



«Die Familie war und ist mir immer eine grosse Stütze»: Pia Klingenfuss mit ihrer Tochter Léonie. Bild: Roger Grütter

Fortsetzung von Seite 23

Je schlechter die Verfassung eines Patienten, umso weiter oben steht er auf der Liste, die von Swisstransplant verwaltet wird. Doch bis Pia Klingenfuss auf der Liste zu finden ist, wird erst die Entwicklung ihrer Sarkoidose beobachtet.

Auch wenn noch überhaupt nicht absehbar ist, wann die Mutter ein Spenderherz bekommen wird: «Ich freue mich auf die Transplantation, auch wenn ich danach so um die 40 Tabletten am Tag schlucken muss. Ich könnte mit meinen Kindern Ski fahren gehen. Hätte all die Einschränkungen nicht mehr, und meine Lebensqualität würde sich extrem steigern», hofft sie. Der Organspender wäre für sie eine Art Engel.

Sicher kein Gang in die Illegalität

Warten kann zermürbend sein, aber sich auf illegale Weise ein Organ zu beschaffen, käme für sie niemals in Frage. Bei anderen schon: Die Weltgesundheits-

organisation (WHO) geht davon aus, dass 5 bis 10 Prozent der Organtransplantationen weltweit in einem illegalen Kontext erfolgen. Meist sind es «bezahlte Lebendspenden». In der Schweiz müssen neu jene Organe, die nachweislich illegal aus dem Ausland stammen, nachverfolgt werden. «Die strenge Kontrolle und die Regulation innerhalb der Schweiz verunmöglichen einen illegalen Organhandel innerhalb unseres Landes», sagt dazu Franz F. Immer, Geschäftsführer Swisstransplant.

Pia Klingenfuss muss heute im Alltag zu Hause viele Pausen einlegen. Da das Führen eines eigenen Geschäftes nicht mehr möglich ist, bastelt sie heute wenigstens noch leidenschaftlich und voller Freude. «Ich sitze manchmal auch einfach auf dem Balkon und höre den Vögeln zu. Das ist zwar sehr schön, aber mir fehlt meine Freiheit, meine Spontaneität, ich war eine Anreisserin, eine Macherin.» Dafür trauere sie sich heute öfter, Nein zu sagen. «Und ich trage mehr Sorge zu mir.»

«Es kursieren falsche Vorstellungen»

Christian Brunner, Sie sind Leiter des Organspende-Netzwerks Luzern. Was ist genau Ihre Aufgabe?

Die Schweiz ist in fünf Organspende-Netzwerke unterteilt. Unsere Aufgabe ist es, in den Spitälern dafür zu sorgen, dass Organspender als das erkannt werden, den Spendeprozess in den Zentralschweizer Spitälern zu gewährleisten und die Angehörigen zu begleiten. Dabei arbeiten wir eng mit Swisstransplant zusammen.

Organspender erkennen? Wer kann denn Organe spenden?

Es gibt drei Arten von Spendeformen: Spender nach Hirntod, nach Herz-Kreislauf-Stillstand und Lebendspender. Es gibt keine obere Altersgrenze.

Wie läuft dieser Prozess ab?

Wenn bei einem Patienten keine Behandlungsmöglichkeit mehr besteht und der Hirn- oder Herztod eintreten könnte, klären wir ab, ob ein Organspendewunsch besteht. Dazu müssen wir die Angehörigen nach dem Wunsch des Verstorbenen fragen, denn in der Schweiz gilt das Prinzip, dass nur der spenden kann, der diesen Willen explizit kundtut. In mehr als der Hälfte der Gespräche müssen die Angehörigen die schwierige Situation stellvertretend im Sinne des Verstorbenen übernehmen, weil das Thema einer Organspende nie angesprochen wurde. Das ist eine sehr belastende Situation in einem schwierigen Moment.

Angenommen, ein Patient spendet seine Organe. Wie geht es weiter?

Dann wird eine Organevaluation durchgeführt. Die Organe werden auf ihre Funktionsfähigkeit und Grösse untersucht. Diese Daten, zusammen mit den Informationen zur Blutgruppe, werden in einem elektronischen System erfasst. Über dieses System erfolgt nach klar vorgeschriebenen Regeln die Zuteilung der Organe.

Sie können also nicht einem Patienten ein Organ entnehmen und gleich einem anderen einsetzen?

Theoretisch wäre das in einem Transplantationszentrum (Genf, Lausanne, Bern, Basel, Zürich, St. Gallen) möglich, wo Organentnahme und -transplantation unter Umständen am selben Ort stattfinden. Alle Zentren sind jedoch zwingend an das Vergabesystem gebunden. Der Prozess ist derselbe, wie wenn der Empfänger in einem anderen Spital wäre. In der Schweiz ist der Prozess des Organspendens von dem des Empfängens streng getrennt. Das ist sehr wichtig, damit keine ethischen Konflikte durch Einflussnahme entstehen können.

Wie kommt ein Organ zum Empfänger?

Swisstransplant hat den Auftrag, das Vergabesystem zu verwalten, hat aber keinen Einfluss auf die Warteliste. Es ist gesetzlich klar geregelt, wie die Organe zugeteilt werden. Neben der medizinischen Dringlichkeit werden der medizinische Nutzen und die Zeit auf der Warteliste bei der Zuteilung berücksichtigt.

Was geschieht, wenn das Organ zu niemandem passt?

Organe, die in der Schweiz nicht zugeteilt werden können, werden den Partnerorganisationen, prioritär Frankreich, angeboten. Diese grenzüberschreitende Zusammenarbeit ist wesentlich für Kinder und Patienten mit seltenen Blutgruppen und ist unentgeltlich. Eine Organspende ist ein Geschenk. Die Unentgeltlichkeit und die Nachverfolgung einer Organspende sind wesentlich, um den ethisch hoch verwerflichen und illegalen Organhandel zu unterbinden.

Was kann gespendet werden?

Die Organe Herz, Lunge, Leber, Niere, Bauchspeicheldrüse und der Dünndarm sowie Gewebe wie etwa die Hornhaut.

Wieso gibt es zu wenig Spenden?

Nur als Beispiel: Im Luzerner Kantonsspital sterben jährlich 800 bis 1000 Menschen. Davon wären etwa 60 mögliche Spender. Doch in 60 Prozent dieser Fälle lehnen die Angehörigen eine Organspende ab, und zwar meist aus Unsicherheit, denn weniger als 10 Prozent der betroffenen Patienten verfügen über einen dokumentierten Patientenwillen. Und wenn Angehörige nicht sicher sind, was der Wunsch des Sterbenden ist, entscheiden sie sich in der Regel dagegen.

Welche Gründe führen die Leute an?

Uns gegenüber äussern die Angehörigen vor allem die genannte Unsicherheit. Andere Gründe sind etwa religiöse Überlegungen oder falsche Vorstellungen von der Organspende.

Welche falschen Vorstellungen?

Zum Thema Organspende kursieren viele Gruselgeschichten. Dazu ein paar Facts: Ich stehe unter keinerlei Druck, eine gewisse Anzahl an Organspendern «aufreiben» zu müssen. Auch stellt eine Organtransplantation für Ärzte keinerlei finanziellen Anreiz dar. In der Schweiz findet kein Organhandel statt. Dies ist im Transplantationsgesetz festgelegt und international strafbar.

Was beschäftigt Angehörige am meisten?

Oft ist beim Hirntod der Todeszeitpunkt ein Thema. Wir erklären den Angehörigen den Ablauf einer Spende nach Hirntod möglichst genau und können dadurch Zweifel ausräumen.

Hinweis

Dr. med. Christian Brunner ist seit dem 1. Januar 2018 Leiter des Organspende-Netzwerks Luzern. Er arbeitet als Oberarzt auf der Intensivstation des Luzerner Kantonsspitals



Postkarte aus Vancouver



Besser als Klubschulen

In Vancouver gibt es keine Migros-Klubschulen, aber etwas, das vielleicht noch besser ist: die Community Centres. In jedem Stadtteil findet man eines dieser Gemeindezentren. Sie werden von der Stadt finanziert und sind für die Bürger Gold wert. Als ich neu nach Vancouver kam, fand ich hier mein zweites Zuhause. Ich benutzte die Bibliothek, die Eisbahn, das Café und vor allem das riesige, preiswerte Kursangebot. Ich begann mit Stepgymnastik, Mal- und Spanischunterricht, Krafttraining, ich lernte, wie man in Kanada Geld investiert, ging auf Spaziergänge mit einem Naturführer, lernte rudern und setzte ein Glasmosaik zusammen. Und es gibt noch tausend Dinge mehr. Die Community Centres sind ausgesprochen populäre Begegnungsorte. Mütter können ihre Kleinkinder hierherbringen, Senioren finden Anregung und Gesellschaft. Manche dieser Centres befinden sich auf Grundstücken, die viele Millionen wert sind. Aber die Bürger von Vancouver würden es nie erlauben, dass sie aufgehoben würden. Ich glaube, das gäbe eine Revolution.

Bernadette Calonego

Unkommod

Morgens müde?

Es fängt ja schon damit an, dass man den Wecker stellen muss. Kann ich nicht einfach aufstehen, wann ich will? Das wär' doch der Zeitpunkt, der natürlicherweise gut für mich wäre. So nehme ich das an. Aber nein, der Wecker macht mich wach. Tausend Franken für ne halbe Stunde mehr, schon oft hätte ich wohl im Halbschlaf diesen Vertrag unterschrieben, hätte man ihn mir an die wohlige warme Decke gehalten. Früher ins Bett wär' natürlich der einfachste Trick, aber irgendwie schaffe ich es nicht, jedenfalls nicht regelmässig genug. Laut Studien, die ich im Netz gefunden habe, bin ich damit nicht alleine. Immer offen für neue Trends, bin ich gar nicht so stolz, bei diesem mitzumachen.

Wir sind nicht alle gleich und so brauchen wir auch nicht alle gleich viel Schlaf. Kollegen schlafen 5 Stunden, andere könnten bis mittags. Als Mittelwert können wir von 6 bis 8 Stunden ausgehen. Ein Mittelwert, der aber nicht weltweit gilt. In Tokio zum Beispiel beträgt er 5 Stunden 44 Minuten, in Berlin 6 Stunden 49 Minuten und in Moskau 8 Stunden 8 Minuten. Aufsummiert schlafen wir bis zum 75. Lebensjahr 164 000 bis 225 000 Stunden. Das scheint unglaublich viel, wenn ich bedenke, wie unglaublich müde ich morgens manchmal bin. Warum aber schlafen wir immer weniger? Ist ja nicht so, als hätten die Generationen vor uns nichts auf die Beine gestellt, im Gegenteil.

Vielleicht, weil immer weniger Menschen körperlich arbeiten. Ich arbeite auch nicht körperlich, kenne das aber vom Sport und Sie vielleicht auch. Dieses fantastische Gefühl, wenn man so richtig ausgepowert auf die Couch fällt und es kaum mehr raus schafft. Dann ist man müde. So richtig müde. Voll banal, aber die wichtigste Voraussetzung für einen guten Schlaf. Komm ich vom Computermarathon nach Hause, bin ich auch müde, aber

«Wir haben immer mehr schlaue Helfer und sind immer erschöpfter.»



Claudia Lässer
Programmleiterin Teleclub

anders. Es hat keinen Endpunkt, so wie das Ende des Trainings oder die endliche Leistungsfähigkeit meines Körpers. Die vielen kleinen Tasks sind auch nie beendet wie ein Training oder ein Lauf. Die moderne Arbeitswelt lockt mit Freiheit. Überall kann man arbeiten und immer. Und das tun wir. Und im Hosensackbüro haben wir noch die private Kommunikation. Da kann ich ruhig noch schnell die Mails checken und zwei, drei Zeilen antworten. Das Runterfahren rutscht immer weiter in die Nacht hinein. Abhilfe schafft eine einfache Frage - muss ich das jetzt tun? Wobei jedes Wort eine Frage in sich ist. *Muss ich das jetzt tun? Muss ich das jetzt tun? Muss ich das jetzt tun? Muss ich das jetzt tun?* Irgendwie absurd, dass wir immer mehr schlaue Helfer haben und immer erschöpfter sind.

Man kann auch viel schlafen und Grosses leisten. Einstein zum Beispiel soll 11 Stunden täglich geschlafen haben. O.k., der war ein Genie, nicht ganz repräsentativ. Doch lässt sich auch vermuten, dass er sich nicht hat ablenken lassen, was vielleicht die Hauptsache ist. Weitere Extremwerte finden sich in der Tierwelt. Die kleine Taschenmaus schläft über 20 Stunden täglich, die Giraffe nicht mal 2. Dem Menschen am nächsten ist übrigens mit 8,5 Stunden das Schwein. An alle, ausser die, die gerade Eltern geworden sind - schlafen Sie genug.

Claudia Lässer

Paar der Woche

Monica & Bill, deleted

Das US-Lifestyle-Magazin «Town & Country», zu Deutsch: «Stadt und Land», hat diese Woche eine Wohltätigkeitsgala veranstaltet. Als Rednerin eingeladen war Monica Lewinsky, jene US-Bürgerin, die vor 20 Jahren Berühmtheit erlangte, weil sie als Praktikantin im Weissen Haus dem damaligen Präsidenten Bill Clinton ziemlich viel Freude bereitete. Inzwischen engagiert sich Lewinsky für Mobbing-Opfer und hält Vorträge. Vorträge hält allerdings auch



Ex-Präsident Bill Clinton. Die Lifestyle-Wohltäter luden ihn ebenfalls ein - und Lewinsky wieder aus, als Clinton zusagte. Die 44-jährige hatte wenig Freude an diesem despektierlichen Verhalten. Und twitterte sinngemäss: «Liebe alle, bitte ladet mich nicht zu einer Veranstaltung ein und dann wieder aus, nur weil Bill Clinton sich entschieden hat, zu kommen. Wir haben 2018.» Ja, man sollte es nicht meinen, liebe Monica, aber trösten Sie sich: «Town & Country»... Viel haben Sie da bestimmt nicht verpasst. (sh)