

Fast jeder 20. Bürger leidet an Asthma

AOK: Gründe sind Tabakkonsum und Luftverschmutzung

Waiblingen.

Asthma bronchiale und COPD, eine chronisch-obstruktive Lungenerkrankung, sind die häufigsten chronischen Atemwegserkrankungen in Deutschland. Im Rems-Murr-Kreis leidet fast jeder 20. Bürger an einer Lungenerkrankung. Schätzungen gehen davon aus, dass etwa vier Millionen Deutsche an einer COPD leiden. Weltweit steigt die Zahl der Betroffenen an. Experten prognostizieren, dass die COPD im Jahr 2020 die dritthäufigste Todesursache sein dürfte. Hauptursache von COPD ist Tabakkonsum.

Im Rems-Murr-Kreis waren im Jahr 2016 rund 7130 AOK-Versicherte von einer COPD betroffen, das entspricht 4,7 Prozent aller Versicherten. In Baden-Württemberg insgesamt waren über 169 000 Versicherte der AOK in Behandlung. Der Anteil der Betroffenen unter den AOK-Versicherten im Landkreis stieg von 2012 bis 2016 um jährlich durchschnittlich 2,4 Prozent. Allerdings konnten nur Versicherte ermittelt werden, die sich tatsächlich in ärztlicher Behandlung befanden; die Dunkelziffer ist vermutlich deutlich höher. Die Zahlen der AOK gelten als repräsentativ, da sie mit einem Marktanteil von 43 Prozent die größte Krankenkasse in Baden-Württemberg ist.

Eine chronische Bronchitis kann sich entwickeln, wenn die Atemwege häufig Schadstoffen wie Tabakrauch, Staub oder Gasen ausgesetzt sind. „Es gibt einen starken Zusammenhang zwischen Rauchen und chronisch obstruktiver Lungenerkrankung: Es erkrankt zwar nicht jeder Raucher, aber die meisten Menschen mit COPD rauchen oder haben früher geraucht. Nichtrauchen ist damit der wichtigste Schutz vor der Erkrankung“, sagt PD Dr. Sabine Knapstein, Ärztin bei der AOK Baden-Württemberg. Bei einer COPD ist die Lunge dauerhaft geschädigt und die Atemwege (Bronchien) sind verengt. Dadurch bekommt man bei fortgeschrittener Erkrankung nur schwer genügend Luft. Schon Alltagsaktivitäten können dann ausreichen, um außer Atem zu geraten – wie Treppensteigen, Gartenarbeit oder ein Spaziergang.

Atemnot bei körperlicher Belastung – bei fortgeschrittener COPD bereits in Ruhe, täglicher Husten über eine längere Zeit, Auswurf, Geräusche beim Atmen wie Pfeifen und Brummen und verstärkte Beschwerden bei Erkältungen oder Grippeerkrankungen. „Die Behandlung der COPD zielt darauf ab, das Fortschreiten der Erkrankung aufzuhalten oder zumindest zu bremsen“, so PD Dr. Sabine Knapstein. „Wichtig ist vor allem, aufs Rauchen zu verzichten. Medikamente können die Beschwerden lindern und Atemnot-Anfällen vorbeugen. Patientenschulungen helfen, mit der Erkrankung umzugehen“, so die Ärztin weiter.

Um die medizinische Versorgung von COPD-Patienten zu verbessern, gibt es strukturierte Behandlungsprogramme. Mit ihrem „Curaplan“ bietet die AOK eines an. Bei neun von zehn COPD-Patienten ist jahrelanges Rauchen die Hauptursache der Erkrankung. Mit dem Rauchen aufzuhören, ist ein Bestandteil der COPD-Behandlung. Die AOK unterstützt auch dabei <https://bw.aok.de/inhalt/copd-und-rauchen-1/>

Kompakt

Nikolausfahrten auf der Schwäbischen Waldbahn

Welzheim.

Nach einer erfolgreichen Sommersaison dampft es auf der Schwäbischen Waldbahn noch an zwei Sonntagen: Am ersten und zweiten Advent, 3. und 10. Dezember, finden die Nikolausfahrten zwischen Schorndorf und Welzheim statt. Die Züge starten im Schorndorfer Bahnhof auf Gleis 5, Abfahrt ist um 10.30 und 14 Uhr. Von Welzheim aus geht es um 12.35 und 16.05 Uhr wieder zurück. Ein besonderer Höhepunkt der Fahrt wird sein, wenn dann der Nikolaus zusteigt und alle kleinen Fahrgäste unterwegs beschert. Sitzplatzreservierung: ☎ 07 00/3 25 80 106 oder www.dbkev.de.

Kinderschutzbund sucht Schatzmeister

Schorndorf/Waiblingen.

Der Kreisverband des Deutschen Kinderschutzbundes Schorndorf/Waiblingen sucht einen Schatzmeister. Die Aufgaben des ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedes sind in der Hauptsache gelegentliche Kontrolle der Kassenführung und die Vorbereitung der Quartals- und Jahresabrechnung für den Steuerberater. Der Zeitaufwand wird sich bei durchschnittlich drei Std. wöchentlich belaufen. Dazu kommen jährlich circa fünf Sitzungen des Vorstandes. Einarbeitungszeit ist gewährleistet und wird so lange dauern wie nötig. Weitere Informationen erhalten Interessenten in der Geschäftsstelle Schorndorf unter ☎ 0 71 81/88 77 17.

Sinneskitzel in „#MeToo“-Zeiten

Pro Familia Waiblingen lädt ein zur „(be)sinnlichen Reise“ – und zum Nachdenken über Geschlechterverhältnisse

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED PETER SCHWARZ

Waiblingen.

Harvey Weinstein, die „#MeToo“-Debatte: In Zeiten, da die Frage des sexuellen Missbrauchs die Gesellschaft aufwühlt, setzt Pro Familia Waiblingen – terminlich vollkommen zufällig und inhaltlich herrlich passend – einen verblüffenden Akzent; einen erotischen Abend unterm Motto „Sinneskitzel“.

Was für ein aufgewühlter Ton: Seit die sexuellen Übergriffe des Hollywood-Produzenten Harvey Weinstein öffentlich geworden sind und Massen von Frauen in einer „#MeToo“-Kampagne berichten, dass auch sie schon derlei erlitten haben, arbeiten sich Medien und Gesellschaft mal wieder hoch erhitzt am Geschlechterverhältnis ab. Männer klagen, sie wüssten überhaupt nicht mehr, wie sie's den Frauen recht machen können. Frauen klagen, die Männer stellen sich mal wieder dumm. Adam Sobocynski warnte in der Wochenzeitung „Die Zeit“ dramatisch: Wenn bereits „die dumme Anmache in der Kantine“ oder „schleimige Komplimente“ zu Symptomen einer männlichen Vergewaltigungskultur hochgeschrieben würden, dann sei dies ein „McCarthy-hafter Ansatz“ – der amerikanische Politiker Joseph McCarthy blies in den 50er Jahren zur Hetzjagd auf Linke und vernichtete reihenweise Existenzen. Margarete Stokowski kontierte auf „Spiegel Online“: „Zu fragen, was Männer jetzt überhaupt noch dürfen, impliziert, dass nun hauptsächlich die Freiheiten von Männern beschnitten werden sollen. Als ginge es nicht viel eher darum, welche Freiheiten Frauen bisher oft fehlten und was eigentlich normal sein sollte – nämlich sich im öffentlichen Raum oder in beruflichen Kontexten zu bewegen, ohne befürchten zu müssen, dass sie blöd angemacht werden.“

So. Und jetzt das: „Lassen Sie sich verzaubern“, „wir entführen Sie auf eine (be)sinnliche Reise“ – ein Abend im Waiblinger Kulturhaus Schwanen unterm Titel „Sinneskitzel“, konzipiert „für Männer und Frauen“, es gibt eine „erotisch-witzige Lesung“ von klassischen bis zu populären Texten, „schokoladige Verführung“ (Sigrid Andres, Pralinenmanufaktur Waiblingen, präsentiert feinstes Naschzeug), „ausgewählt Niveauvolles aus einer erotischen Boutique“ („Kleidung, verspielte Accessoires, dezente angedeutete Toys“ aus dem Stuttgarter Hause „Frau Blum“), eine Harfenspielerin und eine DJane, die tanzbaren Soul auflegt. Sapperlot. Das passt ja überhaupt nicht zum aktuellen Gezerf – oder passt es womöglich total gut?

Die „Sinneskitzel“-Veranstaltung, erzählt Marc Rother von Pro Familia, war lange vor den Weinstein-Enthüllungen konzipiert – „gutes Timing“, lacht er. „Normalerweise machen wir Fachvorträge, Se-



Sie präsentieren beim „Sinneskitzel“-Abend im Waiblinger Kulturhaus Schwanen Kleidung und Accessoires: Alexandra Steinmann und Mascha Hülsewig von der Stuttgarter „Boutique Erotische“ mit dem – dieses Kompliment muss erlaubt sein – höchst charmanten Namen „Frau Blum“. Bild: Leif Pietchowski

minare“, Beratungsgespräche, sagt seine Kollegin Christine Hofstätter – diesmal soll „die sinnliche Seite“ im Mittelpunkt stehen und mit Genuss, Pfiff, Witz präsentiert werden: anregend, künstlerisch, auch ironisch. Und vielleicht helfe so ein Abend, „den Dialog möglich zu machen über Sexualität“, über Begehren, Lust, Verführung und Grenzen, vielleicht ermutigt so ein spielerisches Kulturformat, über Freuden und Sehnsüchte wie über Unsicherheiten und Zweifel im Umgang miteinander zu reden.

Von eindeutigen Grenzen und von fließenden

Sicher, manches ist eindeutig. Wenn Mann höhnt, bald müsse er noch vorab schriftlich um Erlaubnis ersuchen, bevor er einer Frau ein Kompliment mache, findet Hofstätter das „zynisch“. Eigentlich verfügten Männer doch durchaus über ein „Sensorium“, ob eine Frau sich „geschmeichelt fühlt“ oder dummdreist angebaggert. Pro-Familia-Leiterin Oranna Keller-Manschreck: „Frauen, die betroffen sind, wissen genau, wann die Grenze überschritten ist – und trauen

sich oft nicht, das zu signalisieren.“ Ergänzten lässt sich: Männer wissen meist genau, wann sie eine Grenze überschreiten – und denken, sich das trauen zu dürfen.

Aber vielleicht, sagt Hofstätter, sollten wir uns „eingestehen“, dass es „so einfach“ nicht immer ist. Aufeinander achten, Zwischentöne wahrnehmen, sich klarwerden, in welchem Verhältnis man zueinander steht: Solche „Basiskompetenzen“ lassen sich „stärken“; zum Beispiel im Gespräch. Mann könnte dabei Sensibilität entwickeln für das Fließen der Übergänge: Den losen Spruch, den die eine Kollegin womöglich

lässig findet, empfindet die andere vielleicht als verletzend – und was unter Kollegen möglich sein mag, wird zum Umding, wenn der Vorgesetzte es sich erlaubt. Denn je stärker das hierarchische Gefälle, desto schwieriger ist es für eine Frau, sich zu wehren. Sobald „Machtverhältnisse“ ins Spiel kommen, sind Grenzen umso sorgfältiger zu beachten.

Wer die „Sinneskitzel“-Veranstaltung besucht, sagt Marc Rother, muss nicht „aktiv diskutieren“, kann einfach schauen, hören, ins Nachdenken kommen und – wer mag – ins Gespräch. „Wir beschäftigen uns viel mit den dunklen Seiten der Sexualität“, sagt Oranna Keller-Manschreck, da „tut es gut, mal den Kopf zu wenden“ und „viel freudigere Aspekte“ zu genießen. Dass dieser Abend „den Austausch“ zwischen den Geschlechtern ermuntern könnte, ist inmitten der „#MeToo“-Debatte ein Begleitfekt genau zur rechten Zeit.

Info

„Sinneskitzel“ im Waiblinger Kulturhaus Schwanen: am Freitag, 1. Dezember, um 19.30 Uhr.

Steigende Zahlen

■ Pro Familia Waiblingen berät Betroffene von sexualisierter Gewalt. „Die Nachfrage nimmt immens zu“, sagt Oranna Keller-Manschreck. Sie und ihr Team haben 2016 weniger als 200 Beratungsgespräche geführt – 2017 waren es bis Anfang November bereits mehr als 300.

Das schwache Herz

Telefonaktion im Rahmen der Herzwochen an diesem Mittwoch, 22. November, von 18 bis 19 Uhr

Waiblingen.

„Das schwache Herz“ heißt das Motto der Herzwochen 2017. An diesem Mittwoch, 22. November, stehen fünf Kardiologen aus dem Rems-Murr-Kreis von 18 bis 19 Uhr unseren Leserinnen und Lesern bei einer Telefonaktion Rede und Antwort. Atemnot und Leistungseinschränkungen können Ursache für eine Herzschwäche sein.

Wegen Herzinsuffizienz werden jährlich fast eine halbe Million Bürger in Deutschland in eine Klinik eingeliefert. Die Zahl der Todesfälle wird auf 45 000 geschätzt. Eine chronische Herzschwäche ist keine eigenständige Krankheit, sondern die Folge anderer Herzkrankheiten, vorwiegend aus einer koronaren Herzkrankheit und Bluthochdruck. Die bundesweiten Herzwochen dienen dazu, die Bevölkerung über Ursachen, Diagnosen, Therapie und die Möglichkeiten der Vorbeugung der Herzschwäche zu informieren. „Nicht nur das Herz selbst, auch andere Organe wie Gehirn, Nieren oder Muskeln werden in Mitleidenschaft gezogen“, schreibt die Deutsche Herztiftung zu den Herzwochen. Es komme zu Beschwerden wie Atemnot, Leis-

tungsschwäche und Flüssigkeitseinlagerungen in Beinen und Knöcheln, sogenannten Ödemen. Im fortgeschrittenen Stadium kann die Herzschwäche zu massiven Beschwerden bei den Betroffenen führen, sie beeinträchtigt stark ihren Alltag und bedroht ihr Leben.

Warnzeichen für eine Herzinsuffizienz sind Atemnot und Leistungsschwäche, schreibt die Herztiftung. Viele Betroffenen wollten die Warnzeichen nicht wahrnehmen und schieben es aufs Alter, wenn sie beim Rennen auf den Bus schnell außer Atem kommen. Aber je früher eine Herzschwäche erkannt werde, desto eher könnte dank heutiger Therapiemöglichkeiten die fatale Entwicklung der Krankheit aufgehalten werden.

Ziel der Therapie einer Herzschwäche sei, das Fortschreiten der Erkrankung zu stoppen oder zu verlangsamen, die Sterblichkeit und Krankenhausaufenthalte zu verringern und die Lebensqualität zu erhalten oder zu verbessern, schreibt die Herztiftung. Klassische Behandlungsmethoden sind: Einstellung des Bluthochdrucks, operative oder kathetergestützte Behandlung defekter Herzklappen, Bypassoperation oder Kathetereingriffe, um Durchblutungsstörungen zu beheben und die Gefahr eines Herzinfarkts zu bannen.

Darüber hinaus gibt es zahlreiche medikamentöse Behandlungen – und den Rat-



Der Vortrag der Kardiologen Wendelin Kluge, Stefan Frohnmayer und Andreas Jeron im Bürgerzentrum Waiblingen fand großes Interesse. Foto: Büttner

schlag der Kardiologen, sich mehr zu bewegen. „Während früher Schonung bei Herzschwäche angeraten wurde, ist heute Bewegung eine wichtige Therapie“, so die Herztiftung. Allerdings müssten zuvor die Belastbarkeit getestet und die Bewegung mit

dem Hausarzt und Kardiologen abgesprochen werden. Bei unserer Telefonaktion an diesem Mittwochabend können Sie diese und viele andere Fragen mit den fünf Kardiologen aus dem Rems-Murr-Kreis besprechen.



Dr. Wendelin Kluge, Waiblingen: ☎ 0 71 51/5 66-2 75



Dr. Andreas Jeron, Klinikum Winnenden: ☎ 0 71 51/5 66-2 72



Dr. Christoph Rothfuß, Winnenden: ☎ 0 71 51/5 66-5 58



Dr. Dian von Scholley, Schorndorf: ☎ 0 71 51/5 66-5 57



Dr. Stefan Frohnmayer, Waiblingen: ☎ 0 71 51/5 66-3 82



Dr. Rudolf Knorpp, Fellbach: ☎ 0 71 51/5 66-2 76