

## Patientengeschichten

**Isny-Neutrauchburg** –Patienteninterview mit Christian Brunner und Dr. Günther König, Assistenzarzt  
Kardiologie Klinik Schwabenland.

**Christian Brunner, 48 Jahre**

**Leitender Angestellter im Maschinenbau in einer Niederlassung eines Großbetriebes in Vorarlberg.**

Wie fühlten Sie sich, bevor Sie zum Arzt gingen?

Beim Sport und beim Treppensteigen verspürte ich immer stärker, dass ich Atemnot hatte. Dieser Zustand kam nicht von heute auf morgen, sondern verschlechterte sich zunehmend über einen Zeitraum von sechs Monaten. Ich ging zum Lungenfacharzt, da ich dachte, dass mit meinen Lungen etwas nicht in Ordnung wäre. Mit den Lungen war aber alles bestens. Ich habe mir aber schlussendlich vorgenommen, am ersten Urlaubstag, meinen Hausarzt aufzusuchen.

Welche Diagnose stellte Ihr Arzt?

Auf dem Weg zum Hausarzt, ging ich von der Bahnstation bis zum Hausarzt zu Fuß. Beim Arzt angekommen, hatte ich Schmerzen im Kieferbereich. Mein Hausarzt, der auch Notfallmediziner ist, machte sogleich ein EKG. Er ließ mich auch nicht mehr nach Hause, sondern ließ mich mit dem Rettungswagen ins Krankenhaus Bludenz einliefern.

Dr. König: Der Hausarzt handelte vorbildlich und hat damit den Patienten möglicherweise vor einem Herzinfarkt bewahrt.

Welche Diagnose haben Sie im Krankenhaus erhalten?

Dies war am 23. Dezember 2013. Am 24. wurde dann ein Belastungs-EKG durchgeführt mit auffälligem Befund, daher musste ich zur Überwachung stationär bleiben. Drei Tage später wurde ich in das Landeskrankenhaus Feldkirch verlegt. Während der Herzkatheteruntersuchung wurden vier Stents gesetzt. Anschließend konnte ich wieder nach Bludenz rückverlegt werden.

Nach dem erfolgreichen Eingriff und der Kenntnis über den genauen Befund wurde mir bewusst, dass ich die letzten Wochen sehr, sehr viel Glück hatte.

### Wie kamen Sie in die Klinik Schwabenland?

Der Oberarzt in Bludenz hatte die Anschlusshilfsbehandlung (AHB) eingeleitet. Er stellte einen Antrag bei der PVA und ich konnte ihm meine Wunschklinik nennen. Von der Klinik Schwabenland hatte ich zuvor schon gehört, im Internet habe ich auch die Leserbriefe gelesen. Weitere Gründe für Neutrauchburg waren auch, dass ich eine Ortsveränderung wollte. Isny liegt im Allgäu und die Stadt kannte ich schon und fühle mich dort wohl, auch die Landschaft finde ich schön. Ich wollte mir auch bewusst durch den Abstand zur Heimat, Zeit für mich nehmen.

Dr. König: Die Klinik Schwabenland kann auf viele Jahre Rehabilitationsmedizin zurückschauen, da die Rehabilitation für Innere Medizin - Kardiologie seit 1966 besteht.

### Was erwarten Sie von der Reha?

Ich erwarte mir, wieder Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit zu bekommen und eine weitere Verinnerlichung, der schon begonnen Umstellung von Lebensgewohnheiten, wie regelmäßiger Sport und regelmäßige gesunde Ernährung, hilfreiche Tipps und Informationen für eine ganzheitliche Gesundheitsförderung.

Dr. König: Herr Brunner, hat schon die richtige Einstellung für einen anhaltenden Rehaerfolg. Eines unserer Rehazielen ist es, die Ursachen oder Risikofaktoren zu erkennen und diese dann abzubauen beziehungsweise zu reduzieren. Dies wird einerseits über eine Optimierung der medikamentösen Einstellung erreicht aber auch die Änderung des Lebensstils und eine anhaltende Therapietreue zahlen sich aus und unterstützen den langfristigen Erfolg. In der Bewegungstherapie lernen die Patienten ihren Leistungsspielraum kennen und erlangen Sicherheit im Umgang mit der körperlichen Belastbarkeit. Natürlich ist ein wichtiges Ziel, dass die Patienten anschließend wieder ins Berufsleben eingegliedert werden. Die Krankheitsbewältigung wird in psychologischen Gesprächen behandelt, da die Patienten meist plötzlich und unerwartet mit der Erkrankung konfrontiert wurden.

### Fühlen Sie sich wohl in der Klinik?

Das herzliche Leitbild, das die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Klinik Schwabenland erarbeitet haben und leben, hat mich angesprochen. Die vielen Kontakte mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Klinik empfinde ich als wertvoll und die fachliche sowie soziale Kompetenz schätze ich sehr hoch ein. Ich fühle mich absolut wohl und meine Erwartungen wurden übertroffen – in jeglicher Hinsicht.

Welche Erfahrungen haben Sie jetzt nach drei Wochen Rehabilitation?

In der Rehabilitation gibt es ein gutes Basisprogramm. Dr. König legte zu Beginn der Reha mit mir Rehazielen fest. Durch zusätzliche Verordnungen hatte ich noch die Möglichkeit an weiteren Gruppen teilzunehmen, u.a. auch im Therapeutischen Bewegungszentrum Neutrauchburg, das zu den Neutrauchburger Kliniken gehört, und konnte so optimal für mich alles umsetzen und nutzen.

Dr. König: Herr Brunner hatte ja Glück, dass durch die noch rechtzeitige Behandlung, ein Herzinfarkt verhindert werden konnte. Er konnte daher auch in einer höheren Belastungsgruppe in der Therapie einsteigen. Neben Gymnastik, Spiel- und Ausdauertraining wird auch eine gezielte Medizinische Trainingstherapie, ein leichtes Krafttraining, angeboten.

Welche Anwendungen hatten Sie außer Sport- und Bewegungstherapien, physiotherapeutische und physikalische Therapien noch?

Außer an Sport nehme ich noch an Ernährungsvorträgen und am Lehrkochen teil, sowie an Gesundheitsvorträgen rund ums Herz. Jeder Patient ist eigenverantwortlich im Umgang mit dem Essen, auch am Buffet, es ist alles erlernbar. Ich habe mir vorgenommen, diese Erkenntnisse umzusetzen und ich möchte mein Gewicht halten. Seit dem Krankenhausaufenthalt habe ich sieben Kilo abgenommen.

Hat die Reha ein Umdenken bewirkt?

Am Anfang der Reha war ich sehr müde und brauchte Zeit um den Eingriff zu verarbeiten. Hier halfen mir auch die psychologischen Gespräche. Nachhaltig gut bekamen mir die Entspannungstherapien, aber auch die sich verändernde, sehr positive Körperwahrnehmung unterstützt mich in der Genesung. Bei allem was ich anpacke, versuche ich mein Bestes zu geben und dies gilt vor allem auch im beruflichen Alltag. Die Arbeitslast und das Tempo das ich gefahren bin, waren sehr hoch. Rückblickend betrachtet weiß ich, dass ich der eigenen körperlichen Gesundheit mit Ernährung, Fitness und Entspannung sowie der Beziehung Familie – meinem Ehepartner, Kinder, Freunde - zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt habe. Die Lebensbalance hat ein Stück weit gefehlt. In der Reha habe ich die Möglichkeit Grundeinstellungen zu überdenken und zu reflektieren, um dann Ziele neu festzulegen.

Dr. König: Herr Brunner ist kein typischer Patient mit den üblichen Risikofaktoren, wie Rauchen bzw. Übergewicht und wenig Sport treiben. In seinem Fall spricht eher das berufliche Tempo eine Rolle, weitere Einflüsse können eine mögliche familiäre, genetische Belastung und grenzwertig erhöhte Cholesterinwerte sein.

Wenn Sie zu Hause sind, wie geht es weiter?

Step by Step entschlossen mit der Umstellung der während der Reha gefassten Ziele beginnen bzw. Umstellungen, wie regelmäßig Sport zu treiben auch auf regelmäßige Ernährung zu achten etc., fortzusetzen.

Haben Sie sich sportliche Pläne für die Zukunft vorgenommen?

Ja, ich habe erkannt, dass die Gymnastik meinem Körper sehr gut tut. Im Abschlussgespräch mit Dr. König wird noch besprochen, wie es nach der Rehabilitation weitergeht.

Im Juni bin ich voraussichtlich wieder in Isny, um am Lauf auf den „Schwarzen Grat“ teilzunehmen, so es terminlich passt, so gut fühle ich mich gerade.

Dr. König: Empfehlungen für Herrn Brunner sind auf jedenfalls regelmäßige kardiologische Nachuntersuchungen und Laborkontrollen, besonders sind die Cholesterinwerte zu beobachten.

*Erklärung Stents: Ein Stent, auf deutsch Gefäßstütze, ist ein medizinisches Implantat, in Form eines „Röhrchens aus Metall“, das häufig in Blutgefäßen speziell den Herzkranzgefäßen eingesetzt wird, um nach deren Aufdehnung einen erneuten Verschluss zu verhindern.*

Die Klinik Schwabenland, eine von 18 Waldburg-Zeil Kliniken, ist eine Fachklinik für Innere Medizin mit den Bereichen Kardiologie und Onkologie. Im Rahmen von Anschlussbehandlungen oder Heilverfahren liegen die kardiologischen Schwerpunkte auf: Zustand nach Herzinfarkt, Zustand nach kardiologischer Intervention wie PTCA oder Stent-Einlage bei instabiler Angina pectoris oder akutem Koronarsyndrom, Zustand nach chirurgischen Eingriffen an Herz- und Gefäßsystem, Zustand nach Herztransplantationen bzw. Herz-Lungen-Transplantation, Zustand nach kompliziert verlaufenden entzündlichen Herzerkrankungen, schwer verlaufende Kardiomyopathien, schwere Herzrhythmusstörungen und nach Defibrillatorimplantation, arterielle Gefäßerkrankungen nach operativer oder interventioneller Therapie, Herz-Kreislauf- bzw. arterielle Gefäßerkrankungen aller Stadien einschließlich schwerwiegender kardiovaskulärer Risikofaktoren, Diabetes-Einstellung und Typ 2 Diabetikerschulung.

Die medizinische Rehabilitation wird unterstützt durch ein reiches Therapieangebot, Ernährungsberatung und Vorträge zur Gesundheitsbildung. Die Klinik Schwabenland ist mit 224 Einzelzimmern ausgestattet.

### **Kardiologie**

Klinik Schwabenland  
Waldburgallee 3-5  
88316 Isny-Neutrauchburg  
Telefon +49 (0) 7562 71-0  
Fax +49 (0) 7562 71-1295