la transplantation d'organes en Suisse organisée à l'Hôpital universitaire de Zurich

Chers invités,

Je suis très heureux d'être ici avec vous aujourd'hui et de pouvoir vous narrer mon aventure. Je retracerai pour vous mon anamnèse, ma transplantation de foie, la phase postopératoire et ma renaissance.

Quinquagénaire, je me considère presque comme un vétéran de la transplantation hépatique, qui d'amateur de performances est devenu un bon vivant.

Pendant mes études, et par hasard qui plus est, on a diagnostiqué chez moi une fibrose hépatique congénitale. Le diagnostic me causa un choc et me plongea dans l'incertitude quant à mes perspectives d'avenir. Il faut dire qu'à l'époque on n'effectuait pas de transplantation de foie en Suisse. Toutefois, mon état de santé et des examens médicaux complémentaires me laissaient entrevoir une espérance de vie moyenne, ce qui m'a convaincu de ne pas renoncer à fonder une famille. J'ai donc décidé de poursuivre mon chemin mais en jouissant de la vie avec davantage d'intensité. Mes efforts tendaient à me prouver à moi-même et aux autres que j'étais en parfaite santé et tout à fait performant. En mon for intérieur toutefois, je passais du déni à une angoisse diffuse devant l'inconnu. J'ai développé au fil des années une conscience particulière de mon corps, à l'affût de toute modification. Néanmoins, tout alla très bien pendant longtemps, sur le plan tant familial que professionnel, et mes succès me confortaient dans ma vision plutôt étroite de la performance.

Un jour cependant, ayant subi des pressions extrêmes au travail, j'ai craqué mentalement, victime d'un burnout et d'une dépression due à l'épuisement. J'ai eu alors des problèmes avec la

vésicule biliaire. Malgré l'ablation de la vésicule et des calculs biliaires, ma constitution s'en est gravement ressentie. Commencèrent alors pour moi trois années de souffrance, mon plus long chemin de croix: jaunissement progressif des yeux et de la peau, psoriasis, rétention d'eau dans les jambes et les articulations, fatigue extrême et temps de récupération de plus en plus long. La notion de qualité de vie n'était plus qu'un souvenir. C'est à mon patron, meneur d'hommes de la vieille école aux immenses qualités humaines, et à mes collègues de l'époque que je dois d'avoir pu conserver mon emploi et continuer de travailler jusqu'à deux mois avant la transplantation, qui a pu avoir lieu à Zurich comme prévu et non à Genève, pour notre plus grand plaisir à moi et à ma famille. En effet, un arrêt du Tribunal fédéral des assurances permettait désormais à l'Hôpital universitaire de Zurich de procéder aux transplantations hépatiques.

Ainsi fut fait le 3 février 1992. Quasiment à l'article de la mort, j'allais vivre une seconde naissance. Dans la nuit, à 1h du matin, nous reçûmes l'appel m'annonçant qu'il y avait un foie pour moi. J'embrassai mes enfants qui dormaient, en formant le vœu de rentrer en bonne santé à la maison. Les tests de compatibilité furent tous positifs et l'intervention, qui allait durer huit heures et demie, put commencer à 7h du matin. Quand je me suis réveillé, j'étais relié à d'innombrables tuyaux et bouffi comme une chenille sur le point de se transformer en chrysalide. Compte tenu des circonstances, j'allais bien toutefois. Malheureusement, peu après, je fis une hémorragie interne et un rejet, ce qui allait me conduire au bord de l'épuisement tant physique que psychique. Mais mon chirurgien, le Dr Decurtins, en qui ma femme et moi avions une totale confiance, et l'équipe de soignants, extra-

ordinaires, croyaient fermement en mes chances de guérison. Ils m'aiderent tous à supporter la cortisone et l'OCT3 que l'on m'administrait à hautes doses. Malgré tout, je garde un bon souvenir de cette période. A chaque fois que l'on me retirait un tuyau, nous célébrions l'événement. Quelle merveilleuse impression que de sentir son corps revenir à la vie et de reprendre force et énergie! Mes yeux redevenaient blancs et je me rappellerai toujours les massages du dos ô combien bénéfiques de Sœur Bärbel, de Stefanie et de Harvey, le fumeur de pipe, lors de mes poussées de fièvre violentes.

Après deux mois d'hôpital, j'ai pu rentrer à la maison puis reprendre mon travail. Un an et demi après la greffe, j'ai participé en compagnie de ma femme au semi-marathon du Greifensee, dont le parcours passait devant notre porte. Il ne s'agissait plus comme dans mes jeunes années de gagner quelques secondes par kilomètre ou de dépasser les concurrents mais d'apprécier à sa juste valeur le fait de pouvoir à nouveau admirer le paysage et faire du sport, en un mot de revivre. Et je ressentais une joie intense d'avoir surmonté l'épreuve, dont j'étais ressorti enrichi. Car frôler les limites change un homme.

L'histoire s'arrête là aujourd'hui, à une étape de mon voyage où sont nés une nouvelle conscience et un nouvel équilibre de vie. Il est bien connu que la vie se vit dans l'avenir et se comprend dans le passé. Le passé nous aide à prendre conscience du présent, de l'aspect inséparable de la vie et de la mort, du fait que l'être humain est mortel dès sa conception et que le jour présent est le premier jour du temps qu'il nous reste à vivre. C'est dans cet esprit que je vous souhaite à tous un merveilleux spectacle de cirque!

Mathias Zahner ■



## Vortrag zur Jubiläumsveranstaltung des Uni-Spitals Zürich «40 Jahre Organtransplantation in der Schweiz»

### Liebe Jubiläumsgäste

Erlauben Sie mir, Sie auf eine kleine Reise durch meine Krankheitsgeschichte (Anamnese), meine Lebertransplantation, die post-operative Phase und die geglückte Wiedergeburt (Renaissance) mitzunehmen. Dabei verstehe ich mich in der Rolle eines 51-jährigen «beinahe-Lebertransplantations-Veteran». Anfang und Ende der Reise können wir durchaus etwas unkonventionell, «vom Leistungstiger zum Lebensunternehmer» definieren.

Bereits in relativ jungen Jahren, sozusagen am Vormittag des Lebens, wurde ich durch einen Zufallsbefund mit der Diagnose einer konginetalen Leberfibrose, einer vererbten Lebererkrankung konfrontiert. Noch mitten im Studium stehend war dieser Befund für mich anfänglich ein grosser Schock, verbunden mit einer sehr ungewissen Zukunftsperspektive. In der Schweiz konnte man damals noch keine Lebertransplantationen durchführen. Die Auseinandersetzung mit dieser Krankheit und zusätzliche medizinische Abklärungen attestierten mir eine mittlere Lebenserwartung, sodass es auch verantwortbar schien, eine Familie zu gründen. So entschied ich mich, den einmal ursprünglich eingeschlagenen Weg fortzusetzen, doch nun mit viel grösserer Intensität. Mit meinem «Lebens-Konzept des Gesunden und Leistungsfähigen» wollte ich mir und der Mit-Welt beweisen, dass ich doch völlig intakt und leistungsfähig sei. Innerlich schwanke ich zwischen einem starken Verdrängen und latenter diffuser Furcht vor dem Ungewissen. Ich entwickelte ein besonderes Gefühl zu meinem Körper und registrierte subtil jede Veränderung. Trotz diesen Belastungen ging es jahrelang in jeder Beziehung – sowohl familiär wie beruflich – ausgezeichnet und ich fühlte mich durch meine sehr einseitige Definierung über Leistung bestätigt.

Im Zusammenhang mit einer extremen beruflichen Belastungssituation, brach ich plötzlich psychisch zusammen, hatte ein Burn-out, verfiel in eine Erschöpfungs-Depression und bekam grosse Probleme mit der Galle. Trotz dem Entfernen der Gallenblase und -Steine veränderte sich nun meine gesundheitliche Konstitution zusehends.

Es begann für mich eine dreijährige Leidenszeit, die grösste «Durststrecke» in meinem Leben. Ich bekam allmählich immer mehr gelbe Augen, eine gelbliche Haut, Psoriasis, Wasser in Beinen und Gelenken, war extrem müde und brauchte enorm lange Erholungszeiten. Von Lebensqualität konnte man wahrlich nicht mehr sprechen. Dank meinem damaligen Chef, übrigens ein «Leader der alten Schule» mit ausgeprägt menschlichen Qualitäten und der Unterstützung eines guten Teams, konnte ich meine Stelle behalten und bis zwei Monate vor der nun geplanten Transplantation weiterarbeiten. Zudem waren wir sehr glücklich, dass die Transplantation wie geplant in Zürich und nicht in Genf stattfinden konnte. Ein Entscheid des Eidg. Versicherungsgerichtes ermöglichte es dem Uni-Spital Zürich mit Lebertransplantationen fortzufahren. Am 3. Februar 1992 war es dann soweit. Sehr nahe am möglichen Tod sollte dieser Tag nun zu meinem zweiten Geburtstag werden. Nachts um ein Uhr kam das Telefon, ich verabschiedete mich von den schlafenden Kindern, in der Hoffnung und im festen Glauben wieder gesund heimkehren zu dürfen. Die Tests bezüglich der Organkompatibilität verliefen alle positiv und morgens um sieben Uhr begann die achteinhalbstündige Transplantation. Ich erwachte, angeschlossen an unzähligen Schläuchen und aufgeblasen wie eine fette Raupe vor der Verpuppung. Trotzdem ging es mir den Umständen entsprechend gut. Dann kam eine innere Blutung und eine Abstossung, welche mich an den Rand der psychischen und physischen Belastbarkeit brachten. Mein Chirurg, damals noch Dr. Decurtins, zu dem wir von Anfang an sehr grosses Vertrauen hatten, meine Frau, ein tolles Team von Pflegenden waren trotz allem sehr zuversichtlich. Sie alle unterstützten mich beim Verarbeiten der hohen Dosen von Cortison und OCT3. Trotz allen Strapazen habe ich diese Zeit in guter Erinnerung. Jeder Schlauch weniger bedeutete mehr Freiheit und war für uns alle ein Fest. Es war ein wunderbares Gefühl, zu spüren wie mit dem neuen Organ wieder Kraft und Energie in meinen Körper strömte. Die gelben Augen wurden immer weisser und auch die wohltuenden Kuschel-Wuschel Rücken-Massagen, bei extrem hohen Fieberschüben von Schwester Bärbel, Stefanie und dem pfeifenrauchenden Harvey, habe ich bis heute nicht vergessen.

Nach zwei Monaten Spitalaufenthalt konnte ich nach Hause um anschliessend wieder die Arbeit aufzunehmen. Anderthalb Jahre nach der Transplantation bestritt ich wieder unseren geliebten, vor unserer Haustüre gelegenen Greifensee-Halbmarathon; zusammen mit meiner Frau. Nun ging es aber nicht mehr wie in jungen Jahren um Sekunden und des sich gegenseitigen Jagens, sondern mit einem neuen Bewusstsein des Geniessens der schönen Landschaft, um grosse Dankbarkeit für das neue Körpergefühl, das geschenkte neue Leben und für die tief greifenden und prägenden Erfahrungen. Denn wer an Grenzen stösst, verändert sich!

Und somit sind wir nun am Ende unserer Reise angelangt an einer Destination wo ein neues Lebensgefühl und ein ausgeglicheneres Lebenskonzept entstanden ist. Das Leben wird ja bekanntlich vorwärts gelebt und rückwärts verstanden. Und dies führt häufig zu einem bewussteren Leben im hier und jetzt, Tod und Leben als Einheit erfahrend und im Wissen das der Tod bereits bei unserer Zeugung beschlossene Sache ist und heute der erste Tag vom Rest unseres Lebens beginnt. In diesem Sinne, wünsche ich uns allen zauberhafte Augenblicke des Zirkus-Geniessens!

Mathias Zahner ■



«Les As de Cœur»  
Postfach 285  
3612 Steffisburg

# «LES AS DE CŒUR»

## 2<sup>ème</sup> symposium pour transplantés

Pour la deuxième fois, «Les As de Cœur» organisait un symposium pour transplantés à Berne. Le cadre chaleureux de l'Hôtel Allegro a accueilli le 22 janvier 2005 les 160 participants à la manifestation. Le programme prévoyait des séminaires séparés en allemand et en français. Après une présentation d'un spécialiste sur un thème donné, les différents groupes en discutèrent en détail. Les papilles ne furent pas en reste pour autant: café et croissant le matin, repas de midi délicieux accompagné d'un verre de vin et goûter plantureux en fin d'après-midi.

Novartis Pharma Suisse SA s'étant généreusement porté garant pour la prise en charge des frais, le prix d'entrée a pu être fixé assez bas. Au vu de la joie manifestée par les participants, les organisateurs se proposent de mettre à nouveau sur pied l'an prochain un symposium pour transplantés.

### Voici les thèmes abordés lors du 2<sup>ème</sup> symposium pour transplantés:

- Une nourriture saine pour les transplantés
- Troubles du métabolisme fréquents – le diabète
- Organisation des loisirs – dans quelle mesure peut-on ou doit-on avoir une activité physique?
- Work-Life-Balance – existe-il une organisation de vie idéale?

Les présentations sont téléchargeables en format PDF depuis le site [www.swisstx.ch](http://www.swisstx.ch).

Le prochain symposium est prévu pour janvier 2006. La présente publication et notre site Internet vous informeront en temps voulu sur la manifestation.



symposium

symposium



## 2. Symposium für Transplantierte

Am 22. Januar 2005 veranstalteten wir das 2. Symposium für Transplantierte im gediegenen Rahmen des Hotels Allegro in Bern. Gegen 160 Personen fanden sich ein, um die getrennt in deutscher und französischer Sprache abgehaltenen Workshops zu besuchen. Nach dem thematischen Einstieg mittels Präsentation durch eine Fachperson wurde das Vorgetragene ausgiebig diskutiert. Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Was mit Kaffee und Gifeli beim Eintreffen begann, führte nach dem ersten Teil der Veranstaltung in ein feines Mittagessen mit einem Tropfen Wein und schloss nach den Vorträgen mit einem ausgiebigen Zvieri.

Dank der grosszügigen Kostengutsprache durch Novartis Pharma Schweiz AG konnte der Eintrittspreis bescheiden gehalten werden. Die vielen zufriedenen Gesichter während der Veranstaltung haben die Organisatoren ermutigt, auch nächstes Jahr ein Symposium für Transplantierte abzuhalten.

### Die Themen des 2. Symposiums für Transplantierte:

- Gesunde Ernährung für Transplantierte
- Häufige Stoffwechselkrankheiten – der Diabetes
- Freizeitgestaltung – wie viel körperliche Aktivität darf es sein?
- Work-Life-Balance gibt es die ideale Lebensgestaltung?

Die Präsentationen der Referenten können als PDF unter [www.swisstx.ch](http://www.swisstx.ch) abgerufen werden.

Im Januar 2006 ist ein weiteres Symposium geplant. Diese Zeitung und die erwähnte Website werden Sie über die Veranstaltung rechtzeitig informieren.





## Work-life-balance: Existe-t-il une organisation de vie idéale?



Dr Pascale Gelez  
Unité de Psychiatrie de liaison  
Hôpitaux Universitaires de Genève

Cette question ouvre sur beaucoup d'autres et l'objectif de cette présentation est de les poser plutôt que d'y répondre.

La transplantation, succédant le plus souvent à une maladie chronique, induit de multiples remaniements de tous ordres (familiaux, sociaux, psychologiques...) qui font qu'après n'est plus comme avant.

D'un point de vue psychologique, il y a eu une déstructuration de ce qui était et une restructuration rapidement initiée qui font que le sujet doit se retrouver dans ce qu'il est devenu, se resituer par rapport aux autres, au monde, au temps, à ses objectifs, à ses priorités, retrouver un nouvel équilibre et donner parfois un sens à tout ce qu'il a traversé.

Suite à ce bilan, le sujet devra déterminer quelle place il va donner à lui-même, aux siens, à la société, au travail...avec, le plus souvent, une nouvelle échelle de priorités qui sera personnelle, dans l'idée de trouver le meilleur équilibre. La présentation reprend ces différents changements en ouvrant plutôt sur une réflexion et en essayant de respecter les aspirations de chacun.

## Work-Life-Balance: Gibt es die ideale Lebensgestaltung?



Irene Geiger  
lic. phil. Fachpsychologin für Psychotherapie FSP  
Abt. für Transplantationsimmunologie/Nephrologie und  
Abt. für Psychosomatik Universitätsspital Basel

Unter Work-Life-Balance wird im Allgemeinen der Ausgleich zwischen Arbeit und Freizeit verstanden. Im weiteren Sinn geht es um die Frage, wie das Leben zu gestalten sei, damit es jemandem psychisch und physisch gut geht.

Es geht beispielsweise darum, welcher Ausgleich zwischen den 4 Bereichen ARBEIT/LEISTUNG, KÖRPER/GESUNDHEIT, FAMILIE/SOZIALES und SINN/KULTUR besteht. Letztlich ist es eine Frage von eigenen Werten und Zielen, wie jemand diese Bereiche gewichten möchte, also eine individuelle Frage, wie jemand sein Leben zu seiner Zufriedenheit gestalten will. Dabei ist es wichtig, überhaupt seine eigenen Bedürfnisse, Möglichkeiten und Grenzen zu kennen. Es geht auch nicht nur um die Frage der Quantität (z.B. wieviel Arbeit ist gut für mich?), sondern um die Qualität dessen, was ich mache. Zentral ist dabei das Thema der Anerkennung.

So manche Ratgeberliteratur vernachlässigt, dass wir nicht auf Alles im Leben einen Einfluss haben, sondern dass es sogenannte «Kritische Lebensereignisse» (z.B. Krankheit) oder auch äussere Bedingungen (z.B. Arbeitslosigkeit) gibt, welche unser Gleichgewicht teilweise oder ganz

durcheinanderbringen können. In diesen Situationen geht es darum, Bewältigungsmechanismen (z.B. Abschied nehmen von wichtigen Lebensbereichen, Neuorientierung, Entwicklung von neuen Wertvorstellungen) zu finden.

Das Leben ist zu komplex und unvorhersehbar, als dass es die ideale Lebensgestaltung geben könnte. Aber es lohnt sich dennoch trotzdem immer wieder, zu überprüfen, ob man mit seinem Leben zufrieden ist und ob sich darin Dinge verändern liessen.



## 10 Jahre SVKMT – DANKE

**Jubiläums-GV der Schweizerischen Vereinigung der Knochenmarktransplantierten am 29. Januar 2005 im wunderschön gelegenen Hotel Hermitage in Luzern. Höhepunkt des Anlasses: Ehrung von zwei Gründungsmitgliedern!**

Für einmal standen nicht die statutarischen Geschäfte einer traditionellen Generalversammlung im Vordergrund. Sowohl Protokoll der Vorjahrs-GV wie auch der Jahresbericht und auch der neue Statutenentwurf wurden den Mitgliedern mit der Einladung mitgeschickt, sodass der Präsident die ordentlichen Geschäfte inklusive Neuwahlen im Elzugstempo durchziehen konnte.

### Viele Gäste

Der Präsident Armin Kälin durfte hoch «karätige» Gäste begrüssen: Prof. Dr. Alois Gratwohl (Ehrenmitglied) und Prof. Dr. Cathrin Nissen, beide vom KS Basel, Dr. Rudolf Schwabe, operativer Leiter des Schweizer Register für Knochenmarkspender, Riccardo Gulotti, neuer Präsident der GMO (Schwesterorganisation in der Westschweiz). Leider musste Marcel Steiner, Präsident von As de Coeur und Vertreter der Patientenorganisationen bei Swisstransplant, im letzten Moment wegen Krankheit entschuldigen.

### 10 Jahre SVKMT – Danke

Bei diesem Motto hat der Vorstand vor allem an die SPENDER von Knochenmark und Stammzellen gedacht, und diese im Rahmen der 10-Jahrs-Feierlichkeiten erstmals eingeladen. Dies ermöglichten (ungenannt sein wollende) grosszügige Sponsoren – auch an dieser Stelle noch einmal ganz herzlichen Dank!

### Neue Statuten

Um als wohltätige Vereinigung von den Steuern befreit zu sein müssen bei den Statuten gewisse Richtlinien eingehalten werden. Das erlaubt den Mitgliedern dann wiederum, ihre Mitgliederbeiträge von den Steuern abzuziehen. Die Statutenrevision wurde einstimmig genehmigt.

### Wahlen

Fritz Hirsbrunner, Gründungsmitglied und Sekretär, musste nach 10 Jahren Vorstandszugehörigkeit infolge beruflicher Beanspruchung demissionieren. Der Präsident würdigte seine

grossen Verdienste. Seine Tätigkeit war zeit- und arbeitsintensiv, nach aussen nicht sehr spektakulär aber sehr wertvoll für die Vereinigung. Herzlichen Dank, Fritz, für Deine geleistete Arbeit!

Die Versammlung wählte als neues Vorstandsmitglied Silvia Müri, Sozialarbeiterin mit psycho-onkologischem Hintergrund. Danke für die Bereitschaft und herzlich willkommen im SVKMT-Vorstand! Ebenso einstimmig wurde der übrige Vorstand, Bieri Peter, Hunziker Marianne, Kern Walter, Schilter Ruth und Armin Kälin für drei weitere Jahre gewählt!

### Ehrungen

Der absolute Höhepunkt des Jubiläumsanlasses war die Ernennung von Ruth Schilter und Theo Schweitzer zu Ehrenmitgliedern. Beides sind Gründungsmitglieder, und prägten die Aktivitäten der SVKMT in den letzten zehn Jahren. Ruth Schilter war erste Präsidentin (7 Jahre), und ist heute als «Säckelmeister» immer noch im Vorstand. In dieser Funktion löste sie Theo Schweitzer vor drei Jahren ab.

Die von Theo Schweitzer humorvoll vorgetragene Laudatio für die Gründungs-Initiantin Ruth Schilter hatte es in sich: akribisch genau und detailliert brachte er die grossen Verdienste von Ruth Schilter um die Vereinigung auf den Punkt!

Charmant, und auf «Baseldütsch» versuchte Marianne Hunziker in ihrer Laudatio dem liebevollen Querdenker (oder sagte sie Querkopf?) aber nicht immer einfachen Persönlichkeit sowie der Schaffenskraft von Theo Schweitzer gerecht zu werden. Es war ein gelungener Versuch!

Es war ein eindrücklicher Festakt, der vom Duo Trudy Hunkeler (Querflöte) und Hanspeter Tschannen (Klavier) würdevoll mit klassischen Einlagen umrahmt wurde. Herzlichen Dank

diesen beiden Wohltätern, die auf ihre Gage verzichteten!

### Apero/Nachtessen

Leider konnte der Apero wegen den zu frostigen Temperaturen nicht draussen abgehalten werden. Glühwein und Punch mit heissen Marronis wurden dann vom 3. Stock aus mit Blick auf die Luzerner Seebucht genossen.

Das köstliche Nachtessen durfte im festlich dekorierten Saal «Etoiles» (Fensterfront auf Vierwaldstättersee) eingenommen werden. Der Höhepunkt mit dem vielfältigen Dessert- und Käsebuffet «Hermitage» wurde abgerundet mit dem Auftritt einer vierköpfigen Jazzband. Bevor die zufriedenen Mitglieder und Gäste sich auf den Heimweg machten durfte der Präsident noch eine grosszügige Geste verdanken. Die Freimitglieder Roland Meier und Sonja Staubli überreichten dem SVKMT eine Spende von Fr. 1000.–. Dabei haben die Beiden nicht nur die Sponsoren geworben sondern Roland Meier hat dafür während eines 24 Std. Marathons (Rudern, Velofahren, Laufen; alles im Fitness-Center) auch körperlich gelitten. Lieber Roland, liebe Sonja, vielen herzlichen Dank für das wiederholte Engagement zugunsten unserer Vereinigung!

### 10 Jahre SVKMT – DANKE!

Dank an die Sponsoren, Dank an die Spender, Gäste und Mitglieder, Dank dem klassischen Musik-Duo, der Jazz-Band, Dank an die ungenannten Helfer (Tischdekoration, Fotograf etc.), und Dank an das Personal vom Hotel Hermitage. Es war ein schöner Tag im Hotel «Hermitage» – das «Haus am See mit etwas Mehr!» Wie wahr!

Armin Kälin ■





*GV-Idylle!*



*Gut gelaunter neu bestätigter Vorstand (abwesend Walter Kern).*

# 10 Jahre Schweizerischer Verein der Knochenmarktransplantierten



*Marianne Hunziker bei ihrer Laudatio für Theo Schweizer.*



*Theo Schweizer zum Präsidenten: «hoffentlich kein Mycostatin» (Pilzmittel = «Insidern» bekannt).*



*Freude herrscht! – bei der beschenkten Ruth Schilter.*



*Theo Schweizer würdigt Ruth Schilter*



*Das neue Vorstandsmitglied Silvia Müri (rechts) eskortiert von Urs Schumacher und Elisabeth Kälin.*



SCHWEIZERISCHE VEREINUNG  
DER KNOCHENMARKTRANSPLANTIERTEN



*Armin Kälin verdankt Spende von Roland Meier + Sonja Staubli (im Vordergrund).*



*Die GV-Teilnehmerinnen und -teilnehmer lauschen gespannt den Ausführungen.*

# Sie retten mehr als ein Leben.

## Das zweite Herz schlägt für seine Familie.

Dass Karl Thommen, 36, das Leben mit seinen Söhnen Carlo, 5, und Luca, 3, geniessen kann, ist nicht selbstverständlich. – Er lebt seit 1985 mit einem Spenderherz.

Bestmögliche Therapiemassnahmen und hervorragende Medikamente nützen nichts, wenn das Wichtigste fehlt: Ihre Bereitschaft zur Organspende und Ihre Solidarität. Tragen auch Sie einen Teil zu neuem Leben bei!



## Une alimentation saine pour les transplantés



Anne Blancheteau  
Diététicienne, Unité de Nutrition, Clinique BH04  
Centre Hospitalier Universitaire Vaudois

symposium

Faut-il parler de régime ou d'alimentation? En fait, les transplantés doivent être assimilés à une population «normale», et la notion de régime doit être réservée à quelques situations particulières dans le parcours du transplanté. Elles seront abordées à la fin de cette intervention.

Les recommandations pour une alimentation équilibrée pour la population suisse de l'OFSP (Office Fédéral de la Santé Publique) sont donc applicables aux transplantés.

Ces recommandations, déjà réfléchies depuis 1995 en Suisse, ont été renforcées par la demande de l'OMS Europe en 2000, qui a souhaité que les Etats membres développent un plan d'action pour l'alimentation et la nutrition. En effet, les liens entre le comportement alimentaire et certaines maladies majeures en terme de mortalité et de morbidité sont directs: des habitudes alimentaires erronées favorisent maladies cardio-vasculaires et cancers. En Suisse, en 2001, le projet national «Santé et alimentation» a vu le jour, promu par Promotion Santé suisse, avec les campagnes «Suisse Balance: l'alimentation en mouvement».

La traduction simplifiée des recommandations de cette campagne sont les 2 pyramides: celle de l'activité physique (pour une activité physique quotidienne) et alimentaire (pour un bilan équilibré en énergie et en substances alimentaires).

Un bilan équilibré en énergie et en substances alimentaires, c'est le respect des apports quantitatifs et qualitatifs en calories, en nutriments (protéines, lipides, glucides), en micronutriments (minéraux: calcium, potassium, sodium... et oligo-éléments: fer, zinc, cuivre...), en vitamines et en fibres.

Une alimentation respectueuse de la pyramide alimentaire, équilibrée et variée, va permettre la couverture de tous ces besoins, sans craindre de carences (pour des apports caloriques journaliers de plus de 1800 kcal).

Une alimentation pour tous les jours, parfois à moduler en fonction de l'évolution et des conséquences des traitements, en particulier anti-rejet.

### Des adaptations doivent être envisagées:

- lorsque les défenses immunitaires sont insuffisantes: régime agranulocytose (pauvre en germes);
- lorsque le poids prend une courbe ascendante: régime hypocalorique;
- lorsque des oedèmes ou une hypertension artérielle sont présents: régime contrôlé en sel;
- lorsqu'une dyslipidémie apparaît: régime contrôlé en cholestérol, équilibré en lipides;
- lorsque les glycémies sont perturbées et qu'un diabète cortico-induit apparaît: régime contrôlé en glucides.

### Quelques liens utiles

OFSP:  
[www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)

Association suisse pour l'alimentation:  
[www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch) / [www.suissebalance.ch](http://www.suissebalance.ch)

Les As de Cœur:  
[www.asdecoeur.ch](http://www.asdecoeur.ch)

Fondation Suisse de Cardiologie:  
[www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)

Campagne «5 par jour»:  
[www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch)

[www.swisstx.ch](http://www.swisstx.ch)





symposium

## Gesunde Ernährung für Transplantierte



Sandra Bollhalder  
Dipl. Ernährungsberaterin,  
Diabetes-Ernährungsberatung  
Universitätsspital Zürich RAE C 53

Die Ernährung nach einer Organtransplantation unterscheidet sich im Wesentlichen nicht von derjenigen einer gesunden Durchschnittsperson. Sie soll bedarfsdeckend, gesund und ausgewogen sein.

Aufgrund des gesteigerten Appetits infolge eines verbesserten Allgemeinzustandes, des Wegfalls von Ernährungsbeschränkungen und der Nebenwirkungen der immunsuppressiven Therapie kommt es nach Transplantationen oft zu einer starken Gewichtszunahme. Damit verbunden – und durch die Medikamente verstärkt – treten gehäuft Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und erhöhte Blutzuckerwerte auf.

Eine energie- und fettreduzierte Ernährung mit hohem Nahrungsfasergehalt und geringen Mengen rasch resorbierbarer Kohlenhydrate hilft, diesen Veränderungen vorzubeugen bzw. sie zu behandeln. Bei Bluthochdruck ist zudem eine Einschränkung der Kochsalzzufuhr angezeigt. Alkohol sollte mit Mass genossen werden, da grössere Mengen einerseits ungünstige Auswirkungen auf Gewicht und Stoffwechsel haben und andererseits die Wirkung der Medikamente beeinträchtigen kann.

Zur Vorbeugung von Osteoporose als Folge langfristiger Kortikoid-Einnahme empfiehlt sich der regelmässige Konsum von Milch und Milchprodukten sowie kalziumreichem Mineralwasser. In der Regel werden zusätzlich Kalzium- und Vitamin-D-Supplemente verabreicht.

Bei Einnahme von Ciclosporin (Sandimmun®) und Tacrolimus (Prograf®) sollte auf Grapefruit und Grapefruitsaft verzichtet werden.

Besondere Beachtung gilt zudem der Lebensmittelhygiene, da die Anfälligkeit für Infektionen unter immunsuppressiver Therapie erhöht ist.

Neben einer optimalen Ernährungszusammensetzung sollte aber auch der Genuss nicht zu kurz kommen. Auch eine gesunde Ernährung kann, darf und soll schmecken!

## Efficacité de la cannelle

Une étude menée au Pakistan et aux Etats-Unis confirme l'effet positif de la cannelle sur le taux de cholestérol.

Une étude a été menée pendant 40 jours sur 30 femmes et 30 hommes d'un âge moyen de 52 ans. Ils ont été répartis en 3 groupes, comptant chacun autant de femmes que d'hommes, qui ont reçu l'un un placebo, le deuxième 1,3g et le troisième 6g de cannelle par jour.

Comme supposé, le groupe placebo ne montra aucun changement des valeurs sanguines à l'issue des 40 jours, tandis que les deux groupes ayant consommé de la cannelle affichaient des réductions considérables du taux de lipides dans le sang de 12 à 30%.

La consommation de cannelle est donc recommandée à titre de prévention des maladies cardiovasculaires.

Source: L'info pour tous (bulletin d'information de la Fédération française des associations de greffés du cœur et des poumons – FFAGCP)

## Positive Wirkung von Zimt

Eine in Pakistan und Amerika durchgeführte Studie belegt den positiven Einfluss von Zimt auf den Cholesterinspiegel.

Während 40 Tagen wurde der Versuch mit 30 Frauen und 30 Männern mit einem durchschnittlichen Alter von 52 Jahren durchgeführt. Ein Drittel der Probanden, je hälftig Frau/Mann, erhielten 1,3g Zimt täglich. Die zweite Gruppe versorgte man mit 6 g Zimt. Dem letzten Drittel wurde ein Placebo abgegeben.

Erwartungsgemäss zeigte die letzte Gruppe nach 40 Tagen keinerlei Änderung der Blutwerte. Die Blutproben der beiden Zimt konsumierenden Gruppen zeigten einen markant gesenkten Blutfettwert zwischen 12 und 30%.

Als Mittel zur Prävention von kardiovaskulären Erkrankungen ist der Konsum von Zimt somit zu empfehlen.

Quelle: L'info pour tous (Informationsbulletin der französischen Fédération der Herz- und Lungentransplantierten FFAGCP)



# AGENDA 2005/2006



## **2/3 avril 2005: Assemblée générale de l'Association**

### **sportive suisse des transplantés**

L'Assemblée générale de l'Association sportive suisse des transplantés 2005 aura lieu au Sântis Park à Abtwil. Les membres vont recevoir l'ordre du jour avec une invitation écrite.

## **23 Avril 2005: Assemblée générale Les As de Cœur**

A l'hôtel Bären à Aarburg. Les membres recevront la convocation par courrier postal.

## **28 mai 2005: Réunion annuelle de la Fédération européenne des transplantés du cœur et du poumon**

L'Assemblée des délégués de l'EHTF est fixée au samedi 28 mai, le même jour que les 20 km de Bruxelles.

## **28/29 mai 2005: 20 km de Bruxelles**

La course de Bruxelles de 20 km aura également lieu en 2005. Nos amis belges de l'Association des transplantés du cœur et du poumon nous invitent à y prendre part. Infos chez Fredy Klopfenstein Téléphone 032 423 38 33, E-Mail: f.klopfenstein@asdecoeur.ch.

## **16 au 24 juillet 2005: Jeux Mondiaux des Transplantés 2005 à London Ontario Canada**

Informations sous [www.organ-donation-works.org](http://www.organ-donation-works.org) ou [www.2005wtg.london.ca](http://www.2005wtg.london.ca) ou chez Beat Gottschalck: b@gottschalck.ch.

## **24 Septembre 2005: Journée nationale du don d'organes et de la transplantation**

Comme chaque année, Swisstransplant attend vos propositions d'activités et vos commandes de brochures et matériel publicitaire. Veuillez prendre contact avec : Britta.Johnson@hcuge.ch

## **14 octobre 2005: 1<sup>ère</sup> Journée mondiale de la transplantation**

La manifestation, d'envergure, est organisée par les Hôpitaux universitaires de Genève en collaboration avec l'UE et le programme pour la santé des Nations-Unies. Les détails suivent dans la prochaine édition.

## **Juillet 2006: 11<sup>èmes</sup> Jeux Européens à Naples (Italie)**

Les prochains Jeux européens des greffés cardiaques et pulmonaires se dérouleront à Naples. Dès que nous disposerons d'informations détaillées, nous vous les communiquerons (voir sous [www.ehtf.info](http://www.ehtf.info)).

## **2./3. April 2005:**

### **Hauptversammlung des Transplantierten Sportvereins**

Die Hauptversammlung des Transplantiertensportvereins findet 2005 im Sântispark in Abtwil statt. Die Mitglieder erhalten die Traktanden mit der schriftlichen Einladung.

## **23. April 2005: Generalversammlung Les As de Cœur**

Im Hotel Bären in Aarburg. Mitglieder erhalten die Einladung per Post zugestellt.

## **28. Mai 2005: Jahrestagung der Europäischen Föderation der Herz- und Lungentransplantierten**

Parallel zu dem 20 km Lauf von Brüssel findet am Samstag die Delegiertenversammlung der EHTF statt.

## **28./29. Mai 2005: 20 km von Brüssel**

Auch 2005 findet der 20 km-Lauf von Brüssel statt. Unsere belgischen Freunde des Herz- und Lungentransplantierten Vereins laden zur Teilnahme ein. Auskunft erteilt: Marcel Steiner Telefon: 033 438 16 15 E-Mail: m.steiner@asdecoeur.ch.

## **16. – 24. Juli: 2005 Sommerweltmeisterschaften der Transplantierten in London Ontario Kanada.**

Weitere Infos auch unter [www.organ-donation-works.org](http://www.organ-donation-works.org) oder [www.2005wtg.london.ca](http://www.2005wtg.london.ca) oder bei Beat Gottschalck: b@gottschalck.ch.

## **24. September 2005:**

### **Nationaler Tag der Organspende und Transplantation**

Wie in jedem Jahr nimmt Swisstransplant alle geplanten Aktivitäten und Bestellung für Werbematerial und Broschüren entgegen. Britta.Johnson@hcuge.ch

## **14. Oktober 2005: 1. Welttag der Transplantation**

Eine vom Universitätsspital Genf in Zusammenarbeit mit der EU und dem UNO Gesundheitsprogramm organisierte Grossveranstaltung. Detaillierte Angaben folgen in der nächsten Ausgabe

## **Juli 2006: 11. Europäische Spiele in Neapel (Italien)**

Die nächsten Europäischen Spiele für Herz- und Lungentransplantierte finden in Neapel statt. Sobald wir über nähere Angaben verfügen, werden wir Sie informieren (siehe auch [www.ehtf.info](http://www.ehtf.info))

[www.asdecoeur.ch](http://www.asdecoeur.ch)