

TERMINE:

Mitgliederversammlung:

Liebe Vereinsmitglieder, wir laden Sie herzlich zu unserer nächsten Mitgliederversammlung am Mittwoch, den 21.04.2010 um 19.00 Uhr im Klinikum Großhadern ein. Die Tagesordnung sowie den genauen Veranstaltungsort veröffentlichen wir noch unter www.fruehstartinsleben.de.

Frühcheneltern-Treffen:

Mindestens zwei ehemalige Frühchenmamas bzw. -papas unseres Vereins geben Eltern, die gerade aktuell ein Kind auf der Station I10b haben, Tipps und Auskünfte für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt sowie zu Frühchenliteratur, Arzt- und Therapeutenempfehlungen.

WO: Elternzimmer neben der I10b-Station in Großhadern
WANN: 13.04.2010 und 04.05.2010 jeweils um 19 Uhr

Gesprächskreis: Väter – Wie geht es uns mit der Frühgeburt?
21.04.2010, 20.00–22.00 Uhr

Aktuelle Termine finden Sie auch unter www.fruehstartinsleben.de

LIEBE LESER/INNEN

EIN GRUSSWORT VON KARIN FAHRENSCHON, DER SCHIRMHERRIN VON FRÜHSTART INS LEBEN E. V.

Es sind ganz unterschiedliche Gründe, warum ich die Aufgabe der Schirmherrin für „FrühStart ins Leben“ gerne übernommen habe.

Bei meinem ersten Besuch auf der I10b, der neonatologischen Intensivstation des Klinikums Großhadern, erläuterten mir Prof. Schulze, Frau Goedeckemeyer und Frau Schwilling eindrucksvoll die Problematik der frühgeborenen Kinder und deren Familien und ich konnte mir selbst ein Bild von der beeindruckenden Arbeit der Ärzte und des Pflegepersonals auf dieser besonderen Station machen.

Mein Mann und ich sind selbst Eltern von zwei Töchtern, die 2003 und 2006 im Klinikum Großhadern (fast) zum errechneten Termin gesund zur Welt gekommen sind. Die beiden Wirbelwinde halten unsere Familie seit dem ersten Tag ordentlich auf Trab. Deshalb vermittelte mir der Anblick eines kleinen Frühchens im Inkubator eine Ahnung davon, welch ein langer Weg voll Hoffen und Bangen den Eltern bevorsteht, bis sie ihr Kind mit nach Hause nehmen können und der Alltag beginnen kann.

Nicht zu vergessen den Gedankenaustausch mit den Vorstandsmitgliedern – einem hochengagierten Team aus Ärzten, Schwestern und betroffenen Eltern, die mit eigenen Frühchenerfahrungen und vor allen

Dingen mit viel Optimismus ihre ehrenamtliche Arbeit im Verein als selbstverständlich ansehen.

Die Öffentlichkeit weiß von den Chancen und Risiken frühgeborener Kinder immer noch zu wenig, wichtig ist deshalb die Aufklärung, denn die Zahl der Frühgeburten steigt. Die intensivmedizinische Versorgung der Kinder in Deutschland ist hervorragend, die Überlebenschancen werden immer besser. Was bleibt ist die unermessliche Sorge der Eltern um ihr Kind, die Hilflosigkeit vor der vermeintlich bedrohlichen Apparatedizin und das Gefühl alleine zu sein. Genau hier setzt die Arbeit von „FrühStart ins Leben“ an, der Verein macht Mut und hilft bei alltäglichen Fragen.

Als Schirmherrin von „FrühStart ins Leben“ möchte ich versuchen, die vielen engagierten Kräfte zu unterstützen, die all denen mit Rat und Tat zur Seite stehen, für die das Schicksal diese große Herausforderung bereitgestellt hat.

Karin Fahrenschon
Diplom-Kauffrau (Univ.)



Was wurde eigentlich aus:

Nina, geboren am 12.06.07 in der 30. SSW mit 36 cm und 1100 g in der Uni-Klinik Großhadern.



UNSER AUSFLUG NACH ST. OTTILIEN

UNSER ERSTER GEMEINSAMER AUSFLUG GING NACH ST. OTTILIEN! HIER EINIGE EINDRÜCKE VON EINEM RUNDUM GELUNGENEN TAG.

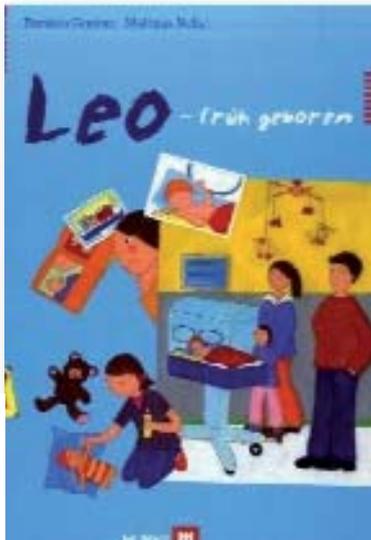
Von Miriam Müller

Es war ein ganz besonderes Erlebnis für unsere ehemaligen Frühchen: der Besuch der Klosterkirche St. Ottilien. Pater Theophil führte uns durch die Kirche – er verstand es, die Kinder in besonderer Weise für die Kirche zu interessieren. Mit großen Augen und äußerst konzentriert folgten unsere Kleinen seinen Ausführungen. Der Höhepunkt war natürlich das Orgelspiel. Nachdem Pater Theophil dem interessierten Publikum die Besonderheiten einer

Orgel, warum die Orgel große und ganz kleine Pfeifen hat, was ein Register ist und wozu die Pedale sind, erklärt hatte, gab es ein Wunschkonzert. Natürlich durften alle Kinder anschließend selber auf der Orgel spielen, vierhändig und sechshändig ganz nach unserem diesjährigen Motto: „Kinder treffen Töne“.

Mit einem Spaziergang durch den herbsthlichen Park endete der schöne Nachmittag in St. Ottilien.





Buchvorstellung:

Von Angela Bieri

LEO – FRÜH GEBOREN

VON DANIELA GREINER (ILLUSTRATION/AUTORIN)
PD DR. MED. MATHIAS NELLE (AUTOR)

ERSCHIENEN IM VERLAG HANS HUBER IN DER 1. AUFLAGE 2008,
IM A4-FORMAT ALS KINDERBUCH MIT 46 SEITEN.

Der Verlag über das Buch:

Leo – früh geboren. Luisa freut sich sehr: Sie hat einen kleinen Bruder bekommen! Aber Leo wurde zu früh geboren und muss deshalb länger im Krankenhaus bleiben als andere Babys. In den folgenden Wochen lernt Luisa, wie eine Neugeborenenstation aussieht und wie die Frühchen dort betreut werden.

Reich illustriertes Kinderbuch über die ersten Tage im Leben eines Frühgeborenen. Im Anhang finden sich wichtige Adressen und Hinweise auf Selbsthilfegruppen.

Rezension: *Das im Schweizer Verlag Hans Huber erschienene Kinderbuch erzählt die Geschichte von einem kleinen Mädchen namens Luisa, ihren Eltern und ihrem zu früh geborenen Bruder Leo. Eigentlich sollte Leo erst in den großen Sommerferien auf die Welt kommen, aber er wurde viel zu früh geboren. So wird Luisa mit der Frühgeburt ihres Bruders konfrontiert und vieles ändert sich. Die Mama ist im Krankenhaus, Oma und Opa betreuen Luisa. Erst nach einiger Zeit darf sie Leo im Kranken-*

haus besuchen und sieht dort viele ihr unbekannte Dinge. Ein Monitor gibt Geräusche von sich, ihr Bruder liegt in einem Inkubator und er bekommt über ein dünnes Schläuchlein die Milch direkt in seinen Magen. Die Mama erklärt ihr, was es mit dem Känguruen auf sich hat. Bald schon darf Leo in einem Wärmebettchen schlafen und muss mit einer Krankengymnastin turnen. Ihrer Puppe und ihren Freunden hat Luisa viel über ihren kleinen Bruder zu erzählen. Sie freut sich schon sehr auf den Tag, an dem Leo endlich zu ihnen nach Hause darf.

Mit vielen kindgerechten Illustrationen ist dieses Buch für Kinder sehr ansprechend. Außerdem wird alles so erklärt, dass es auch kleine Geschwisterkinder verstehen.

Schade, dass ich LEO – früh geboren erst im Rahmen der Buchvorstellung beim Newsletter kennengelernt habe. Ich hätte meiner damals 3 ½-jährigen Tochter viele Dinge anhand dieses Buches erklären können. Ich persönlich halte dieses Buch für

sehr empfehlenswert, wenn man den Kindern auf anschauliche Weise erklären möchte, wie es ist, wenn man als Frühchen auf die Welt kommt.

Über die Autoren:

Daniela Greiner, geboren am 11. September 1973 in Bern, ist verheiratet und seit August 2006 Mutter eines Sohnes. Nach der Ausbildung zur Primarschullehrerin hat sie vorwiegend in der Unterstufe in Bern, Burgdorf und der Mongolei als Lehrerin gearbeitet. Kontakt zur Medizin und zum Umgang mit frühgeborenen Kindern hat sie über ihren Patensohn bekommen.

PD Dr. med. Mathias Nelle, geboren am 21. März 1961, ist Kinderarzt und Leiter der Abteilung Neonatologie an der Kinderklinik Bern. Durch seine intensive Arbeit mit früh- und neugeborenen Kindern hat er tagtäglich engen Kontakt mit Eltern, Angehörigen und betroffenen Familien.

Leo – früh geboren
Verlag: Huber, Bern; 1. Auflage
(November 2007)
ISBN 978-3-456-84501-2



HOB-EINWEIHUNG NACH DEM UMBAU

DIE EINWEIHUNG UNSERER "NEUEN" STATION NACH DEM UMBAU, WAR EINE SEHR SCHÖNE, JA FEIERLICHE VERANSTALTUNG. GERNE WILL ICH DAVON ETWAS BERICHTEN.

Pünktlich um 10.00 Uhr waren alle da, die Prinzessin von Bayern, die Fürstin Wrede, Magnifizenzen, der Dekan der Uni, der ärztliche Direktor, der Verwaltungsdirektor, Frau Muntz von den Sternstunden, Frau Fahrenschohn und viele andere.

Prof. Schulze am Cembalo und eine Flötistin eröffneten pünktlich die Veranstaltung und Prof. Schulze hielt dann auch eine Ansprache, die einfach prima war. Es folgten Grußworte des ärztlichen

Direktors, von Prof. Reinhardt, Direktor der Kinderklinik, von Prof. Friese, Direktor der Frauenklinik und eine sehr warmherzige und würdige Rede von Frau Fahrenschohn. Prof. Schulze bedankte sich zum Schluss bei Frau Miriam Müller für die Unterstützung während der langen Zeit des Umbaus und überreichte ihr einen schönen Blumenstrauß.

Alle bewunderten die neue umgebaute Station und die Stimmung war sehr entspannt. Man könnte sogar sagen heiter.

Das Büfett war zwar etwas klein aber dafür lecker. Alle nutzten die Zeit für interessante Gespräche. Das ist immer spannend zu beobachten. Nun steuert alles auf das neue Mutter-Kind-Zentrum zu und das ist ganz sicher eine Riesenherausforderung.

Es wurden viele Fotos gemacht, sodass ich hoffe, dass wir auch einige auf unsere Internetseite stellen können.

Mit herzlichen Grüßen von
Sabine Goedeckemeyer &
Dr. Andreas Flemmer



ADVENTSFRÜHSTÜCK 2009

DIE ADVENTSFEIER DES VEREINS „FRÜHSTART INS LEBEN“ HAT SCHON TRADITION. AUCH IN DIESEM JAHR IST ES PROFESSOR WEISSENBACHER GELUNGEN, MONIKA GRUBER, WOLFGANG KREBS UND CHRISTIAN SPRINGER FÜR UNSERE FEIER IM KLINIKUM GROSSHADERN ZU GEWINNEN. MIT EINEM TOLLEN PROGRAMM LOCKTEN SIE VIELE BESUCHER, FREUNDE UND FÖRDERER UNSERES VEREINS IN DEN GROSSEN HÖRSAAL DES KLINIKUMS.

Bei einem Weißwurstfrühstück konnten sich unsere Gäste auf den gemeinsamen Tag einstimmen und sich dabei über die vielseitigen Aktivitäten unseres Vereins informieren.

Insbesondere haben wir uns darüber gefreut, an diesem Tag Frau Karin Fahrenschoen den Gästen und Förderern unseres Vereins als Schirmherrin vorstellen zu dürfen.

Nach der Begrüßung unserer Gäste durch Herrn Professor Dr. Weissenbacher und Herrn PD. Dr. Flemmer machte Frau Monika Gruber charmant und witzig den Auftakt zu einem kabarettistischen Angriff auf unsere Lachmuskeln. Ihr folgte der Kabarettist Wolfgang Krebs in seiner Parade-rolle als Stoiber-Double. Ebenso begeisterte Christian Springer alias „da Fonsi“ unser Publikum.

Für unsere kleinen Gäste gab es wieder eine bunte Krabbelstube. Hier wurde ausgiebig gebastelt, gemalt und

geturnt, es war immer was los. Ganz besonders bedanken wir uns an dieser Stelle für die Hilfe von Sophia Flemmer und ihrer Freundin Anja Kieferle, sie haben sich sehr engagiert um unsere kleinen Gäste gekümmert und uns den ganzen Tag bei allen Organisations- und Aufbauarbeiten geholfen.

Wir, der „FrühStart“-Verein, sorgten für einen kleinen Basar an dem Weihnachtsschmuck aus dem Erzgebirge und kleine Geschenke erstanden werden konnten. Durch eine großzügige Spende der Konditorei Widmann von Weihnachtsgebäck, Lebkuchen und Stollen hatten auch die „Süßen“ unter uns etwas zu naschen.

Insgesamt war es ein gelungener Tag und ein schöner Abschluss des Jahres 2009.



HÄSCHEN, HOFFEN, HELENA

HELENA KAM IN DER 26. SCHWANGERSCHAFTSWOCHE ZUR WELT, UM GENAU ZU SEIN NACH 25 WOCHEN UND 3 TAGEN. MORGENS GEGEN HALB 7 UHR PER NOTKAISERSCHNITT. LESEN SIE, WIE ES WEITER GING...



In Helenas Bett liegt neben vielen anderen plüschigen Mitbewohnern heute noch ein ganz kleines Kuschtier. Ein Hase aus Frotté – oder vielmehr: ein Häschchen. Mit ausgeklappten Schlappohren ganze 33 cm lang. Genauso lang wie Helena bei ihrer Geburt am 24. September 1999. Er trägt ein Wickelhemdchen in Größe 42, das kleinste damals im Laden erhältliche. Es hängt genauso unförmig um seinen Hasenbauch, wie es seinerzeit Helenas zarten Körper bedeckte. Wenn ich abends an ihrem Bett sitze, mit ihr ein Nachtgebet spreche und mein Blick auf das Häschchen fällt, dann kann ich es kaum glauben, wie winzig meine Tochter bei ihrer Geburt war. Heute ist sie so groß wie alle anderen Zehnjährigen und wiegt gut 30 Kilo. Hat hellwache Augen, fragt mich Löcher in den Bauch, liest wie ein Bücherwurm, besucht mit Freude eine Waldorfschule, und kann sich körperlich zur Wehr setzen, wenn es mal – wie in diesem Alter nicht ganz unüblich – nötig sein sollte.

Helena kam in der 26. Schwangerschaftswoche zur Welt, um genau zu sein nach 25 Wochen und 3 Tagen.



Helena und Sophia an Weihnachten 2009

Morgens gegen halb 7 Uhr per Notkaiserschnitt. Damals lagen schon gut 6 Wochen Krankenhausaufenthalt hinter mir mit absoluter Bettruhe. Bereits in der siebten Woche wurde bei mir eine Plazenta praevia totalis diagnostiziert, die Plazenta lag direkt vor dem Muttermund. Ich möge mich ruhig verhalten, bis zur 30. Woche würde sich der Zustand sicher stabilisieren. Eine erste Blutung in der 13. Woche verunsicherte mich ein wenig, aber ich war zuversichtlich. Dann, in der 18. Woche, bekam ich Wehen, die stationär behandelt werden mussten. Nur übers Wochenende, wie man zunächst hoffte. Daraus wurden 2 Monate. Über Nacht

setzten Blutungen ein, die sich nicht mehr beruhigten. In der 20. Woche ein Blasensprung, anschließend eine Infektion. Der Notkaiserschnitt wurde nötig wegen einer Plazentaablösung und dem damit verbundenem hohen Blutverlust.

630 GRAMM ...

Man machte mir viel Mut bei meinem ersten Besuch auf der Intensivstation. „Ihre Tochter macht es bisher sehr gut!“, sagte mir ein freundlicher Assistenzarzt. 630 Gramm brachte sie auf die Waage. Ich fühlte mich wie auf einem anderen Planeten. Am dritten Lebenstag habe ich sie taufen lassen. Ich dachte, ohne Hilfe von



Von links nach rechts: als 2-jährige im Mai 2001, 1000 Gramm geschafft, nach 14 Tagen



oben wird das nichts. Ich saß gedankenverloren am Inkubator und sah mein Kind an, von dem ich im intuitiven Zustand keine Atemzüge hören konnte. Ein winziges Menschlein, das nicht einmal ein Lebensgeräusch von sich geben konnte.

ZITTERN UND BANGEN

Nach zwei Wochen und einer kritischen Phase, in der ein Lungenflügel kollabiert war, konnte auf eine leichtere Form der Beatmung (C-PAP) umgestellt werden. Das Zittern und Bangen hörte natürlich nicht auf. Zwei Schritte vor, einer zurück. Eine Infektion löste die andere ab, Lungenprobleme hielten an. Operationen waren bei Helena Gott sei Dank nie erforderlich. Trotzdem hielt ich über Monate die Luft an, ob das wohl alles gut gehen würde. Aber ich habe gelernt, mein Kind genau zu beobachten, habe gelernt, diesem winzigen Wesen zu vertrauen! Helena zappelte in ihrer verkabelten Kiste, schaffte es, sich nach drei Wochen mal den Beatmungsschlauch aus der Nase zu ziehen, weil sie unbedingt in Bauchlage den Kopf auf die andere Seite drehen wollte. Sie war damals schon stur! Und sie wollte diese Durststrecke überwinden, komme was da wolle!

Zum Jahreswechsel 1999/2000 – dem Zeitpunkt ihres errechneten Geburtstermins – wog sie 2000 Gramm und wirkte ganz vergnügt. Trotzdem war sie erst zwei Monate später so stabil, dass wir sie mit nach Hause nehmen konnten. Allerdings mit Sauerstoff und Magensonde. Die ersten Monate zu Hause waren geprägt von der intensiven Pflege, derer Helena bedurfte. Ich übernahm den dreistündigen Pflegerhythmus der Intensivstation, dazu kamen Dinge wie Inhalieren und Physiotherapie, mit der ich umgehend nach der Entlassung begonnen hatte. Ich hätte nie gedacht, dass ich einmal mit so wenig Schlaf würde auskommen müssen! Allein das Füttern mit der Flasche – oder vielmehr die Versuche, ihr die Flasche zu geben – kosteten mich acht von 24 Stunden. Helena hatte wenig Lust zum Essen, offensichtlich auch kaum Hungergefühle, spuckte lieber alles wieder aus. Und außerdem plagte sie eine ausgeprägte BPD (bronchopulmonale Dysplasie), das Trinken aus der Flasche war anstrengend, dazu kam ein heftiger Husten, der erst im Alter von ca. 1 ½ Jahren besser wurde. Mit knapp einem Jahr gelang es ihr, die Kappe der Magensonde selbständig zu öffnen. Mit sichtlichem Vergnügen ver-

teilte sie den Mageninhalt auf ihren Klamotten. Das war das Ende der Sondenernährung! Der Kampf mit der festen Nahrung begann – und der Kampf mit meinem Nervenköstüm. Die Essstörungen wurden erst besser, als eine Haushaltshilfe das Füttern übernahm. Helena machte es wohl weniger Spaß, sie an der Nase herumzuführen als ihre Mama. Mit dem Beginn einer homöopathischen Behandlung im Mai 2002 entwickelte sie dann spontan Lust am Essen, die bis heute anhält! Unter der intensiven physiotherapeutischen Behandlung hat sie sich motorisch weitgehend normal entwickelt. Mit 1 ½ Jahren brauchte sie keinen Sauerstoff mehr, ihre Lunge hat sich gut erholt. Allerdings fällt es ihr schwer, eine längere Strecke im Sportunterricht schnell zu laufen. Aber auf Bestnoten in dieser Disziplin müssen auch andere verzichten, die einen leichteren Start ins Leben hatten. Trotz vieler antibiotischer Therapien und dem langen Sauerstoffbedarf hat Helena Ohren wie ein Luchs und die Augen eines Adlers. Voller Dankbarkeit und Bewunderung für meine Helena darf ich heute sagen: Wer ihre Vorgeschichte nicht kennt, würde sie auf keinen Fall für ein ehemaliges extrem früh geborenes Kind halten.

NACHGEFRAGT ...

.. BEI **SIMONE BITTNER**, SCHWESTER AUF DER STATION I10B, GEBOREN 1980 IN HEIDELBERG. SIE IST DIE FOTOGRAFIN DER STATION. IN IHRER FREIZEIT GEHT SIE GERNE BEACHEN.

MEIN DIALEKT:

Hochdeutsch mit „Restschwäbisch“

SO WOHNTE ICH:

2 Zimmer mit Wohnküche und drittem Freiluftzimmer (Balkon!)

PORSCHE ODER KÄFER:

Porsche!

WEN ICH MAL TREFFEN MÖCHTE:

Angela Merkel

ICH BIN FAN VON:

Elton John

FÜNF DINGE, DIE ICH IN MEINEM LEBEN NOCH MACHEN MÖCHTE:

Fallschirmspringen, halbtags arbeiten, nach Neuseeland reisen, einen Gemüsegarten haben, Heliskiing

WENN ICH IM LOTTO GEWINNE ...

... baue ich ein Haus um meine Traumküche herum

MEIN HAUSTIER:

der kleine Paul(a), die Katze mit Charakter

MEIN LETZTES BUCH:

„Verstummt“ von Karin Slaughter

MEIN SCHÖNSTER URLAUB:

... war im letzten September

WENN ICH IN RENTE GEHE ...

... hab ich hoffentlich `nen Zweitwohnsitz im Warmen

IN MEINER FREIZEIT?

Sport, Freunde treffen, kochen, lesen

DREI DINGE FÜR EINEN AUSFLUG AUF EINE EINSAME INSEL:

ein spannendes Buch, Sonnencreme, mein Freund



IMPRESSUM

Für den Inhalt verantwortlich:
FrühStart ins Leben e. V.
Universitätsklinikum Großhadern
Neugeborenenintensivstation I10b
Marchioninistr. 15, D-81377 München
Tel. +49 (0) 89-70 95-28 06

Fax +49 (0) 89-70 95-58 07
E-Mail-Adresse:
kontakt@fruehstartinsleben.de
1. Vorsitzende: Sabine Goedeckemeyer
2. Vorsitzender: Dr. Andreas W. Flemmer
Schatzmeisterin: Natalie Serter

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Angela Bieri, Larissa Felsch,
Miriam Müller, Heiko Heinemann