



Förderverein *Herzklopfen* e.V.

Gesundheitsakademie Esslingen

Programm 2025/2026



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
liebe Freundinnen und Freunde des Fördervereins Herzklopfen,



auch in diesem Jahr hat der Förderverein Herzklopfen e.V. ein bemerkenswertes Programm auf die Beine gestellt – informativ, engagiert und nah an den Menschen. Dafür danke ich allen Verantwortlichen sehr herzlich. Ihr kontinuierlicher Einsatz für die Herzgesundheit in unserer Stadt verdient große Anerkennung.

Wie kann ich mein Herz gesund halten? Welche Warnsignale sollte ich ernst nehmen? Und was kann ich selbst vorbeugend tun? Es sind genau diese Fragen, auf die der Förderverein verständliche und praxisnahe

Antworten gibt – Antworten, die im Ernstfall Leben retten können.

Gemeinsam mit der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen, einer der größten kardiologischen Einrichtungen in Baden-Württemberg, leistet der Verein einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsprävention in unserer Stadt.

Ich lade Sie herzlich ein: Nutzen Sie dieses Angebot mitten in Esslingen – für sich, für Ihre Gesundheit, für ein starkes Herz.

Bleiben Sie gesund!
Ihr Matthias Klopfer
Oberbürgermeister

Liebe Mitglieder, Unterstützer und Freunde des
Fördervereins Herzklopfen e.V.,



herzlich willkommen im aktuellen Programmheft des Fördervereins Herzklopfen e.V.

Ein starkes Herz ist nicht nur ein Symbol für Leben und Vitalität – es ist auch die Grundlage für unser tägliches Wohlbefinden. Der Förderverein Herzklopfen e.V. setzt sich seit vielen Jahren mit ganzer Kraft dafür ein, das Bewusstsein für Herzgesundheit zu stärken und Aufklärungsarbeit zu leisten.

Außerdem wird durch das herausragende Engagement des Fördervereins die Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen, unsere größte Fachabteilung und eine der größten Kliniken dieser Fachrichtung in Baden-Württemberg maßgeblich unterstützt. Chefarzt Prof. Dahme und sein Team sorgen täglich für eine Patientenversorgung auf höchstem medizinischem Niveau. Bei zahlreichen Innovationen und medizinischen Fortschritten steht die Klinik mit an der Spitze. Das gelingt nur, wenn man starke Partner an seiner Seite hat, und das ist unter anderem der Förderverein Herzklopfen e.V.

In diesem Heft finden Sie eine Übersicht über kommende Veranstaltungen, Vorträge und Aktivitäten des Vereins.

Mein Dank gilt allen Mitgliedern, Unterstützerinnen und Unterstützern sowie ehrenamtlich Engagierten, die dies alles möglich machen.

Gemeinsam können wir Herzen stark machen – und gesund erhalten. Bleiben Sie in Bewegung, informiert und herzgesund.

Ihr
Matthias Ziegler
Geschäftsführer Klinikum Esslingen

TERMINE

27.10.2025

Prof. Dr. Tillman Dahme:

Lungenembolie – erkennen und behandeln



26.01.2026

PD Dr. Harald Seifarth:

CT-Koronarangiographie und Herz-MRT



16.02.2026

Prof. Dr. Christian von Schnakenburg:


Kinder- und Jugendmedizin am KE



09.03.2026

Prof. Dr. Alexander Hein:

Gesund älter werden – was Frau tun kann



30.03.2026

PD Dr. Dr. Alexander Koch:

Mini-Herz-Lungen-Maschine bei Herzstillstand



08.06.2026

Dr. Martin K. Riedel:

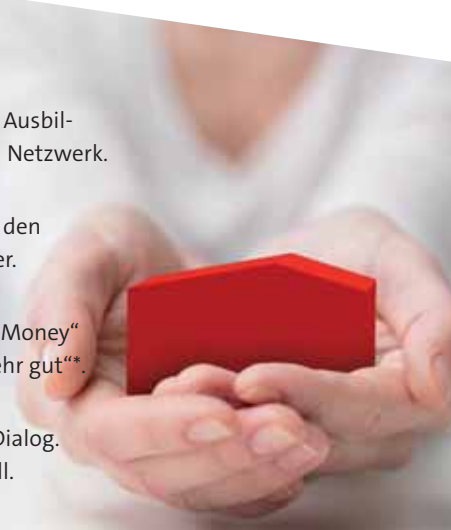
Gesund reisen mit Herz und Verstand – gut vorbereitet, sicher unterwegs



Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos,
eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Alle Veranstaltungen finden im Alten Rathaus in Esslingen statt.

Für Mitglieder des Fördervereins „Herzklopfen“ reservieren wir jeweils
bis 18.45 Uhr Sitzplätze.

- 
- 1 Kompetent.** Wir sind Experten. Mit fundierter Ausbildung, wertvoller Erfahrung und einem großen Netzwerk.
 - 2 Nah.** Wir sind von hier. So wie Sie. Wir kennen den Markt, die aktuellen Preise und solvente Käufer.
 - 3 Fair.** Unsere Kunden bewerten uns bei „Focus-Money“ regelmäßig in der Kategorie „Fairness“ mit „sehr gut“*.
 - 4 Persönlich.** Wir möchten für Sie arbeiten. Im Dialog. Individuell, leidenschaftlich und vertrauensvoll.
 - 5 Servicestark.** Wir sind für Sie da. Wir kümmern uns um den Verkauf, um die Unterlagen, um Alles.

* „Focus-Money“ 06/2022

Ihr 5 Sterne Makler.

Kompetent. Nah. Fair. Persönlich. Servicestark.



Büro Esslingen
Wolfgang Haußmann

Bezirksleiter

Vogelsangstraße 2, 73728 Esslingen am Neckar

Telefon 0711 396 349-16, Mobil 0172 7103331

wolfgang.haussmann@lbs-sw.de



Diagnostik und Therapie unter einem Dach

Neurochirurgie
Gefäßchirurgie
Wirbelsäulenchirurgie
Orthopädie
Allgemeinchirurgie
Handchirurgie
Fußchirurgie
Sportmedizin
Unfallchirurgie
Endoprothetik
Schulter- & Ellenbogenchirurgie
Neuraltherapie
Schmerztherapie
Hausinterne Anästhesie
Offenes MRT
Gesamtes konservatives Spektrum

Ambulante und stationäre Operationen

Gehobener Hotelstandard

Gute Erreichbarkeit

Eigene Tiefgarage

**SHELZTOR
KLINIK**

Schelztorstraße 17-19 | 73728 Esslingen am Neckar
Tel. 0711/ 39 69 09 -0 | Fax 0711/ 39 69 09 -69
www.schelztor-klinik.de | info@schelztor-klinik.de

Besuchen Sie uns: www.schelztor-klinik.de



Liebe Mitglieder und Freunde unseres Fördervereins,



nachdem wir im letzten Jahr vorwiegend Themen „rund ums Herz“ bei unseren Vorträgen in den Mittelpunkt gestellt haben, werden wir für die kommende Periode auch wieder andere Themenbereiche aufgreifen.

So werden Ärzte aus dem Klinikum Esslingen ihre Klinik vorstellen und die dazugehörigen Themenschwerpunkte präsentieren. Im Rahmen der Gesundheitsakademie Esslingen werden wir Sie wieder über aktuelle medizinische Themen informieren und aufklären.

Durch die städtische Belegung der Schickhardt-Halle ist das Alte Rathaus nur beschränkt öffentlich nutzbar. Dadurch stehen uns die Räume für unsere Vortragsreihe nur begrenzt zur Verfügung und deshalb wird auch ein Teil der Vorträge im Bürgersaal stattfinden.

Es bleibt weiterhin unser Ziel, Menschen für eine herzgesunde Lebensweise und Prävention zu sensibilisieren sowie herzkranken Menschen durch moderne Behandlungsmethoden und hochwertige technische Ausstattung unserer kardiologischen Klinik zu helfen.

Wir danken allen Firmen und Institutionen für die Unterstützung durch Schaltung einer Anzeige im aktuellen Programmheft und bitten Sie, liebe Mitglieder und Freunde, diese Firmen bei Ihren Aktivitäten und Kaufentscheidungen zu berücksichtigen.

Passen Sie gut auf sich auf und bleiben Sie gesund.

Herzlichst Ihr
Wolfgang Haußmann
Vorsitzender „Herzklopfen e.V.“

Liebe Mitglieder und Freunde des Fördervereins, liebe Interessierte,



auch in diesem Jahr möchten wir die Vortragsreihe „Gesundheitsakademie Esslingen“ wieder fortsetzen und diesmal ganz verschiedene und breit gestreute Themen in den Mittelpunkt rücken. Mit spannenden, informativen und praxisnahen Vorträgen zu den wichtigen Themen Lungenembolie, Diagnostik mit dem Herz-CT und Herz-MRT, Kinder- und Jugendmedizin, Frauengesundheit, Behandlung des Herzstillstands mit der Mini-Herz-Lungenmaschine und Tropenkrankheiten in Esslingen. Dabei wollen wir einerseits die verschiedenen Fachabteilungen am Klinikum Esslingen mit ihren Schwerpunkten vorstellen, aber auch aufzeigen, welche etablierten und neuen Diagnostik- und Therapieoptionen in Esslingen zur Verfügung stehen.

Ich freue mich auf jeden Fall sehr auf diese spannende und abwechslungsreiche Vortragsreihe, aber auch auf die Gelegenheit für einen persönlichen Austausch nach den Vorträgen.

Ihr
Prof. Dr. Tillman Dahme

egersbacher theaterscheuer

AMATEURTHEATER, Inh. Markus Ritschl, Fabrikstrasse 5, 73061 Ebersbach
Besuchen Sie uns im Internet unter www.theaterscheuer.com
oder fordern Sie unser Programm an

Kartenvorverkauf: Tel. (07163) 9 41 10

donnerstags 10.00 Uhr – 15.00 Uhr

freitags und samstags 14.00 – 16.00 Uhr

Schwäb. Mundarttheater - hier eine Auswahl unserer Stücke u. Künstler

No koin Domma an Deigsel

D'Schwendlnichte

Männer send au bloß Menscha

D'r rollige Kater

Na na, Herr Nägele

Unsere Aufführungen beginnen um 20 Uhr. Einlaß ist ab 18.00 Uhr, denn es gibt
KUNST UND SCHMAUS IN EINEM HAUS

Lebendig.

Neue Ideen
vom Fachmann.



ERNST
Stuckateur

Oskar Ernst GmbH
73728 Esslingen
Tel. 0711 356510
info@stuckateur-ernst.de
stuckateur-ernst.de

Die Botschafter des Fördervereins



Guido Buchwald ist ehemaliger deutscher Profi-Fußballer, 76-facher Nationalspieler und Trainer. Seine Bundesliga-Laufbahn begann er in der Saison 1983/84 beim VfB Stuttgart, für den er in 325 Bundesligaspielen antrat und mit dem er zweimal Deutscher Meister wurde (1984 und 1992). Im Endspiel der Weltmeisterschaft 1990 in Italien, beim 1:0-Triumph der Deutschen gegen die Argentinier, stellte Buchwald seinen Gegenspieler, den Mittelfeldstar Diego Maradona, erfolgreich kalt. Seither wird er scherzhaft „Diego“ genannt.

Mitte der 90er-Jahre spielte Buchwald drei Jahre lang für die Urawa Red Diamonds in Tokio. Dorthin zurück zog es ihn auch einige Jahre später als Trainer. Er holte den Meister- und Pokaltitel und wurde zum Trainer des Jahres 2006 gewählt. Heute lebt Guido Buchwald wieder im vertrauten Schwaben.

Als Botschafter vertritt Guido Buchwald die Interessen des Fördervereins „Herzklopfen“ nach außen. Guido Buchwald ist unzähligen Menschen bekannt und wird mit seinem Engagement für die Vereinsziele die Herzen der Menschen öffnen. Wir sind überzeugt davon, dass seine langjährigen Kontakte und Freundschaften zu Unternehmern und Marketingprofis den Projekten unseres Fördervereins künftig neue Freunde und Förderer bescheren werden.

Das Thema Corporate Social Responsibility findet bei vielen Unternehmen und deren PR-Agenturen immer mehr Beachtung. Ein Unternehmen, das sich heute für soziale Belange einsetzt, dieses Engagement mit seinem Kerngeschäft zu verbinden weiß und es auch in sein Leitbild integriert, verschafft sich Vorteile, die ihm helfen, seine Bedeutung im Markt auszubauen. Um diese Brücke zwischen hehrem Förderziel des Vereins und dem Nutzen für ein Unternehmen zu schlagen, bedarf es eines Botschafters, der mit seiner Autorität, seiner persönlichen Überzeugung und seinem gesellschaftlichen Ansehen Türen öffnen und die Entscheider in der Wirtschaft zu überzeugen vermag.



Tobias Unger, Leichtathlet, Europameister, dreifacher Olympiateilnehmer, 14-facher Deutscher Meister, möchte dem Förderverein Herzklopfen vor allem dabei helfen, ein jüngeres Publikum anzusprechen. Dabei spielt das Thema Prävention eine bedeutende Rolle. Er hat Sport und Gesundheitsförderung studiert und in den Zielen des Fördervereins einiges davon wiedergefunden. Seinen ersten Deutschen Meistertitel gewann Unger 1999 in der Halle mit der 4-mal-200-Meter-Staffel des VfL Sindelfingen. Im Jahr 2003 gewann er seinen ersten Titel im Einzel über 200 Meter. Im selben Jahr nahm er erstmals an den Weltmeisterschaften teil. Bei den Hallenweltmeisterschaften in Budapest 2004 gewann er Bronze über 200 Meter.

Inzwischen ist er seit zwei Jahren bei der Firma Red Bull als Performance Projekt Spezialist beschäftigt und betreut diverse sportliche Aktivitäten, die Red Bull unterstützt bzw. durchführt.



Unsere Vorträge finden in den wunderschönen historischen Räumen des Esslinger Rathauses statt.



Seit Beginn seiner Laufbahn strebt Tim Bengel danach, mit seiner Kunst Neues zu schaffen. Seine Mission ist es, neue Wege zu beschreiten, innovative Formen der Kunstpräsentation zu entdecken und Brücken zwischen Disziplinen zu bauen, die bisher nicht miteinander verbunden waren.

Ob mit seiner Gold-Sand-Collage-Technik, seinem ersten Bundesliga-Trikot-Design für den VfB Stuttgart oder dem SUPERKRAUT Festival, das Kunst und Landwirtschaft verbindet – Bengel erweitert ständig die Grenzen der Kreativität und stellt die Normen der Kunstwelt in Frage.

Seine Arbeiten, die sich durch hochdetaillierte Sandmalereien mit Blattgold auszeichnen, haben internationale Aufmerksamkeit erregt. 2017 veranstaltete er seine erste Einzelausstellung in New York und markierte damit den Beginn seiner professionellen Kunstkarriere. Sein Flower Skull Cemetery (2019), eine monumentale Installation aus 100 goldgravierten Grabsteinen, die nahe der Berliner Mauer und in der Factory Berlin ausgestellt ist, ist ein Paradebeispiel für seinen mutigen und innovativen Ansatz. Bengels provokantes Werk „Who Wants to Live Forever?“, gefertigt aus rund 7.000 Gramm Gold, sorgte 2021 in Berlin und Miami für Aufsehen. Es kritisiert die Millennial-Kultur, grüne Doppelmoral und den Social-Media-Hype und festigte seinen Ruf als Künstler, der zeitgenössische Trends hinterfragt.

Tim Bengel war zudem der erste Künstler, der ein Bundesliga-Trikot für den VfB Stuttgart entwarf, das internationale Diskussionen auslöste und sogar im Guardian erschien. Dieses Projekt verdeutlicht sein anhaltendes Bemühen, Barrieren zwischen Kunst und anderen Bereichen, wie beispielsweise dem Sport, abzubauen. Seine Arbeit schlägt weiterhin Brücken zwischen unterschiedlichen Welten, sei es durch seine Zusammenarbeit mit Künstlern beim SUPERKRAUT Festival, das sich mit dem nachhaltigen Gemüse Kohl beschäftigt, oder durch sein Restaurant vhy!, in dem er Kunst und kulinarische Erlebnisse verbindet.

Mit über einer halben Million Followern auf Instagram und Facebook gilt Tim Bengel als einer der einflussreichsten Künstler seiner Generation. Der 1991 in Stuttgart geborene Tim Bengel studierte Kunstgeschichte und Philosophie an der Universität Tübingen. Er lebt und arbeitet weiterhin in Stuttgart, während er in Berlin seinen Master-Abschluss macht. Dabei erweitert er weiterhin die Grenzen der zeitgenössischen Kunst und interagiert mit einem vielfältigen Publikum auf der ganzen Welt.

WOHNEN IN DER NEUE GLASEREI

Neue Glaserei
Wilhelmstraße 18
73765 Neuhausen auf den Fildern
www.neueglaserei.de



» FAKTEN UND AUSSTATTUNG

- 30 Wohnungen mit unterschiedlichen Wohnflächen von ca. 55m² bis 104 m²
- Energieeffiziente Erdwärme und Photovoltaik
- Barrierefreie Wohnungszugänge, Bäder, Balkone und Terrassen
- Waschmaschinenanschluss in der Wohnung
- Moderne Sanitärausstattung
- Alle Wohnungen barrierefrei
- Personenaufzüge
- Stufenloser Hauszugang
- Tiefgarage
- Großzügige Balkone bzw. Terrassen

Kapitalanleger aufgepasst: S-Bahn Anschluss ab 2027

PROJEKTENTWICKLUNG UND VERTRIEB
Claudius Böhm
www.baukonzept-web.de
Tel. +49 (0) 711 420 75 888
info@baukonzept-web.de



Charity Golf Turnier



Hansi Müller

Eberhard Gienger
mit dem Spielball



Sven Blaum und Rainer Schütterle

Auf dem Golfplatz



Vor dem Abschlag

Eberhard Gienger



Tobias Unger
und Freundin Vera



Gäste der Abendveranstaltung



Gäste der Abendveranstaltung



Alexander Pusch





Gäste der Abendveranstaltung



Manfred Haas mit seinem Tombolapreis (VfB Fan-ausstattung).



Handball-Nationalspieler Manuel Späth



Prominente Sportler beim Charity Golf Turnier



Prominente aktiv für Herzklopfen

Handball-Weltmeister Blacky Schwarzer und Welthandballer Daniel Stephan



Ventura Auto-Service

...Reparaturen aller Fabrikate

- Inspektionen
- Klimaservice
- Unfallinstandsetzung
- Karrosserie und Lack
- Schadensregulierung und -abwicklung
- Hauptuntersuchung (HU)
- Abgasuntersuchung (AU)
- Bremsen – Service
- Reifen und Räder mit Einlagerung
- Mietwagen



Kfz-Meisterbetrieb

Sebastiano Ventura
Obertürkheimer Straße 25
73733 Esslingen (Mettingen)
Telefon (07 11) 32 16 67
Telefax (07 11) 32 17 17

E-Mail: Ventura.Autoservice@t-online.de

BOSCH

Kraftfahrzeug-
Ausrüstung



Von links: Tobias Unger,
Manfred Haas, Eberhard
Gienger



Gäste der
Abend-
veranstaltung



Prof. Dr. Tillman Dahme mit
Ehefrau, Sylvia Dahme



Jörg Althoff und
Maurizio Gaudino

Sieger beim Golfturnier mit Golf
Club Präsident Robert Elster

Ihre Service-Apotheken in Esslingen. Alles Gute für Ihre Gesundheit.

- eRezept - unkompliziert und schnell eingelöst
- Bestellungen über unsere App „gesund.de“
- Pharmazeutische Dienstleistungen:
 - Medikationsberatung bei Polymedikation
 - Einweisung in die Inhalationstechnik
 - Blutdruckmessung mit Risikoerfassung
- Gesundheitstests (Cholesterin, Blutzucker, Leberwerte)
- Homöopathie und Naturheilmittel
- Kosmetik und Hautvorsorge
- Mutter-Kind-Apotheken
- Tierapotheken



Alle Informationen zu unseren Service-Apotheken unter www.apotheken.es.



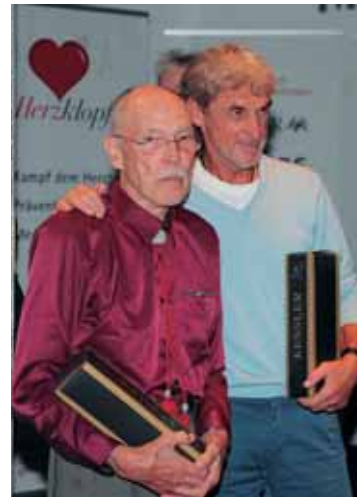
Gaby Rudel, Claudius Böhm und Otto Huissel



Sabine Krapf von KIO, Kerstin und Wolfgang Haußmann von Herzklopfen



Weitere Gewinner beim Golfturnier



Gewinner beim Golfturnier



Weitere Gewinner beim Golfturnier

SEIT 1879



Fachbetrieb der Innung
ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK

CASPART

Orthopädische Maßschuhe Sämtliche Fußeinlagen Schuh und Lederreparatur

Oliver Caspart in vierter Generation

73728 Esslingen / Unterer Metzgerbach 5 / Telefon 0711-357261

Allianz 



Sie wollen **rundum abgesichert** sein?

Richtig vorsorgen ist gar nicht so schwer. Vorausgesetzt, Sie nehmen sich die Zeit und werden gut beraten. Lassen Sie uns Ihre Fragen doch ausführlich und in aller Ruhe besprechen.

Allianz Agner & Durdevic GbR

Hauptvertretung der Allianz
Marktstr.17
73765 Neuhausen
☎ 0 71 58.7 09 93 65
agner.durdevic@allianz.de
allianz-agner-durdevic.de



Besuchen Sie
uns auf unserer
Homepage.



Carl Eberhard Herzog
von Württemberg



Hansi Müller, Guido Buchwald,
Rainer Schütterle



Unsere
prominenten
Teilnehmer

...frisch vom Feuer

Flammlachs

von Oktober
bis Mai

...immer donnerstags & freitags
ab 18.00 Uhr - auf Vorbestellung
- alle Gerichte auch zum Mitnehmen -



Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 11.30 Uhr bis 14.00 Uhr und ab 17.00 Uhr,
Terminänderungen sind möglich. Reservierungen unter Tel.: 0711/3451607
www.berkheimer-hof.de www.facebook.de/berkheimerhof

HOTEL *Berkheimer Hof*

Restaurant



Frischer Wind.

Neue Ideen
vom Fachmann.



KÜTTER & SCHARPF |
Maler_Lackierer_Handwerker

Kütter & Scharpf GmbH
73728 Esslingen
Tel. 0711 9378130
info@kuetter-scharpf.de
kuetter-scharpf.de



Lars Riedel, Ralph Weiss,
Marizio Gaudino



Chris Baur und Diskus-Welt-
meister Lars Riedel



Norbert Schramm, Eva Pfaff und
Eberhard Gienger



Klaus Fischer, Heiner Brand, Lars Riedel

MIT HERZ UND EXPERTISE



HOCHZEITSHAUS ESSLINGEN

Unterer Metzgerbach 20

73728 Esslingen

Tel. 0711/ 35 11 86 33

info@hochzeitshaus-esslingen.de

www.hochzeitshaus-esslingen.de



Kerstin Haußmann (Förderverein), der Chefarzt Tilmann Dahmen, Wolfgang Haußmann (Förderverein) und der Klinikgeschäftsführer Matthias Ziegler (von links) begrüßen den Künstler und neuen Botschafter Tim Bengel (Mitte).

Foto: Roberto Bullgryn

Tim Bengel will sich sozial engagieren

Der Förderverein Herzklopfen macht sich für die Kardiologie am Klinikum Esslingen stark und sammelt Spenden. Der Künstler wurde als Botschafter gewonnen.

Von Corinna Meinke

Ein echter Coup ist dem Förderverein Herzklopfen des Klinikums Esslingen mit der Verpflichtung des Künstlers Tim Bengel (34) als neuem Promi-Botschafter gelungen. Damit verjüngt der rührige Verein, der bisher rund 1,2 Millionen Euro seit seiner Gründung 2008 für die Kardiologie am Klinikum und für das Anliegen Herzgesundheit gesammelt hat, seine Botschafterreihe um den Ex-Fußballprofi Guido Buchwald (64) und den früheren Leichtathleten Tobias Unger (45). „Ich muss noch in die Rolle reinwachsen“, erklärte Tim Bengel bescheiden und verwies im nächsten Atemzug auf sein vielfältiges Netzwerk als Künstler mit internationalen Beziehungen. Da ließen sich sicher Synergien schaffen, ergänzte Bengel und erntete Kopfnicken von Matthias Ziegler. „Diese Unterstützung ist bemerkenswert und nicht mit Geld aufzuzwiegen“, sagte der Geschäftsführer des Esslinger Klinikums mit Blick auf das unermüdliche Engagement des Fördervereins und seiner Botschafter.

Beim Golf-Turnier treffen sich Promis

Beim nächsten großen Golf-Charity-Turnier am 11. Oktober beim Golf-Club Hohenstaufen bei Donzdorf (Kreis Göppingen) soll erstmals der Goldjunge Tim Bengel die Herzen der prominenten Gäste erobern, darunter



Angelicht ans Thema Filderkraut hat Tim Bengel 2023 für den VfB das „Stuttgart-Trikot“ gestaltet. Foto: Baumann

zahlreiche Weltmeister und Olympiasieger. So plant es jedenfalls Wolfgang Hautmann vom Förderverein Herzklopfen. Und der neue Herz-Botschafter Bengel will eine seiner Arbeiten dort für den guten Zweck versteigern lassen.

Der Beiname Goldjunge des Kunstmarkts verweist auf Bengels Arbeiten, bei denen der Esslinger seine Motive mit Blattgold veredelt. Für zig-millionenfache Auftritte haben dabei seine Videoclips gesorgt, bei denen er seine mit Sandkorn für Sandkorn dank Klebstoff auf Bildträger präparierten Motive schließlich durch Abschütteln des überschüssigen Sandes spektakulär enthüllt.

Solche Aktionen haben dem Esslinger Künstler und Shootingstar Tim Bengel bereits Ausstellungen in renommierten Galerien und auf Kunstfestivals in Südkorea, Ka-

nada, Miami und New York beschert. Und nun also wieder Esslingen, wo sich der 1991 in Ostfildern geborene Bengel zu Hause fühlt. Sein Atelier betreibt er im Stadteil Berkheim.

Er interessiert sich sehr für Gesundheit und Möglichkeiten, die Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten, bekennt der neue Botschafter, der seine Vitalwerte tracken lässt, sich vegan ernährt und schon mal Gesundheitsmanagement und Ernährung studiert hat. Das ewige Leben, wie es manche Silicon-Valley-Start-ups bereits versprechen, sei jedoch nicht sein Ziel, aber „80 oder 90 fette Jahre sind doch etwas Schönes“.

Gesundheit durch Ernährung und Sport

Bengel interessiert sich für eine gute Vorsorge auch mit Hilfe von Nahrung und Sport. „Manche Leute haben vielleicht dieses Wissen zum Thema Selbstwirksamkeit nicht“, überlegte er, deshalb wollte der Mitinhaber eines veganen Restaurants in Stuttgart den Bildungsaspekt nach außen tragen.

„Der Mann ist nicht nur Künstler, er interessiert sich für unsere Themen und passt zu uns wie die Faust aufs Auge“, fasste Hautmann seine – zugegebenmaßen noch kurze – Bekanntschaft mit Tim Bengel darauf hin hemdsärmelig zusammen.

Und nicht zuletzt dank seiner Präsenz und großer Followerzahlen auf den sozialen Kanälen und seiner Prominenz erwarte der Förderverein, „dass Bengel uns auf seiner Vertriebschiene unterbringt“, wie der Vereinsvorsitzende hofft.

Die Frage Bengels nach dem Tempo, mit dem sich medizinisches Wissen überhole, kontierte Professor Dr. Tillman Dahme, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie mit dem Hinweis, das Kli-

nikum Esslingen sei zwar Lehrkrankenhaus und bilde aus, aber eben keine Forschungs- und Einrichtung wie ein Universitätsklinikum.

„Unser Hauptfokus ist die medizinische Routine“ und die finanziertere das Land Baden-Württemberg. Aber für modernste etablierte Therapien und Medizintechnik, die in Esslingen angeboten würden, benötige man meist antizyklisch zusätzliche Mittel, für die der Förderverein Herzklopfen dankenswerter Weise seit Jahren verlässlich sorge.

„Wir sind seit Jahrzehnten im investiven Bereich unterfinanziert“, ergänzte Ziegler. Das Land habe zwar nachgebessert und im Bundesvergleich sei man noch am besten dran. Doch die Lücke bei einer Finanzierungsquote von 60 Prozent sei „täglich spürbar vorhanden“ und dieses Delta bleibe am Träger, der Stadt Esslingen, hängen.

EINSATZ MIT HERZ

Ernährung Tim Bengel hat im vergangenen Sommer vor dem Stadtpalais in Stuttgart dem Krautkopf als Basis für das heimische Superfood Sauerkraut mit einer Edelstahlskulptur ein Denkmal gesetzt. Damit wollte der Künstler die kulinarische Tradition und das kulturelle Erbe der Filderregion würdigen. Filderkraut steht auch auf der Speisekarte des veganen Restaurants „Viny!“, das Bengel und der Ex-VfB-Profi Timo Hildebrand 2021 in Stuttgart eröffnet haben.

Verein Der Esslinger Förderverein Herzklopfen, der rund 200 Mitglieder zählt, bietet seit Jahren eine Vortragsreihe im Alten Rathaus an. Mit Spenden hat er große Investitionen der Esslinger Kardiologie wie Herzkatheter- und Schrittmacher sowie zahlreiche modernste Diagnosegeräte unterstützt.

Prominente, die Herzklopfen unterstützt haben



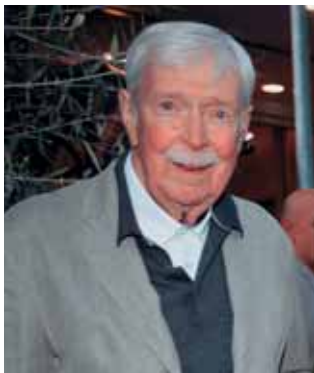
Die Sängerin
Helen Schneider



Thomas Berthold
(Fußball-Weltmeister)



Die Schauspieler Andrea Spatzek (Gabi Zenker
aus der Lindenstraße) und Dr. Ingo Lenßen



Schauspieler Volker Kraeft



Handball-Weltmeister: Heiner Brand, Kurt Klühspies, Christian „Blacky“ Schwarzer und Welt-Handballer Daniel Stephan. In der Mitte: Fußball-Weltmeister Bernd Hölenbein



Die Fußballspieler: (von links) Bernd Martin, Buffy Ettmayer, Guido Buchwald, Maurizio Gaudino, Klaus Fischer und Fecht-Weltmeister Alexander Pusch (4. von links)



Cornelia Hanisch (Weltmeisterin und Olympiasiegerin im Fechten)

TIM BENGEL

Vita



Als professioneller Künstler sehe ich es als meine Verantwortung und Pflicht an, die Zukunft der Gesellschaft voranzutreiben und mutig zu gestalten.

Ein zentraler Aspekt dabei ist die Umsetzung einer nachhaltigen Wirtschaft, die die biologische Vielfalt schützt - ein weiterer ist die Entwicklung Künstlicher Intelligenz, die unser Zusammenleben langfristig grundlegend verändern wird.

Wir stehen noch ganz am Anfang, und ich freue mich darauf, mich aktiv mit innovativen Werkzeugen und Kunst auseinanderzusetzen und Menschen zusammenzubringen, um eine schönere und bessere Welt zu schaffen.



Gold Avocado Toast



Haus mit Menschen und Krautkopf

Cape Town Opera in Esslingen zu Gast



Dr. med. dent.
Lutz Ortlieb

Dr. med. dent.
Marion Hayd

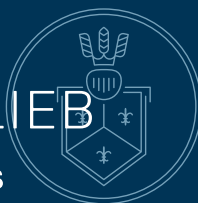
Feste Zähne an einem Tag

Ihr neues Lächeln beginnt jetzt –
schnell, sicher, dauerhaft!

Sprechen Sie uns an.

DR. LUTZ ORTLIEB

ZAHNARZTPRAXIS



Unsere Sprechzeiten:

Mo.–Fr. 8:00–13:00

Mo.–Mi. 14:00–18:00

Do. 15:00–19:00

Termine nach Vereinbarung.

Wäldenbronner Straße 28
73732 Esslingen am Neckar

Telefon **0711 . 370 46 37**
info@zahnarztpraxis-ortlieb.de
www.zahnarztpraxis-ortlieb.de

Der Vorstand von Herzklopfen



Wolfgang Haußmann
Vorsitzender



Prof. Dr. Tillman Dahme
1. stellvertretender Vorsitzender



Albert Dorner
2. stellvertretender Vorsitzender,
Schatzmeister

Informieren Sie sich über unseren Freundeskreis unter
www.herzklopfen-kardiologie-es.de
Dort können Sie auch Mitgliedsunterlagen herunterladen.



Kerstin Haußmann
Beirätin



Kurt Wenger
Beirat



Claudius Böhm
Beirat



Dr. Michael Völter
Beirat



*Und immer sind da irgendwo Spuren Deines Lebens,
Gedanken, Bilder, Augenblicke und Gefühle.
Sie werden Dich dadurch nie vergessen lassen.*

Wir nehmen Abschied von einem außergewöhnlichen Menschen, Freund,
einer herausragender Persönlichkeit des Sportes und Partner des Fördervereins Herzklopfen

Klaus Wolfermann

* 31. 3. 1946 † 18. 12. 2024

Wir werden ihn vermissen.

**Für den Förderverein
Herzklopfen
Wolfgang Haußmann**





KOSMETIKSTUDIO
ALBRECHT



**Mehr Ausstrahlung. Mehr Entspannung.
Mehr für Ihre Haut.**

**Pflege mit System. Entspannung mit Wirkung.
Individuelle Anwendungen für ein gepflegtes vitales Hautbild.**

**Für Erstbesucher:innen kostenfreie digitale Hautanalyse (3D)
+ 10% Einführungsrabatt auf Pflegeprodukte beim Erstbesuch.**

Hindenburgstr.40
73728 Esslingen a. N.
Tel. 015735577364
www.kosmetikstudio.de



TERMIN JETZT BUCHEN



Prof. Dr. med. Tillman Dahme ist Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen.

Lungenembolie – erkennen und behandeln

Plötzlich das Gefühl zu haben, keine Luft mehr zu kriegen oder auch plötzlich ohne Vorwarnung das Bewusstsein zu verlieren – dies können Zeichen einer lebensgefährlichen Lungenembolie sein. Bei der Lungenembolie werden Blutgerinnsel einer Thrombose – meist aus den Beinen – in die Lungenstrombahn verschleppt und führen dort zu einem Gefäßverschluss. Unbehandelt führt die Lungenembolie sehr häufig zum Tod – dementsprechend ist schon beim Verdacht die zügige Abklärung und Therapie entscheidend. Wenn die Diagnose – meist im CT – gestellt worden ist, muss entschieden werden, welche Therapie die Patienten benötigen: von einer Gerinnungshemmung – oft auch als Blutverdünnung bezeichnet – mit Spritzen oder Tabletten kann auch mit speziellen Medikamenten das Blutgerinnsel, das den Gefäßverschluss verursacht, aufgelöst werden. Allerdings sind die häufigsten Nebenwirkungen dieser Therapie Blutungen – die selbst lebensbedrohlich sein können. Deshalb hat sich in den letzten Jahren die Kathetertechnik in der Behandlung der Lungenembolie stark entwickelt. In seinem Vortrag wird Prof. Dahme – Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen – die modernen Therapieoptionen zur Behandlung der Lungenembolie am Klinikum Esslingen vorstellen.



Hausärztliche Gemeinschaftspraxis

Dr. Christoph Zeh
Facharzt für Innere Medizin
Claudia Künstle-Zeh
Fachärztin für Allgemeinmedizin

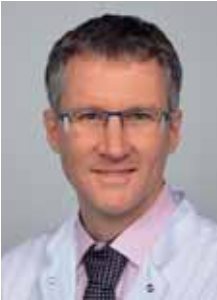


Ihre kompetenten Ansprechpartner rund um Ihre Gesundheit

neu: Online-Termine und online
Rezeptbestellungen unter www.praxis-zeh.de

Sprechzeiten:
Mo - Fr 8 - 12 Uhr
Mo, Di und Do 15 - 18 Uhr
Fr 14 - 18 Uhr

Bachstr. 19
73776 Altbach
Tel.: 07153-5750070
Rezepttelefon 07153-5750075
Fax: 07153-5750079



PD Dr. med. Harald Seifarth ist Leitender Oberarzt der Klinik für Radiologie und Nuklearmedizin am Klinikum Esslingen.

CT-Koronarangiographie und Herz-MRT

Das CT und das MRT sind aus der modernen radiologischen Diagnostik nicht mehr wegzudenken. Seit vielen Jahren sind sie der Standard für die Bildgebung der meisten Organe. Die CT-Untersuchung des Herzens ist allerdings erst durch den technologischen Fortschritt der letzten Jahre so gut geworden, dass inzwischen bei vielen Patienten zur Abklärung einer Verkalkung der Herzkranzgefäße – einer koronaren Herzkrankheit oder KHK – auf die klassische Herzkatheteruntersuchung verzichtet werden kann. Während dies für die meisten Patienten allerdings leider nur eine theoretische Möglichkeit war, da diese Untersuchung nicht von der gesetzlichen Krankenversicherung bezahlt wurde, ist die CT-Koronarangiographie seit kurzem eine gesetzliche Kassenleistung geworden und kann am Klinikum Esslingen als solche auch durchgeführt werden. Privatdozent Dr. Seifarth, leitender Oberarzt der Klinik für Radiologie, ist Experte auf dem Gebiet der CT des Herzens und wird in seinem Vortrag die Möglichkeiten dieser Methode aufzeigen. Auch auf die Möglichkeit, das Herz im MRT zu untersuchen, was für bestimmte Fragestellungen in der Kardiologie essenziell ist, wird er in seinem Vortrag eingehen.



Deine GesundZEIT

Klinikum Esslingen 
PODCAST

Unser Podcast „**Deine GesundZEIT**“ – Hör einfach mal rein. Du findest ihn überall wo es Podcasts gibt, jeden Monat neu, mit Einblicken in viele Bereiche des Klinikum Esslingen.

KE im Dialog Die Informationsreihe des Klinikum Esslingen für alle Interessierten. Wir freuen uns, Sie zu interessanten Vorträgen online einladen zu dürfen.



www.klinikum-esslingen.de **Klinikum Esslingen** 
Das Qualitätskrankenhaus



Prof. Dr. med. Christian von Schnakenburg ist Chefarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche am Klinikum Esslingen.

Kinder- und Jugendmedizin am KE

Patienten im Krankenhaus sind meist ältere Patienten. Besonders dramatisch ist es, wenn Kinder so schwer erkranken, dass sie im Krankenhaus behandelt werden müssen. Prof. von Schnakenburg, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Klinikum Esslingen, zeigt auf, was die Kinderklinik tagtäglich für die Gesundheit unserer Kinder leistet. Das Spektrum ist riesig. Von Infektionen über angeborene Erkrankungen bis hin zu Krebserkrankungen reicht die Bandbreite an Erkrankungen auch bei Kindern und Jugendlichen. In seinem Vortrag wird Prof. von Schnakenburg anhand von Beispielen aufzeigen, wie wichtig die Kinder- und Jugendmedizin ist.

Autohaus Motz

Die Mehrmarken-Werkstatt

Alle Marken u. Modelle

Service

- ✓ Inspektion
- ✓ Fehlerdiagnose
- ✓ HU/AU im Hause
- ✓ Klimawartung

Faire transparente Preise

Leistungen

- ✓ Unfallinstandsetzung
- ✓ Fahrzeugvermessung
- ✓ Kamerakalibrierung
- ✓ Glasreparaturen

Kontaktieren Sie uns:

Servicetelefon 0 71 53 / 94 76 17-0

Öffnungszeiten

Mo. - Do. 7:30 Uhr - 12:30 Uhr
13:30 Uhr - 17:30 Uhr
Fr. 7:30 Uhr - 12:30 Uhr
13:30 Uhr - 15:00 Uhr

Autohaus Motz GmbH & Co. KG, Esslinger Str. 9, 73776 Altbach
E-Mail: info@autohaus-motz.de, <https://www.autohaus-motz.de>



Prof. Dr. med. Alexander Hein ist Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe am Klinikum Esslingen.

Gesund älter werden – was Frau tun kann

In seinem Vortrag erläutert Prof. Hein, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe am Klinikum Esslingen, welche Erkrankungen Frauen im Blick haben sollten, um gesund alt zu werden. Von Früherkennung und Vorsorge bis hin zu moderner Diagnostik und Therapie bei gynäkologischen Tumorerkrankungen wie Brustkrebs, Eierstockkrebs und Krebserkrankungen der Gebärmutter wird Prof. Hein einen Überblick geben. Neben Krebserkrankungen werden aber auch Erkrankungen, die nicht bösartig sind, aber vor allem die Lebensqualität einschränken können wie die Endometriose, zur Sprache kommen.



HUNDESALON MOMO

SEIT 1997

ANDREA MAYER

TERMINE NACH VEREINBARUNG

BERGSTR. 77
73733 ESSLINGEN

TEL. 0711 – 370 52 69
INFO@HUNDESALON-MOMO.DE
WWW.HUNDESALON-MOMO.DE



Wir sind die Spezialisten für Elektromobilität in Ihrer Region!

Ingolf **C**ebhart
Qualitätsprodukte

Eigene Werkstatt mit **Ersatzteillager**.

Ab sofort **Vermietung** möglich.

Wir nehmen uns Zeit, um das passende
Mobil für Sie zu finden!

Service in der Region wird bei uns auch
nach dem Kauf groß geschrieben.

www.elektromobile-esslingen.de
☎ 0151 - 20173946

Probefahrt vor Ort möglich.






Privatdozent Dr. Dr. med. Alexander Koch ist Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin am Klinikum Esslingen und auch Ärztlicher Direktor.

Mini-Herz-Lungen-Maschine bei Herzstillstand

Ein Herzstillstand ist eine akut lebensbedrohliche Situation. Ohne eine sofortige Wiederbelebung führt er unweigerlich zum Tod. Wenn die Wiederbelebung nicht rasch erfolgreich ist, kommt es zu einer äußerst kritischen Situation mit einer sehr schlechten Prognose. Wie in solchen Fällen mit einer Mini-Herz-Lungen-Maschine das Herz-Kreislauf-System aufrechterhalten werden kann, bis die Ursache gefunden und behandelt werden kann, zeigt PD Dr. Dr. Alexander Koch, Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin am Klinikum Esslingen, trotz der Komplexität des Verfahrens in seinem Vortrag in verständlicher Form auf. Und wie dadurch das Überleben in solchen Fällen am Klinikum Esslingen verbessert werden kann. Entscheidend ist eine exzellent verzahnte interdisziplinäre Zusammenarbeit von Notfallmedizin, Intensivmedizin, Anästhesie und Kardiologie, wie sie am Klinikum Esslingen gelebt wird.



Steuerberater



Andere denken nach,
wir denken vor
Vertrauen
..... seit 1951

Unser Leistungsspektrum:

Steuerberatung
(Steuererklärungen und
andere Beratungsleistungen)

Gutachten, Rat, Auskunft

Vereinsbesteuerung

Rechnungswesen und Buchhaltung
(Finanz- u. Lohnbuchhaltung,
Jahresabschluss)

Unternehmensberatung
(u. a. für Existenzgründer)

und vieles mehr ...

Dipl. Finanzwirt (FH)
KURT E. WENGER
Steuerberater

Dipl. Finanzwirt (FH)
WALTER HABICH
Steuerberater

Bergstraße 89
D-73733 Esslingen a. N.

Telefon 0711.37 20 20
Telefax 0711.37 01 93 7

www.wenger-habich.de
info@wenger-habich.de



Dr. med. Martin K. Riedel ist Leitender Werksarzt und Leiter Gesundheitsmanagement, Mercedes-Benz AG – Stuttgart.

Gesund reisen mit Herz und Verstand – gut vorbereitet, sicher unterwegs

Reisen ist Lebensfreude – und gerade hier darf die Gesundheit nicht zu kurz kommen. Reisen mit Herz – im wahrsten Sinne des Wortes. In meinem Vortrag möchte ich Ihnen zeigen, wie Sie sich medizinisch gut vorbereiten, worauf Sie bei der Planung achten sollten und welche Impfungen – auch neue – für Sie sinnvoll sein können. Als langjähriger Experte für Reisemedizin begleite ich Sie mit praktischen Tipps und einem offenen Ohr für Ihre Fragen. Damit Sie Ihre Reise sicher, entspannt und mit einem guten Gefühl antreten können.

Zentrum für psychisch belastete Kinder und Familien

BAG **Praxisklinik** GbR

Hindenburgstr. 146
73730 Esslingen

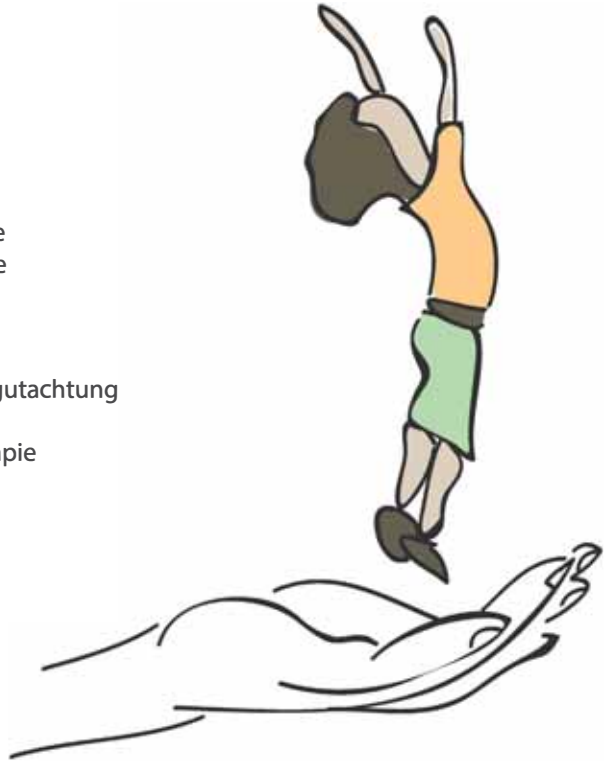
Sekretariat:

Tel.: 0711/90126433
Fax: 0711/90126434

info@kinderpsychiatrie-esslingen.de
www.kinderpsychiatrie-esslingen.de

Leistungsspektrum

Kinder- u. Jugendpsychiatrische Begutachtung
mit Zertifikat
Psychoanalytisch-systemische Therapie
Triple-P-Kurse
Psychotherapie
ADHS-Beratung und Therapie
Autismus-Beratung und Therapie,
Elternkurse, ADOS, ADIR
Autogenes Training
Hypnose
Ego-State-Therapie
PITT-Traumatherapie



Dr. med. Monika Herma-Boeters

Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
Psychotherapeutin
Psychoanalytisch-systemische Therapeutin
Gutachterin mit Zertifikat kinder- und jugendpsychiatrische Begutachtung,
Chefärztin, Dozentin

Dr. med. Sven Dohmen

Facharzt für Kinder und Jugendpsychiatrie und
-psychotherapie
Tätigkeitsschwerpunkte ADHS und Autismus
Triple-P-Trainer
Oberarzt

Gender Sleep Gap

Ein neues Wort für Unterschiede in der Schlafqualität von Männern und Frauen

Simone Harland

Frauen bleibt nichts erspart. Denn nach dem sogenannten Gender Pay Gap kommt jetzt der „Gender Sleep Gap“. Zur Erklärung: Der Gender Pay Gap besagt, dass es einen Verdienstabstand zwischen Frauen und Männern gibt. Frauen verdienen durchschnittlich weniger, wofür mehrere Ursachen verantwortlich gemacht werden, unter anderem Karriereunterbrechungen.

Frauen schlafen auch schlechter als Männer. Mehr Frauen als Männer berichten, dass sie schlecht einschlafen, nachts häufiger aufwachen und sich nach dem Schlafen oft nicht ausgeruht fühlen. Das wird nun Gender Sleep Gap genannt.

Biologische Unterschiede spielen eine wichtige Rolle in der Medizin. Natürlich ist es wichtig, in der Medizin zwischen Männern und Frauen zu unterscheiden. Frauen haben einen anderen hormonellen Haushalt, sie sind im Durchschnitt zehn bis 20 Zentimeter kleiner und zehn bis 20 Kilogramm leichter als Männer. Es gibt also viele biologische Unterschiede, die auch dazu führen, dass sich Erkrankungen bei Männern und Frauen verschieden äußern. Beispiel Schlafapnoe: Die Atemaussetzer sind bei Männern länger als bei Frauen, allerdings haben Frauen im REM-Schlaf, in dem die Träume hauptsächlich stattfinden, einen höheren Anteil an Atmungsaussetzern. Warum das so ist, ist bislang nicht geklärt.





EDLEROPTIK



Höchst präzise
Technologie, 3D-
Augenglasbestimmung,
Sehanalyse und
innovative Brands



Anfertigung,
Reparatur und
Aufarbeitung in
unserer hauseigenen
Werkstatt



Ausgezeichneter
Service und
umfassende Beratung
mit mehr als
35 Jahren Erfahrung

Frauen von der Medizin lange vernachlässigt

Die körperlichen Differenzen zwischen Männern und Frauen können es mit sich bringen, dass sich Diagnosekriterien und Behandlung von Erkrankungen je nach Geschlecht unterscheiden müssen. Die Forschung an Frauenkörpern wurde jedoch lange vernachlässigt, medizinische Studien oft hauptsächlich mit Männern als Probanden durchgeführt. Schwangere wurden oft gar nicht einbezogen. Einer der Gründe: Die durchgeführten wissenschaftlichen Untersuchungen sollten mit denen früherer Jahre vergleichbar sein, an denen ebenfalls in erster Linie Männer teilnahmen. Dieses Verständnis änderte sich seit den 1990er Jahren allmählich. Doch erst seit 2022 gibt es in der EU eine Verordnung, die festlegt, dass bei klinischen Studien die Teilnehmer u. a. nach Alter und Geschlecht so ausgewählt werden müssen, dass sie voraussichtlich den späteren Anwendern der Behandlung entsprechen. Medikamente müssen also an den Bevölkerungsgruppen getestet werden, für die sie bestimmt sind. Sind etwa mehr Frauen von einer Krankheit betroffen, müssen der Verordnung nach auch mehr Frauen in die Studie aufgenommen werden.

Die EU-Verordnung ist ein Schritt hin zu einer Medizin, die Geschlechts-, aber auch zum Beispiel Altersunterschiede stärker beachtet. Doch Forschung beginnt nicht erst bei Studien zur Zulassung von Medikamenten. Sie muss zunächst Grundlagen ermitteln, zum Beispiel Unterschiede im Schlafverhalten der Geschlechter. Es ist daher gut, dass die Forschung diese Unterschiede jetzt erkennt und benennt, selbst wenn die Ursachen noch längst nicht vollständig geklärt sind.

„Geschlechterkampf“ durch Begriffe vermeiden

Allerdings ist die Frage, ob es sinnvoll ist, Schlagworte wie „Gender Sleep Gap“ zu verwenden, die Assoziationen zu heiß diskutierten Begriffen wie „Gender Pay Gap“ wecken. Aufgrund ihrer Ähnlichkeit können sie nämlich unter Umständen die Gemüter erhitzen, selbst wenn sie nur beschreiben, was ist: nämlich, dass zwischen der Schlafqualität der Geschlechter eine Lücke klafft. Frauen könnten sich benachteiligt, Männer hingegen angegriffen und z. B. bemüßigt fühlen, Äpfel mit Birnen zu vergleichen, um jegliche Unterschiede zu relativieren – à la: „Ja, ihr schlaft schlechter, doch wir sterben früher.“ Eine derart aufgeheizte Stimmung nützt niemandem, denn oberstes Ziel sollte sein, jedem Menschen, egal, welchen Geschlechts, die bestmögliche Unterstützung bei gesundheitlichen Problemen zu ermöglichen. Manchmal kann es daher besser sein, schlicht die Unterschiede zu benennen, statt neue Begriffe zu kreieren.



CATERING

Service

Über uns:

Foodklapp' ist ein erfahrener Cateringservice in Esslingen. Vom Fingerfood über mediterranen Spezialitäten bis zu Barbecue vor Ort - wir bieten kulinarische Vielfalt für Ihr Event!

Unser Service:

- Veranstaltungen
- Private Feiern
- Firmen Events




Wir sind für Sie da:

 +49 157 57 95 66 46

 www.foodklapp.de

 Jeden Samstag auf dem
Karlsplatz in Stuttgart



Schlafen wir im Sommer anders als im Winter?

Simone Harland

Obwohl Menschen keinen Winterschlaf halten oder sich in Winterruhe begeben wie viele Tiere, scheinen die Jahreszeiten einen Einfluss auf die Dauer des Schlafs zu haben. Darauf deuten zumindest wissenschaftliche Studien hin.

Längerer Schlaf in der dunklen Jahreszeit

Eine Untersuchung der Berliner Humboldt-Universität aus dem Jahr 2023 mit 188 Teilnehmern, die wegen schlafbezogener Diagnosen im Schlaflabor untersucht wurden, zeigte, dass ihre Gesamtschlafzeit im Winter bis zu 60 Minuten länger dauerte als im Sommer. Auch die REM-Schlafphasen, die vor allem durch schnelle Augenbewegungen unter den Lidern gekennzeichnet ist, dauerten im Winter im Vergleich zum Frühjahr 30 Minuten länger an. Die Wissenschaftler fanden zudem heraus, dass der sogenannte Slow-Wave-Schlaf, umgangssprachlich oft als Tiefschlaf bezeichnet, im Winter stabiler war. Im Herbst fiel er 30 bis 50 Minuten kürzer aus als im Winter.

Diese Ergebnisse deuten zwar darauf hin, dass es schlafbezogene saisonale Unterschiede gibt, doch die Wissenschaftler gaben zu bedenken, dass die Teilnehmer der Studie wegen neuropsychiatrischer Schlafstörungen in Behandlung waren. Auch wenn davon auszugehen ist, dass sich das Schlafverhalten von Menschen mit gesundem Schlaf ebenfalls von Jahreszeit zu Jahreszeit unterscheidet, müssten weitere Studien durchgeführt werden, um diese Vermutung zu untermauern.

In Schweden ist der Schlaf im Sommer stark verkürzt

Eine schwedische Kohortenstudie aus dem Jahr 2021, bei der insgesamt 19 254

Teilnehmer zu ihrem Schlafverhalten befragt wurden, kam zu einem ähnlichen Ergebnis. Bei den zwischen Juni und August Befragten lag der Anteil derjenigen, die weniger als sechs Stunden schliefen, um 15 % höher als bei den im Herbst Befragten. Teilnehmer gaben im Sommer zudem häufiger frühmorgendliches Erwachen an als die im Winter befragten Personen. Die beste Jahreszeit für einen guten Schlaf war dieser Untersuchung zufolge das Frühjahr. Die Teilnehmer, die von März bis Mai befragt wurden, klagten seltener über Einschlafschwierigkeiten und Schlafstörungen als diejenigen, die im Herbst an der Studie teilnahmen. Doch auch diese Ergebnisse erfordern eine weitere Bestätigung. Womöglich liegt die verkürzte Schlafdauer im Sommer daran, dass zu dieser Jahreszeit in Schweden die Tage sehr lang sind. Je weiter nördlich man lebt, umso kürzer sind die Nächte im Sommer. Im Winter hingegen wird es dort an manchen Tagen nicht richtig hell.

Was tun bei jahreszeitlich bedingten Schlafproblemen?

Vor allem Licht und Dunkelheit scheinen die Schlafdauer und Schlafqualität zu beeinflussen. Doch in gewissem Maße spielen vermutlich auch die Witterungsverhältnisse eine Rolle. Denn in früheren Zeiten, als im Winter weniger Wärmequellen und Nahrung zur Verfügung standen, haben die Menschen versucht, Kraft zu sparen. Womöglich steckt dieser jahreszeitliche Rhythmus und damit ein erhöhtes Ruhebedürfnis im Winter auch im „modernen“ Menschen noch drin.

Obwohl mittlerweile auch im Winter dauerhaft (künstliches) Licht zur Verfügung steht, sorgt mutmaßlich der Mangel an natürlichem Tageslicht für eine längere Schlafdauer. Denn während Dämmerung und Dunkelheit produziert der menschliche Körper Melatonin, ein schlafförderndes Hormon. Künstliches Licht kann das Tageslicht nicht komplett ersetzen, sodass im Winter über eine längere Zeitdauer Melatonin ausgeschüttet wird. Als Folge können verstärkte Müdigkeit und Schlafstörungen auftreten.

Wer im Winter ein vermehrtes Schlafbedürfnis hat und/oder unter Schlafstörungen, womöglich sogar unter depressiven Verstimmungen leidet, für den lohnt sich unter Umständen die Anschaffung einer sogenannten Tageslichtlampe mit der Farbtemperatur des Tageslichts. Vielleicht gelingt es mithilfe einer solchen Lichtquelle, die Melatonin-Produktion an den Tages-, Arbeits- und Schlafrythmus anzupassen. In manchen Fällen lassen sich hierdurch Schlafstörungen reduzieren und Müdigkeit verringern. Im Sommer hingegen kann die Abdunkelung des Schlafzimmers helfen, die Schlafdauer zu verlängern.

BEITRAGSORDNUNG

Mitgliedsart	Jahresbeitrag
• MA 1 Einzelpersonen	EUR 100,00
• MA 2 Schüler	EUR 50,00
• MA 3 Studenten	EUR 50,00
• MA 5 Ehepaare	EUR 150,00
• MA 6 Familien (Vater, Mutter, Kinder)	EUR 200,00

Stand: 30.05.2014

Mitgliedsbeiträge werden zum 15.04. des Jahres fällig und werden zur Vermeidung von Verwaltungsaufwand generell im Bankeinzugsverfahren vom im jeweiligen Aufnahmeantrag bekannt gegebenen Konto per Lastschrift eingezogen.

Bei Neueintritt erfolgt der Bankeinzug des fälligen Jahresbeitrages nach Erhalt der Beitrittserklärung / Aufnahme in den Förderverein.

GL-ABBRUCH

G
M
B
H

ES GIBT VIEL ZU TUN, BRECHEN WIR ES AB!



**Abbruch
Erdbewegung
Industriedemontage
Recycling**



Entsorgungs-
Fachbetrieb
Gew. - STB 0024492-BW
Überwacht durch



www.gl-abbruch.de • info@gl-abbruch.de

☎ 0711 / 93 88 03-0



Aufnahmeantrag/ Beitrittserklärung

- ♥ Kampf dem Herztod
- ♥ Prävention
- ♥ Medizinische Qualität

Förderverein Herzklopfen e.V.

Hiermit beantrage/erkläre ich meinen Beitritt zum Förderverein Herzklopfen e.V. und erkenne die Vereinssatzung an.

_____	_____	
Name	Vorname	
_____	_____	
PLZ/Wohnort	Straße/Hausnummer	
_____	_____	
Telefon privat	Telefon geschäftlich	
_____	_____	
Telefax	Email-Adresse	
_____	_____	
Geburtsdatum	Mitgliedsart	Jahresbeitrag in EUR

Bei Mitgliedsart Ehepaar bzw. Familie bitte pro Person ein Antragsformular.

Durch meine Unterschrift anerkenne ich die Satzung des Vereins.

_____	_____
Ort/Datum	Unterschrift

Mitgliedsbeiträge werden zur Vermeidung von Verwaltungsaufwand generell im Bankeinzugsverfahren bezahlt.

Ermächtigung zum Bankeinzug des Vereinsbeitrags

Hiermit ermächtige ich den Förderverein Herzklopfen e.V. widerruflich, die mit der Mitgliedschaft verbundenen fälligen Zahlungen zu Lasten meines Kontos mittels Lastschrift einzuziehen.

_____	_____	_____
IBAN	BIC	Name des Kreditinstituts
_____	_____	_____
Kontoinhaber/Name	Vorname	
_____	_____	_____
Datum	Unterschrift	

Für separate Spenden ab EUR 200,- erhalten Sie eine Spendenbescheinigung.
Für Spenden bis EUR 200,- können Sie den Durchschlag des Überweisungsträgers dem Finanzamt vorlegen.

Die Mitgliederverwaltung erfolgt durch Datenverarbeitung.

Die personengeschützten Daten der Mitglieder werden nach dem Bundesdatenschutzgesetz gespeichert.

**SCHURR**
DIE BADGESTALTER



IHR NEUES BAD

INDIVIDUELL & SORGENFREI



**ALLES AUS
EINER HAND**



**FESTPREIS- &
TERMINGARANTIE**



**TEIL- & KOMPLETT-
SANIERUNG**



**KOSTENFREIES
BERATUNGSGESPRÄCH**

Schausonntag – jeden 1. Sonntag im Monat

**BESTE
BAD
STUDIOS
2020**

**BADPLANNER
DES JAHRES
2021**



07021 8655290



info@schurr-badgalerie.de



www.schurr-badgalerie.de



Kirchheimer Straße 139, 73265 Dettingen



Dafür spendete „Herzklopfen“

Vorstand und Mitglieder von „Herzklopfen“ setzen sich für eine herzgesunde Lebensweise ein und versuchen die Bürger dafür zu sensibilisieren. Ebenso ein Anliegen ist es dem Förderverein, herzkranken Menschen durch moderne Behandlungsmethoden zu helfen. So sammelt der Verein durch Veranstaltungen und kulturelle und sportliche Events beträchtliche finanzielle Mittel, um die Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen zu unterstützen. Die finanzielle Situation der Krankenhäuser erlaubt es heutzutage oft nicht, den Klinikressorts all jene Anschaffungen zu ermöglichen, die eine noch wirkungsvollere Behandlung der Patienten ermöglicht.

50 000 Euro wurden der Esslinger Kardiologie für ein Gerät zur Verfügung gestellt, um mithilfe des intravaskulären Ultraschalls die Verengung der Herzkranzgefäße exakt bestimmen zu können. Dabei wird über einen Katheter eine winzige Ultraschallsonde in die Herzkranzgefäße vorgeschoben, um deren Verengungsgrad festzustellen – eine wichtige Entscheidungsgrundlage für die weitere invasive Behandlung möglicher Verengungen der Herzkranzgefäße.

15 000 Euro spendete „Herzklopfen“ der Klinik für den LUCAS, ein automatisches Gerät zur Herzdruckmassage bei einem Herzstillstand. Man muss wissen, dass die Herzmassage für das medizinische Personal körperlich sehr belastend ist. Ein Helfer schafft es kaum länger als zwei, drei Minuten, eine Herzdruckmassage wirkungsvoll durchzuführen. LUCAS übernimmt diese Aufgabe selbstständig und ermöglicht es so den Helfern, sich auf weitere Maßnahmen der Wiederbelebung zu konzentrieren. Das ungefähr 12 kg schwere Gerät lässt sich auch in einen Rucksack verpacken und im Notarztwagen transportieren.

30 000 Euro wurden bereitgestellt, um eine neue Therapie, die renale Denervierung, anbieten zu können. Es gibt Patienten, deren Bluthochdruck durch kein Medikament zu senken ist. Mit der renalen Denervierung werden oberflächlich liegende Nervenfasern an den Nierenarterien mit Hochfrequenzstrom durchtrennt. Bisher war dies nur chirurgisch durchzuführen. Mit dem neuen schonenden minimalinvasiven Verfahren wird im Herzkatheterlabor über die Leiste ein Katheter eingeführt, der über die Bauchschlagader bis zu den Nieren vorgebracht wird. Der Katheter trägt an seiner Spitze eine Elektrode, die hochfrequente Energie abgibt. Innerhalb der beiden Nierenarterien werden auf diese Weise die sympathischen, autonomen Nervenfasern unterbrochen. Der Eingriff dauert insgesamt etwa 60

♥ Wäldenbronner Straße 49
73732 Esslingen
Tel 0711 37 13 13

♥ Seracher Straße 1
73732 Esslingen
Tel 0711 30 07 12 38

♥ Holunderweg 8
73733 Esslingen
Tel 0711 88 87 79 26

♥
CONZELMANN

Bäckerei Konditorei Café

**3x IM
ESSLINGER
NORDEN**

www.baeckerei-conzelmann.de

Minuten. Mit dem Einsatz dieses Geräts ist das Klinikum Esslingen das einzige Krankenhaus in der Region, das dieses Verfahren anbieten kann.

40 000 Euro spendete „Herzklopfen“, um einen Mehrkanal-HF-Generator anzuschaffen, der die Ablationstherapie bei Vorhofflimmern noch differenzierter durchzuführen ermöglicht. Vorhofflimmern ist eine schwerwiegende Herzrhythmusstörung, die medikamentös behandelt wird, jedoch mit hohen Nebenwirkungen und zweifelhaftem Erfolg. Mithilfe der Katheterablation können heute Herzrhythmusstörungen wirkungsvoller beseitigt werden. Dabei werden Gewebereale am Herzen, die falsche elektrische Impulse senden, durch Verödung ausgeschaltet. Außerdem konnte von dem Geld ein Gerät zur zentralen Blutdruckmessung und zur Messung der Pulswellengeschwindigkeit angeschafft werden.

25 000 Euro spendete „Herzklopfen“ zum einen für die Anschaffung spezieller Blutdruckmessgeräte, bei denen der Blutdruck über Pulswellengeschwindigkeit gemessen wird – ein hoher Komfort für die Patienten. Zum anderen werden von der Spende Taschenechos angeschafft. Die handygroßen Geräte ermöglichen es dem Arzt, den Patienten am Krankenbett echokardiografisch zu untersuchen.

Etwa 40 000 Euro wurden je zur Hälfte im Mai 2014 und im Frühjahr 2015 der Klinik für Kardiologie am Klinikum Esslingen für ein Echokardiographiegerät zur Verfügung gestellt. Das Echokardiographiegerät soll für die Chest Pain Unit eingesetzt werden. In diesem Bereich wird von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie ein Echogerät gefordert, das die Klinik für Kardiologie bisher immer von der Intensivstation ausleihen musste. Prof. Leschke: „Da die Echokardiographie zu den Kernleistungen der Kardiologie zählt, handelt es sich um ein sehr wichtiges Projekt. Ich habe jetzt gerade den Kauf einer elektronischen Waage zur Fettgewebs- und Wasserbestimmung veranlasst“ (Kostenpunkt ca. 12 000 Euro). Dieses Projekt wird ebenfalls neben den früheren Projekten von Mitteln von Herzklopfen finanziert. Mit diesen Projekten ist es gelungen, die Ausstattung der Kardiologie deutlich zu verbessern.

Von den 25 000 Euro, die Herzklopfen der Kardiologie im Mai 2015 spendete, wurden Geräte zur kontinuierlichen Langzeitblutdruckmessung angeschafft.

30 000 Euro wurden im Mai 2016 an die Kardiologische Klinik am Klinikum Esslingen übergeben zur Anschaffung einer Kreislaufunterstützungs- oder „Impella“-Pumpe. Sie ermöglicht es, den Blutfluss minimalinvasiv zu stabilisieren. Bei schweren Herzinfarkten trägt sie dazu bei, den Kreislauf der Patienten aufrecht zu erhalten – auch während eines Transportes.

Mit der grandiosen Summe von 275 000 Euro überreichte „Herzklopfen“ im Juli 2017 der Kardiologischen Klinik am Klinikum Esslingen die bisher höchste Summe in der Geschichte des Fördervereins. Von dem Geld werden drei moderne Diagnosegeräte angeschafft: Ein hochwertiges Echogerät zur Ultraschalluntersuchung des Herzens, ein Instrument zur Bestimmung der Kohlensäurespannung im Blut (das wird bei Beatmungspatienten mit chronischen Lungenerkrankungen eingesetzt) sowie ein Mappings-Gerät, mit dem eine Art dreidimensionaler Karte des Herzens erstellt werden kann. Prof. Matthias Leschke bezeichnete das Mapping-System als „das Beste, was der Markt zur Zeit hergibt“.

Durch die Spende des Fördervereins Herzklopfen im Höhe von 100 000 Euro im Februar 2018 konnte in der Kardiologischen Klinik am Klinikum Esslingen das erste Schlaflabor im Landkreis Esslingen eingerichtet werden. Dadurch wird es künftig möglich, die Gründe für schlechten Schlaf zu untersuchen und Behandlungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Für Prof. Dr. Matthias Leschke ist die Einrichtung einer solchen Station „ein Meilenstein“, denn man kann für betroffene Patienten ein weiteres Diagnose- und Therapieangebot machen. Durch unbehandelte Schlafstörun-

Beratung und Unterstützung in schwierigen Zeiten.

Wenn das Leben Sie unerwartet vor Herausforderungen stellt, gibt der Soziale Dienst der AOK Baden-Württemberg Hilfestellung und unterstützt Sie mit Rat und Tat.

Mehr erfahren Sie unter:



[aok.de/bw sozialer-dienst](https://aok.de/bw/sozialer-dienst)

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

gen können Müdigkeit, Depressionen, Reizbarkeit und Herz-Kreislauf-Erkrankungen entstehen. Die Schlafmedizinerin Dr. Vera Wienhausen-Wilke wird die Station leiten. Für sie ist es essentiell, Menschen mit Schlafstörungen möglichst frühzeitig zu behandeln. „Allein mit einer Atemmaske kann man Patienten einige Lebensjahre schenken, ganz ohne Nebenwirkungen“.

Die Spende in Höhe von 24 000 Euro, überreicht im Juni 2018, wird für die Beschaffung eines Hypothermie-Systems für die Intensivstation verwendet. Patienten, die bei einem akuten Kreislaufzusammenbruch wiederbelebt und beatmet werden, sollten unmittelbar einer systemischen Unterkühlung unterzogen werden, um damit Hirnschäden möglichst zu verhindern. Darüber hinaus werden die Mittel für einen passageren Schrittmacher für Patienten mit Rhythmusstörungen auf der Intensivstation zu Verfügung gestellt.

Mit der Spende über 40 000 Euro konnten weitere wünschenswerte medizinischen Geräte für die Kardiologische Klinik angeschafft werden. Mit der Spende werden ein Mobilitätsstuhl, ein Lithotripsie-Katheter sowie ein Gerinnungsmessgerät angeschafft. Der Mobilitätsstuhl ermöglicht es, unsicheren Patienten aufzustehen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren. Das Kathetersystem soll verhindern, dass stark verkalkte Venenverengungen in den Herzkranzgefäßen entstehen. Laut Prof. Leschke ist Esslingen erst die zweite Klinik im Großraum, die diese Methode anbietet. Das Gerinnungsmessgerät wird nach dem Setzen eines Stents verwendet, um zu verhindern, dass es zu einer Thrombose oder Blutungen kommt.

Mit der Spende über 30 000 Euro konnten im Jahr 2019 Langzeit-EKG- und Langzeit-Blutdruck-Messgeräte angeschafft werden.

Im Jahr 2020 überreichte „Herzklopfen“ der Klinik einen Scheck in Höhe von 166 000 Euro. Mit diesem Geld konnten Geräte für die Intensivstation, die Herzkatheterlabore und für exakte Untersuchungen direkt am Bett beschafft werden. 10 000 Euro von der Summe wurden für die Beschaffung weiterer Defibrillatoren vorgesehen.

Mit der Spende in Höhe von 73 000 Euro hat Herzklopfen im Jahr 2021 fast die Zielmarke von einer Million Euro erreicht. Mit dem Geld wurden vier tragbare Ultraschallgeräte angeschafft, ebenso vier EKG-Geräte und zwei Instrumente zur Überwachung des Gehalts an Kohlenstoffdioxid in der Atemluft von Patienten.



Präzision am Lack



Plochingerstr. 67 73779 Deizisau

Tel. 07153 899343

E-Mail : info@lack-oener.de

Wir freuen uns über jede Spende. Und jede Spende wird zu 100 % ausschließlich für die Anschaffung wünschenswerter Geräte für die Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie am Klinikum Esslingen eingesetzt.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf! Wir freuen uns auf Sie!

Tel.: 0711 22667277; Fax: 0711 39697299

info@herzklopfen-kardiologie-es.de

Spendenkonto:

IBAN: DE80 61150020 0100 9330 15; BIC: ESSLDE66XXX

Impressum

Herausgegeben von der Esslinger Medizinischen Akademie e.V.

in Kooperation mit dem Förderverein Herzklopfen e. V.

Wolfgang Haußmann; Plochinger Straße 42; 73730 Esslingen

Tel.: 0711 22667277; Fax: 0711 39697299

info@herzklopfen-kardiologie-es.de; www.herzklopfen-kardiologie-es.de



Redaktion und Design: Dr. Magda Antonic;

Gesamtherstellung: Meditext Dr. Antonic; Panoramastr. 6; 73760 Ostfildern;

Druck: Saxoprint

Fotos: Cover © Md Saiful/AdobeStock; S. 2 © Stadt Esslingen;

alle anderen: © Herbert Rudel



Jetzt online
Termin
vereinbaren!

Ihre Zahnarztpraxis für die ganze Familie!



Zahnerhaltung



Zahnprothetik



Zahnchirurgie



Zahntechnik



Implantologie



Kinderzahnarztpraxis



Bleaching



Prophylaxe

Schelztorstraße 38 | 73728 Esslingen
Tel. 0711 359110 | praxis@dr-duenkler.de
dr-duenkler.de

Dr. Dünkler

Praxis am Schelztor



Gesellschaft ist einfach.

**Wenn die Kreissparkasse
Bildung, Kultur, Soziales,
Sport oder Umwelt fördert.
Das gesellschaftliche Engage-
ment der Kreissparkasse.
Gut für die Menschen.
Gut für den Landkreis.**

www.ksk-es.de/erleben • 0711 398-5000



**Kreissparkasse
Esslingen-Nürtingen**