

# Rotkreuz

Für Mitglieder, Freunde und Förderer  
aus dem Stadt- und Landkreis Karlsruhe

# MAGAZIN

2/2024

**PLANSPIELE**

JRK und  
Diplomatie

**WIE WAR'S?**

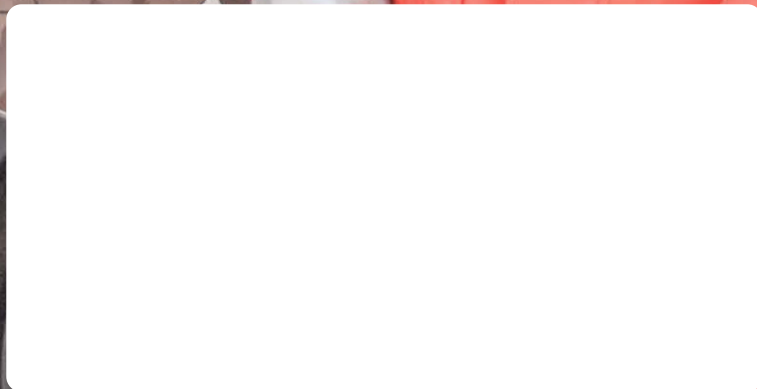
Ehemalige BFD'ler  
im Interview

FÜR DIE  
JÜNGSTEN

Kindernotarztwagen  
in neuer Gestalt

**#MAGNUMITER**

Großübung im  
Bevölkerungsschutz



# Titel

**Neues Kinder-Notarzt-Einsatzfahrzeug: Initiator Dr. Matthias Kuch und Team freuen sich über den tollen Fortschritt.**



8

**Igel Erwin hat sein neues Nest im Kindernotarztwagen bezogen.**



© Guido Benz

18

**Große Einsatzübung in Rheinstetten für Haupt- und Ehrenamt unter sehr realistischen Bedingungen.**



23

## DEUTSCHLAND & WELTWEIT

Klare Linie gegen Rassismus Seite 4

## AUS DEM DRK-KREISVERBAND

Google Streetview Aufnahmen Seite 5  
 Neue Kräfte für die ILS Seite 5  
 Kindernotarztwagen in neuer Gestalt Seite 6–8  
 Kunst im Christian-Griesbach-Haus Seite 9  
 Tauschaktion für Verbandskästen Seite 9  
 Freiwilligendienst beim DRK Seite 10+11  
 Planspiele beim JRK Seite 12+13

## AUS DEM EHRENAMT

Jetzt ehrenamtlich aktiv werden Seite 14  
 Aus- und Weiterbildung Seite 15  
 Kurzmeldungen Seite 16+17  
 Großübung im Bevölkerungsschutz Seite 18+19  
 Rätsel Seite 20  
 Doppelleben Seite 21  
 Blutspenden Seite 22  
 Einsatzübung in Rheinstetten Seite 23  
 Fastnacht in der Region Seite 24

## MEDIZIN & PRÄVENTION

Altersabhängige Makuladegeneration Seite 26+27

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Karlsruhe e. V., Am Mantel 3, 76646 Bruchsal, Tel.: 07251 922 0  
**Verantwortlich für den Inhalt:** Daniel Schneider, Kreisgeschäftsführer **Internet:** [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de)  
 Volksbank pur, IBAN: DE58 6619 0000 0000 0331 11, BIC: GENODE61KA1  
 Sparkasse Kraichgau, IBAN: DE92 6635 0036 0000 0680 08, BIC: BRUSDE66XXX  
**Redaktion & Layout:** Anja Wenz, DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V., Stabsstelle Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit, Kriegsstraße 45, 76133 Karlsruhe, Tel.: 07251 922 186, Fax: 07251 922 179, E-Mail: [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de)  
**Anzeigen:** Anja Wenz, Tel.: 07251 922 186, E-Mail: [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de). Die Anzeigen in dieser Ausgabe dienen der Refinanzierung des Rotkreuz Magazins. Werbliche Inhalte sind keine Empfehlung des Herausgebers.  
**Druck:** BADISCHE NEUESTE NACHRICHTEN Badendruck GmbH, Karlsruhe. Diese Zeitschrift ist auf umweltfreundlichem Recyclingpapier gedruckt. **Auflage:** 32.000 Exemplare  
**Adressänderung?** Bitte kurze Info an [mitglieder@drk-karlsruhe.de](mailto:mitglieder@drk-karlsruhe.de) oder telefonisch 07251 922 160  
**Redaktionsschlüsse:** Juli Ausgabe: 10. Juni; Oktober Ausgabe: 9. September; Januar Ausgabe: 25. November  
**Schriftgröße:** Für eine optimale Lesbarkeit drucken wir den Lauftext im Magazin mit 10 pt.



## Prof. Dr. Bernd-Dieter Gonska

STELLV. PRÄSIDENT DES DRK-KREISVERBAND KARLSRUHE E. V.

**Liebe Kameradinnen und Kameraden,  
liebe Mitglieder, Förderer und Freunde,  
liebe ehren- und hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen,  
liebe Unterstützende des DRK-Kreisverband Karlsruhe,**

wir durchleben spannende Zeiten. Ökonomisch, sozial, militärisch, politisch befinden wir uns – wie in der von Herrn Bundeskanzler Olaf Scholz gehaltenen Rede vom 27.2.2022 – in einer Zeitenwende. Eine Zeitenwende steht nach den Plänen und Gesetzentwürfen des Gesundheitsministeriums unter der Ägide von Herrn Prof. Lauterbach an.

Die Maßnahmenpakete des Gesundheitsministeriums sollen die ambulante Versorgung stärken, mit dem Anspruch einer schnelleren, effektiveren Patientenversorgung. Die Einschränkungen ergeben sich durch die aktuelle ärztliche Situation im niedergelassenen Bereich. Die Bereitschaft junger Kollegen und erfreulicherweise mit zunehmender Anzahl weiblicher Kolleginnen in die eigene Praxis und Niederlassung zu gehen wird geringer.

Im Rahmen der Krankenhausreform wird die sektorenübergreifende Zusammenarbeit zwischen Praxis und Klinik gefordert. Betroffen sind davon sog. Level 1 – Kliniken der Grundversorgung, die die Versorgung z. Bsp. in ländlichen Regionen übernehmen und die Notfallversorgung stärken. Kooperationen mit niedergelassenen Ärzten sollen damit ermöglicht werden. Das kann das Ende dieser Krankenhäuser und eine Schwächung der Notfallversorgung erbringen.

Die Krankenhausreform beinhaltet eine „Entökonomisierung und Qualitätssicherung“. Das bisherige System wird abgelöst. Es soll verhindert werden, dass Krankenhäuser nur bestimmte, gut bezahlte Leistungen erbringen. Die Qualität wird über Leistungszahlen, Erfolg und Komplikationsrate ermittelt.

Diese Maßnahmen werden zu einer deutlichen Veränderung der Kliniklandschaft führen. Was wird aus Fachkliniken? Es ergibt sich eine Verschiebung zu den großen Krankenhäusern, Maximalversorgern und den Universitätskliniken.

*„Das bisherige System wird abgelöst.“*

Die Kliniken sind unterfinanziert. Die Mehrheit der Ärzte beklagt den ökonomischen Druck auf medizinische Leistungen, 50 % der Kliniken haben finanzielle Probleme, 10–30 % der Kliniken sind akut Insolvenz gefährdet. Die vom Gesetzgeber gewollte Umstellung auf Vorhaltekosten und Fallerlöse soll eine Lösung erbringen.

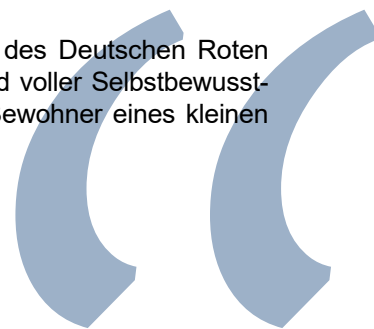
Von großer Bedeutung für die Kliniken ist die „Ambulantisierung“ von Leistungen. So werden z. Bsp. Herzkatheter mit Stentimplantationen oder Verödungstherapien von Herzrhythmusstörungen ambulant erbracht. Die Patienten werden dann bis 24 Uhr am Untersuchungstag entlassen. Eine generelle Empfehlung kann das nicht sein, da sie die Sicherheit der Patienten bei bestimmten Eingriffen nicht berücksichtigt. Ausnahmen sind allerdings in der Diskussion. Für die Kliniken ergibt sich hieraus eine Änderung des Organisationsablaufs.

Inwieweit die Rettungsdienste in die Reformen einbezogen werden, ist nicht erkennbar. Doch auch hier sind Veränderungen zu erwarten. Am 8.9.2023 hat Herr Prof. Lauterbach eine baldige Reform der Rettungsdienste verkündet. Ähnlich wie im Krankenhausbereich soll es eine Vorhaltefinanzierung geben. „Mindestpersonalausstattungen“ und Qualifizierungen werden gefordert. Die Befugnisse des Notfallsanitäters sollen erweitert werden. Ziel ist, gewisse Tätigkeiten des Notarztes von NotfallsanitäterInnen durchführen zu lassen.

Liebe Mitglieder und Freunde des Deutschen Roten Kreuzes. Wir schauen aktiv und voller Selbstbewusstsein in die Zukunft – wie die Bewohner eines kleinen gallischen Dorfes.

Mit herzlichen Grüßen  
Ihr

Prof. Dr. Bernd-Dieter Gonska,  
stellv. DRK-Präsident



# Klare Linie für Menschlichkeit und gegen Rassismus

## DIE ROTKREUZ-GRUNDSÄTZE:

Menschlichkeit  
Unparteilichkeit  
Neutralität  
Unabhängigkeit  
Freiwilligkeit  
Einheit  
Universalität



*Es ist Teil unseres Selbstverständnisses für die Menschlichkeit in allen Bereichen unserer Gesellschaft einzustehen!*

**Christian Reuter, Generalsekretär DRK**

Im Zeichen der Menschlichkeit setzt sich das Deutsche Rote Kreuz (DRK) für das Leben, die Gesundheit, das Wohlergehen, den Schutz, das friedliche Zusammenleben und insbesondere die Würde aller Menschen ein. Zu den aktuellen Ereignissen rund um ein Treffen zum Thema Vertreibung von Millionen von Menschen aus Deutschland sagt Christian Reuter, Generalsekretär des Deutschen Roten Kreuzes:

„Wie viele andere Menschen in Deutschland und innerhalb des DRK bin ich zutiefst beunruhigt über die aktuellen Ereignisse. Das Deutsche Rote Kreuz überprüft immer besonders sorgfältig, ob und wo es sich öffentlich äußert. Das erfordert unser Grundsatz der Neutralität.“

Die Ereignisse in Potsdam zwingen uns jedoch, eine klare Linie zu ziehen. Denn Vertreibung, Deportation als politischen Weg auch nur in Betracht zu ziehen, verbietet sich. Der im Grundsatz der Unparteilichkeit enthaltene Aspekt der Nichtdiskriminierung erfordert, dass das DRK ungeachtet von Persönlichkeit, Lebensweise oder Lebenslage Menschen zur Seite steht.

Um mit den vielfältigen Herausforderungen von Zuwanderung umzugehen und diese für alle Seiten langfristig positiv zu gestalten, braucht es eine systematische und differenzierte Herangehensweise und keinen Populismus. Wir setzen uns für eine vielfältige und diskriminierungskritische Gesellschaft ein und verurteilen jede Art von Rassismus. Es ist Teil unseres Selbstverständnisses für die Menschlichkeit in allen Bereichen unserer Gesellschaft einzustehen! Das Deutsche Rote Kreuz steht daher fest an der Seite derer, die nach Deutschland migriert sind, ohne nach den Gründen zu fragen.“ *Text: DRK*

# SUCHEN, FINDEN, UMSCHAUEN

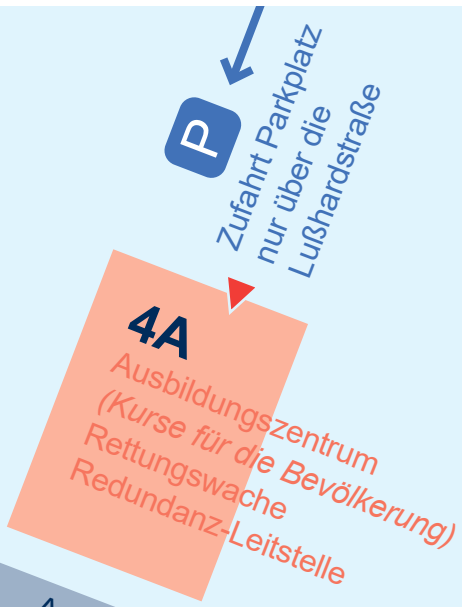
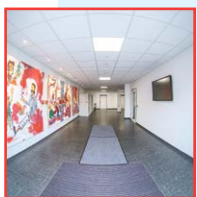
*Google Streetview war zu Gast bei uns in Bruchsal und hat spannende Aufnahmen gemacht.*



DRK Erste Hilfe-Ausbildungszentrum Bruchsal

Für BesucherInnen, die zum ersten Mal bei uns in Bruchsal sind, können die Gebäude und Begrifflichkeiten verwirrend sein. Nun sorgen die 365-Grad-Aufnahmen von Google Streetview für einen ganz besonderen Einblick.

Geben Sie folgende Suche bei Google ein: „DRK Erste Hilfe-Ausbildungszentrum Bruchsal“ oder „Am Mantel 4A Bruchsal“. Bei der Option Streetview können Sie nun die einzelnen Punkte der 365-Grad-Aufnahmen auswählen. Wir haben zudem die Möglichkeit genutzt, Ihnen einen Blick in die sonst nicht öffentliche Lehrrettungswache zu bieten. Schauen Sie rein! Damit Sie vor Ort die entsprechenden Eingänge finden, sind diese hier rot markiert.



## NEUE KRÄFTE FÜR DIE INTEGRIERTE LEITSTELLE KARLSRUHE (ILS)

**Lehrgang für Leitstellendisponentinnen und Leitstellendisponenten gestartet**

Seit dem 15.01.2024 findet in den Räumlichkeiten der Redundanz-ILS Karlsruhe, mit Standort in Bruchsal, ein Lehrgang zur Ausbildung neuer Leitstellendisponentinnen und -disponenten für die Integrierte Leitstelle Karlsruhe statt. Unter der Leitung von Serkan Altintas (DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.) und Stefan Kunzmann (Landkreis Karlsruhe), werden die sechs neuen Mitarbeiter/innen intensiv zu allen Themenbereichen der täglichen Leitstellenarbeit geschult und auf ihre zukünftige Tätigkeit vorbereitet.

Nach einer 6-wöchigen Theoriephase, folgen mindestens 240 angeleitete Praxisstunden im Realbetrieb der ILS Karlsruhe. Am Ende dieser Zeit, werden die Auszubildenden in einer schriftlichen und praktischen Leistungskontrolle auf Herz und Nieren geprüft. Mit bestandener Prüfung, erlangen die Auszubildenden die Bezeichnung „Disponent/in der Integrierten Leitstelle Karlsruhe“. Die Ausbildung auf der Redundanz-ILS vereint ideal den Realbetrieb mit der für die Ausbildung nötigen Ruhe.



# UNERMÜDLICHES TEAM BETREIBT DEN KARLSRUHER KINDERNOTARZTWAGEN

Die Initiatoren und Träger, eine Kooperation von Städtischem Klinikum Karlsruhe und DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V., blicken auf 20 Jahre, die das Fahrzeug und dessen Team im Einsatz sind. Am 28. Februar wurde das neue Fahrzeug offiziell der Kindernotaufnahme übergeben.

Zum Übergabe-Event in der Klinik wurden die Gäste vom Kaufmännischen Geschäftsführer Markus Heming begrüßt, an dessen Worte DRK-Präsident Heribert Rech anknüpfte: „Wir sind unheimlich stolz auf den Kindernotarztwagen und die ehrenamtliche Leistung dahinter.“

*Neues Einsatz-  
fahrzeug wurde  
dem Klinikum  
Karlsruhe  
offiziell übergeben.*

Als einer der Initiatoren berichtete Dr. Matthias Kuch von der Sinnhaftigkeit, den Anfängen und der Entwicklung der Kooperation. Tatsache ist bis heute, dass selbst erfahrene Notärzte die Kindernotfälle als herausforderndstes Szenario angeben. Dies liegt vielfach an der fehlenden

Routine, da solche Einsätze rechnerisch nur alle sechs bis acht Wochen vorkommen. Aber Kuch betont, dass Kindern eine besondere Verantwortung zukommen muss, sie sind unser aller Zukunft und haben die bestmögliche Versorgung verdient.

Die Herausforderung ihrer Notfallversorgung liegt schon in der physiologischen Natur, ein paar Beispiele: Der kleine Körper hat spezielle Bedürfnisse, die Medikamenten-Dosis variiert stark, die Vital-Parameter haben andere Normwerte. Wichtig ist auch, dass der kleine Patient Vertrauen gewinnt, hier müssen





© Bilder: Markus Kümmerle



die Fachkräfte oft einfühlsam Überzeugungsarbeit leisten. Hier spielt die Routine eine große Rolle, um schnell und adäquat Hilfe zu leisten. Die vier wichtigsten Indikationen für einen Kindernotarztwagen-Einsatz sind: Der Notarzt vor Ort fordert Hilfe der Spezialisten an, es droht eine (Früh-)Geburt bzw. komplizierte Hausgeburt, ein Herz-Kreislaufstillstand oder ein Polytrauma liegen vor. Seit knapp über 20 Jahren erfolgt nun die Alarmierung über die 112 und dennoch ist der Einsatzdienst für die Ärzte und Pflegepersonal ehrenamtlich, weil diese Initiative über dem Standard liegt.

Das rollende Fachpersonal ist nun mit einem Mercedes Vito aus dem aktuellen Standard der Notarzteeinsatzfahrzeuge unterwegs. Ein Notarzt-Einsatzfahrzeug (KFZ und Grundausstattung) schlägt mit nahezu 200.000 Euro zu Buche. Setzt man dies in Relation zu den Einsatzzahlen mit durchschnittlich 170 Kindernotfällen pro Jahr, ist das eine bemerkenswerte Investition.

Überwältigend ist dann die Tatsache, dass alles durch Spenden finanziert wird. Hier haben sich viele Freundschaften gefunden, z. B. mit Förderer Rainer Scharinger oder Spendenläufer Oliver Hölzer.

Damit gehört dem unermüdlichen Team von Förderern, Spendern, Ärzten, Pflegepersonal, dem Klinikum Karlsruhe und dem DRK-Kreisverband Karlsruhe das Schlusswort: Danke für die wertvolle Unterstützung! Der Karlsruher Kindernotarztwagen ist, und bleibt hoffentlich weiterhin, eine wahre Erfolgsgeschichte. ▶

*Eine wahre Erfolgsgeschichte!*



# TREUER BEGLEITER: IGEL ERWIN



Auf jeder Fahrt des Kindernotarztwagens an Bord: Das Maskottchen Igel Erwin. Er ist Tröster in der Not und macht sich für das Projekt stark. Jedes betreute Kind bekommt eine dieser Plüschfiguren.

Dank des Karlsruher Herstellers, Schaffer Collection, ist es dem DRK möglich, diese Spendenaktion anzubieten. In Lebensgröße war Erwin bei der Fahrzeugübergabe natürlich auch dabei.

*„In meinem neuen Auto fühle ich mich tierisch wohl, endlich mehr Platz.“*

*Igel Erwin, freudig quitschend*

Die kleinen Plüschfiguren haben abseits von Einsätzen zudem einen doppelten Nutzen: sie generieren Spenden für den Kindernotarztwagen. Unser Erwin kostet 10 Euro

und davon gehen 5 Euro an den Kindernotarztwagen und 5 Euro in die Wiederbeschaffung.

Verschenken Sie das Maskottchen Erwin in Ihrem Bekannten- und Freundeskreis und unterstützen Sie damit den Kindernotarztwagen. Am einfachsten ist, Sie kommen in der Karlsruher Geschäftsstelle vorbei (siehe Seite 17). Eine Bestellung kann auch telefonisch oder per E-Mail erfolgen (07215 922 189 oder [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de)).

## Darf Erwin mit in den Urlaub?

Unbedingt! Wir freuen uns, wenn Erwin auf Reisen geht. Haben Sie auch einen kleinen Erwin als Urlaubsbegleiter? Dann schicken Sie uns ein Foto mit der Ortsangabe an [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de).



© Felix Heil

## Malerdorflauf: Sport und guter Zweck erfolgreich vereint

Am 07.01.2024 wurde beim 5. Malerdorflauf eine 1,1 km Runde am Grötzingen Baggersee fleißig gelaufen, um für den Erhalt des DRK-Kindernotarztwagens Karlsruhe zu spenden. Dies ermutigte 347 Teilnehmende.

Im Lauf integriert gab es zusätzlich den „1. Grötzingen-Kita-Lauf“. Die Kita-Kinder „Obere Setz“ kreierte Entfernungsschilder, die alle 100 Meter an zu sehen waren. Mehrere Kinder schafften sogar mehr als eine Runde. Die Freiwillige Feuerwehr Grötzingen lief intern um die Wette, wer es in Montur mit Atemschutzgerät und Sauerstoffflasche am weitesten schafft. Sie kamen alle gut und mit einem Lachen zurück. Die DRK Bereitschaft Grötzingen verzeichnete keine Einsätze.

Die Organisatoren von Sportmodus e.V. sammelten durch die vergangenen Malerdorfläufe über 11.000 Euro

zum Erhalt des Kindernotarztwagens. Zur Freude einiger Kinder konnte der Wagen und dessen Ausstattung vor Ort aufmerksam erkundet werden.

Der Spendenscheck über stolze 2.300 Euro wurde dem Kindernotarztwagen, durch den Organisator Nils Gräber von Sportmodus e.V., zusammen mit der Bereitschaft des DRK Grötzingen übergeben.



© Axel Beyland



## Künstlerisch aktiv: Neue Möglichkeiten im Christian- Griesbach-Haus

Holzspieße für den Grill, Mundspatel, Streichhölzer, Lack und zwei Tuben Alleskleber. Mehr brauchte der Goldschmied Sergey M. aus Armenien nicht für die Fertigstellung seines Schiffsmodells. Einen Monat hat er daran getüftelt. Nun arbeitet er an einem weiteren Hingucker: „Ein Schiffsmodell, inspiriert aus dem 16. Jahrhundert“, so der Hobbybastler. Unterstützt wird er dabei von Erbihan, einem jungen Bewohner im Christian-Griesbach-Haus (CGH), der immer zur Stelle ist, wenn jemand Hilfe benötigt.

Sergey M. ist seit einigen Monaten als besonders Schutzbedürftiger in der Landeserstaufnahmestelle für Flüchtlinge, im Christian-Griesbach-Haus, untergebracht. Der DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. betreibt das Haus im Auftrag des Regierungspräsidiums Karlsruhe für das Land Baden-Württemberg. Die Tagesstrukturangebote hat der 53-jährige seit Beginn seines Aufenthaltes sehr gerne wahrgenommen.



© Erika Wagner, CGH

Nun ist er Dauerbesucher im neuen Kreativraum in der 4. Etage. Andere BewohnerInnen kommen vorbei, um seine Meisterwerke zu bestaunen. „Für so etwas fehlt es mir an Geduld und Fingerspitzengefühl“, sagt Shila aus Afghanistan lachend. Viel lieber nutze sie den Raum, um dort zu malen und zu basteln. Andere puzzeln, häkeln oder stellen kleine Taschen an der Nähmaschine her. Im neuen Kreativraum ist Platz für vielfältige künstlerische Aktivitäten. Wir freuen uns auf viele Kunstwerke!



## Helfer helfen Helfer: ADAC-Tauschaktion für Verbandskästen

**Mehr als 100 alte oder unvollständige Verbandskästen bei ADAC Tauschaktion zusammenkommen. Das Deutsche Rote Kreuz Kreisverband Karlsruhe nutzt diese nun für die Jugendarbeit.**

Im Rahmen einer Tauschaktion hat der ADAC Nordbaden e.V. im Herbst alte Verbandskästen gesammelt. Wer einen alten im Aktionszeitraum in den ADAC Geschäftsstellen in Heidelberg, Bruchsal, Karlsruhe, Mannheim oder Pforzheim abgegeben hat, erhielt den neuen Verbandskasten zum Sonderpreis. Die gesammelten Erste-Hilfe-Taschen wurden im Dezember an das Deutsche Rote Kreuz Kreisverband Karlsruhe e.V. übergeben und kommen dort der Jugendarbeit zugute.

Mehr als 100 Verbandskästen kamen bei der Tauschaktion zusammen. Der DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. nahm die Spende gerne für seine Jugendarbeit entgegen. Martin Kohl, unter anderem zuständig für die DRK-Ortsvereine und Bereitschaften, freut sich über die Spende: „Wir freuen uns sehr, dass die Jugendarbeit und deren Ausbildung gefördert wird. Das ausgediente Material kommt damit einem so wichtigen Zweck zu und hat sogar im Sinne der Nachhaltigkeit nun eine 2. Aufgabe.“

Auch Marc Nagel, Gesundheitsmanager des ADAC Nordbaden e.V., ist glücklich, dass die Erste-Hilfe-Kästen eine sinnvolle Verwendung und die Tauschaktion so erfolgreich war. „Nicht nur, dass nun wieder zahlreiche Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer mit neuen, voll ausgestatteten, Verbandskästen unterwegs sind, sondern auch noch die wichtige Jugendarbeit des DRK von unserer Tauschaktion profitieren kann, freut uns natürlich sehr“, so Nagel. *Text: ADAC*



Schule fertig, und jetzt?

# Gewiss- heit? Sicher. Frei- willig!

*Mit großen Fragen beschäftigen sich die Schulabsolventen: Wie geht es weiter? Weiß ich, was ich will? Ist das, das Richtige? Das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) oder der Bundesfreiwilligendienst (BFD) kann wertvolle Orientierung bieten und nimmt etwas Druck raus, während man gleichzeitig viel über sich selbst und fürs Leben lernt. Wir haben zwei ehemalige Freiwilligendienstleistende steckbriefähnliche Fragen gestellt mit einem erstaunlichen Tenor: Gewissheit!*



## Niklas Eisen

### FREIWILLIGE ZEIT:

Sept. 2022 bis Aug. 2023

### HEUTE:

Studium der Kindheitspädagogik  
und bald Soziale Arbeit

### DREI HASHTAGS ÜBER MICH:

#offen #belastbar #empathisch

**Nach der Schule dachte ich**, die Zukunftsplanung überfordert mich. Ich war unsicher, was ich machen oder werden wollte. Dann habe ich mir bewusst ein Jahr Zeit genommen, mir Klarheit darüber zu verschaffen.

**Ein BFD war für mich...** eine der wichtigsten Erfahrungen! Ich habe

viele Perspektiven gesehen auch die Sicht auf mich. Zudem wollte ich den Schulkontext erst einmal hinter mir lassen.

**Das DRK war...** zunächst nicht auf meiner Liste, aber das breite Angebot und meine Einsatzmöglichkeit überzeugte mich. Und das DRK zeigte sich sehr offen gegenüber der jungen Generation.

**Mein Aha-Moment...** hatte ich, als mir klar wurde, dass die sozialen Berufe in ihrer Fülle nicht sichtbar sind. Die Vielfalt, die sich mir auftut, war total beeindruckend.

**Das BFD veränderte...** meine Sicht auf die Menschen und auf mich und meine Fähigkeiten. Ich hätte vorher nie damit gerechnet, dass die soziale Arbeit für mich als Berufsfeld in Frage kommt.

**Meine größte Entwicklung...** habe ich sicher zwischenmenschlich gemacht. Heute kann ich gut auf Fremde zugehen, ich kann deren

Probleme empfinden und Lösungen entwickeln. Ich bin im Reflektieren gewachsen – im Hinblick auf mich, meine Arbeit und mein Umfeld.

### SchulabgängerInnen rate ich...

unbedingt ein soziales Jahr zu machen, auch wenn das Berufsziel klar ist! Man kann unheimlich viel lernen, sich persönlich entwickeln und seine Sichtweisen ändern.

### Für die junge Generation wünsche ich mir...

dass sie wieder positiver in die Zukunft blickt, nicht schwarzmalen, anpackt, aktiv wird. Man sollte nicht resignieren, bevor man es überhaupt versucht hat.

Sie haben Interesse an einem BFD oder FSJ? Wir suchen dringend Unterstützung für die sozialen Dienste:

- ▶ Ausfahrten von Essen
- ▶ Freizeitgestaltung mit Klient\*innen
- ▶ Bürotätigkeiten der Geschäftsstellen



Lust auf ein Jahr Zeit zur Orientierung? Wir begleiten Sie gerne. Bewerben Sie sich per E-Mail an [freiwilligendienste@drk-karlsruhe.de](mailto:freiwilligendienste@drk-karlsruhe.de)



## Niklas Müller

### FREIWILLIGE ZEIT:

Sept. 2021 bis Aug. 2022

### HEUTE:

Studium Soziale Arbeit

### DREI HASHTAGS ÜBER MICH:

#engagiert #musikalisch #neugierig

**Nach der Schule dachte ich**, ich möchte Lehrer werden und dazu Politikwissenschaften und Englisch studieren.

**Ein BFD war für mich...** wegweisend! Mit dem Freiwilligendienst wollte ich nur kurz die Komfortzone verlassen, habe dann aber sogar meine Lebenspläne verworfen.

Mir wurde klar, dass mich die Soziale Arbeit erfüllt, ich aktiv helfen möchte. Ohne das BFD hätte ich diese Leidenschaft nicht entdeckt.

**Das DRK war...** ein Sprungbrett. Die Seminare während dem Freiwilligendienst eröffneten mir erst die Welt und die Möglichkeiten der Sozialen Arbeit.

**Mein Aha-Moment...** kam, als ich spürte, ich bin ein vollwertiges Teammitglied und man schenkt mir Vertrauen. Ich erlebte Selbstwirksamkeit, ich konnte konkret etwas bewegen, positiv verändern.

**Das BFD veränderte...** alles, auch meine Sicht auf mich selbst. Es ist eine hohe Form der Erfahrung. Die Arbeit mit Menschen und deren Schicksale prägt.

**Meine größte Entwicklung...** fand wohl bei meiner Kommunikation statt. Ich lernte eine neue Art von Empathie und Verständnis. Ich

entwickelte eine Feinfühligkeit im Umgang mit den Menschen.

### SchulabgängerInnen rate ich...

auf jeden Fall einen BFD zu machen! Es hilft nicht nur auf der Ebene ein Arbeitsfeld zu finden, sondern auch persönlich zu wachsen. Es ist eine ungebundene Erfahrung, ohne Verpflichtung.

### Für die junge Generation wünsche ich mir...

dass sie in der gesellschaftlichen Teilhabe aktiver wird. Einmischen, Stimme erheben und Engagement zeigen. Die Jugend ist weltoffen wie keine andere Generation, aber dennoch steigt der Hass. Das muss sich ändern.



# ALLES NACH PLAN?

## NEUES FORTBILDUNGSFORMAT: PLANSPIELE

Das Jugendrotkreuz im DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V. hat gleich zwei Planspiele im diesjährigen Aus- und Fortbildungsplan.

Was ist ein **Planspiel** überhaupt? Unser gesellschaftliches Miteinander ist immer auch Verhandlungssache; Wer bekommt was? Und wie viel? Und warum?

In Schule und Verein, Job und Freizeit befinden wir uns immer wieder in Situationen, in denen wir entgegengesetzte Interessen vereinigen

und Entscheidungen über die Verteilung von Ressourcen, Macht, Sicherheit, Autonomie usw. treffen müssen. So lernen wir vom Leben – was immer lehrreich, manchmal aber auch eine große Herausforderung ist.

Die Methode Planspiel ist eine spielerisch aktivierende und nachhaltige

Form, gesellschaftlich, wirtschaftlich und politische Herausforderungen und Konflikte zu begreifen. Sie ermöglicht selbstgesteuertes und kreatives Arbeiten sowie ganzheitliches Lernen, da neben dem traditionell privilegierten kognitiv-intellektuellen Lernen auch affekt-emotionale Aspekte angesprochen werden.

### „Die Jungen Verbandlinge“



Das Planspiel zielt darauf ab, junge Menschen ab 12 Jahren für die Gremienarbeit in einem Jugendverband zu motivieren und darin zu bestärken, sich gemeinsam für ein respektvolles Miteinander einzusetzen.

Die spielerische, aktivierende Methode Planspiel ermöglicht den Teilnehmenden einen Perspektivwechsel und die Stärkung der eigenen Empathiefähigkeit genauso wie das Durchdringen und Erleben der Komplexität demokratischer Aushandlungsprozesse. Im Planspiel werden darüber hinaus Moderations-, Argumentations- und Verhandlungskompetenzen der Teilnehmenden gestärkt.



### „Die fünfte Genfer Konvention“



Erlebt selbst eine diplomatische Konferenz zu Regeln für bewaffnete Konflikte im digitalen Zeitalter.

Für Jugendrotkreuzmitglieder ab 16 Jahren besonders für die Gruppen- und Jugendleitungen ein ganz besonderes Gruppenerlebnis. Die TeilnehmerInnen erfahren, wie es ist, wenn Staaten über Menschlichkeit für bewaffnete Konflikte verhandeln.

Diese Aspekte helfen dabei, neue Perspektiven einzunehmen, Empathie für andere und deren Interessen und Bedürfnisse zu entwickeln und Zusammenhänge und Prozesse nachzuvollziehen.

Die Anmeldung erfolgt wie gehabt über die Webseite [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de) > Fortbildungen für das Ehrenamt > Jugendrotkreuzfortbildungen

Scan mich!



## TERMINE Mach' mit!



**06. + 07.04.2024:**  
Notfalldarstellung Grundlehrgang

**27.04.2024:**  
JRK-Kreiswettbewerb 2024  
in Untergrombach



Der DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V. begrüßt 15 neu ausgebildete Gruppenleitungen.



© DRK KV KA

## Hurra, geschafft!

Herzlichen Glückwunsch an die Teilnehmenden zum bestandenen Gruppenleiterlehrgang 2024! An drei kompletten Wochenenden wurden 15 Teilnehmende nach JuLeiCa-Standards qualifiziert. Es ist die Basisausbildung für die Leitungsfunktion im Jugendrotkreuz, neben dem Rotkreuz-Einführungsseminar und einem Erste-Hilfe-Kurs.

Wir freuen uns für die Ortsvereine Landshausen, Hohenwettersbach, Blankenloch, Helmsheim, Graben-Neudorf, Grötzingen, Karlsruhe-Stadt für Mühlburg, Weingarten, Untergrombach, Waghäusel und Berghausen die jetzt in Sachen Jugendarbeit neue Unterstützung bekommen haben.



# EHRENAMT – jetzt!

## Gesucht: Rettung für die Retter

**Zeigen wir gemeinsam Einsatz! Zeit ist heute das wohl wertvollste Gut, sie wird in Geld aufgerechnet oder stellt sozusagen ein Stück der Lebenszeit dar. Haben Sie noch etwas Budget auf dem Zeitkonto?**

## Die Währung Zeit

Viele Talente, eine Idee: Menschen helfen. Ein DRK-Ehrenamt ist wertvoll und sinnvoll zugleich. Dabei muss man nicht immer direkt im Notfallgeschehen aktiv sein. Die Tätigkeitsbereiche sind oft sehr breit und bieten auch für Quereinsteiger den passenden Platz. Ins Gespräch kommen ist der erste Schritt.

## Wie kann das konkret aussehen?

Helfen kann jeder! Egal ob man beispielsweise ein handwerklicher Alleskönner, Held in der Küche oder Star im Internet ist: Sie werden gebraucht. Konkret: Eine DRK-eigene Veranstaltung summiert nahe-

zu alles: Orga-Talente, Logistiker, Zuckerbäcker, Grillmeister, DJs, Deko-Queens oder auch Putzfeen. Eine Vielfalt der Tätigkeiten, die letztlich alle ein Ziel verfolgen – helfen. Für die zentralen Aufgaben einer DRK-Bereitschaft werden aber selbstverständlich Aus- und Weiterbildungen angeboten. Einen Einblick bekommen Sie auch auf Seite 21.

## Kann es losgehen?

Reinschauen ist immer möglich und unverbindlich. Die Übersichtskarte macht deutlich, dass im Kreis nahezu jede Gemeinde DRK-Vereine hat. Kontakte und Ansprechpartner findet man auf [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de) > Das DRK > Ortsvereine. Los geht's!



## Achtung: Enorme Nebenwirkungen im Ehrenamt:

- ✓ Sinn
- ✓ Ziele
- ✓ Empathie
- ✓ Wissen
- ✓ Selbstwirksamkeit
- ✓ mentale Fitness
- ✓ Zufriedenheit
- ✓ Spaß
- ✓ Selbstvertrauen
- ✓ Gemeinschaft
- ✓ Teamwork
- ✓ Anerkennung
- ✓ Dankbarkeit

# Neue Atemwegs- sicherungstechnik beim Herz-Kreislauf- stillstand

*Larynxtuben gehören bald der Vergangenheit an: Atemwegshilfe der zweiten Generation des Typs „i-gel“ kommt.*

Im Rahmen der regelmäßigen Überprüfung der Handlungsanweisungen wurde vom DRK-Bundesverband über die DRK-Landesärzte Ende letzten Jahres ein Wechsel der bei Herz-Kreislaufstillständen verwendeten Hilfsmittel zum Freihalten der Atemwege empfohlen. Anstelle der bisher verwendeten Larynxtuben sollen die SanitäterInnen nun in der Anwendung von Atemwegshilfen der zweiten Generation des Typs „i-gel“ geschult werden.

Damit dies in der Fläche umgesetzt werden kann, wurden nun im DRK-Ausbildungszentrum in Grötzingen SanitätsausbilderInnen, ÄrztInnen und NotfallsanitäterInnen als Multiplikatoren geschult. Kreisbildungsleiter Matthias Krause erklärte zu Beginn der Multiplikatorenschulung den medizinisch-technischen Hintergrund und die Funktionsweise der neuen Atemwegshilfe i-gel.

„Die Atemwegshilfe i-gel hat einen weichen, gelartigen Abdichtungsmechanismus, der sich exakt über den Kehlkopf legt und abdichtet. Das Einführen des i-gel ist einfacher und das Risiko einer Verletzung der Schleimhäute im Rachen geringer“, so Matthias Krause.

Nach der theoretischen Unterweisung ging es an das Kennenlernen der Bestandteile der i-gel-Sets sowie das praktische Üben der einzelnen Handgriffe und deren Reihenfolge. *Text: Klaus Schorb*



**AUS DEM SEMINARPROGRAMM:**

## Die SAN Box ist da!

*Neues Kurskonzept für die Sanitätsdienstausbildung im Ehrenamt.*

Lange ersehnt wurden bereits im Januar alle Ausbilder in die neue Lehr- und Lernunterlage zur Sanitätsdienstausbildung (SAN-Lehrgang) des Bundesverbandes eingewiesen. Kurz darauf wurde an einem arbeitsintensiven Samstag das neue Kurskonzept erarbeitet. Es galt einen Stundenplan für insgesamt zehn Lehrgangstage und Prüfungstag zu erstellen, Videos und Unterrichtsmaterial zu sichten und aufzubereiten.

In nun 80 Unterrichtseinheiten werden die HelferInnen auf alle Notfallarten vorbereitet, auf die sie bei Helferdiensten, sei es bei Sportereignissen oder in der Notfallhilfe, treffen können.

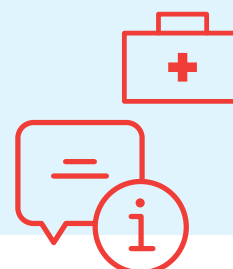
Klaus Schorb, u. a. SAN-Ausbilder strahlt: „Praxis, Praxis, Praxis in Form von Gruppenübungen und Fallbeispielen stehen alle 10 Lehrgangstage im Fokus. Genau so haben wir uns das neue Kurskonzept gewünscht“.

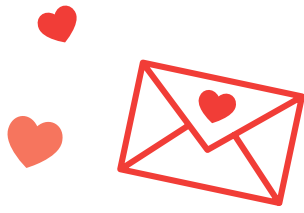
**ANMELDUNG:** Die BereitschaftsleiterInnen finden alle Informationen und die Anmeldung für ihre Aktiven auf [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de) > Fortbildungen für das Ehrenamt > Fachdiensausbildung und Zusatzqualifikation.

## Kommende Weiterbildungen

### SAN-Fortbildung

4. Mai 2024  
8:00–16:00 Uhr  
Ausbildungszentrum  
in Grötzingen





**POST VOM DRK**

## Die Haus- und Straßensammlung 2024

Auf die Plätze, fertig, los! Die Ortsvereine machen sich in Kürze wieder auf den Weg zu Ihnen bzw. zu Ihrem Briefkasten! In der Zeit zwischen dem 13. Mai und dem 21. Juni 2024 werfen sie ein liebes Briefchen ein. Alle freuen sich, wenn Sie sich fünf Minuten Zeit nehmen diesen zu lesen. Neben der Bitte um eine Spende, finden Sie darin aktuelle Informationen von Ihrem DRK vor Ort. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

### Kurz notiert

**8. Mai: Weltrotkreuztag**

Zum Gedenken an den Rotkreuz-Gründer findet jedes Jahr am 8. Mai der Weltrotkreuztag statt, dem Geburtstag von Henry Dunant.

**24. Juni 1859:**

Jahrestag der Schlacht von Solferino, als Schlüsselerlebnis der Rotkreuz-Gründung.



# ERSTER GENERATIONEN-Wechsel geglückt



Den Bericht der Bereitschaftsleitung (BL) bei der Mitgliederversammlung am 23.02.2024 trug Simon Maag (rechts) als Nachfolger von Holger Kröner vor. Die neue Führungsriege der Bereitschaft war bei ihrer jüngsten Bereitschaftsversammlung, am 27. Oktober 2023, gewählt und bei der Mitgliederversammlung formell bestätigt worden. Zudem konnte Sonja Klier als Bereitschaftsleiterin gewonnen werden und Henning

Kramer übernimmt die Stellvertretung vom BL. Simon Maag freut sich auf das neue Amt: „Mit Dankbarkeit für die Vergangenheit und Vorfreude für die Zukunft nehme ich die neue Herausforderung an!“ Ein erster Generationenwechsel scheint geglückt, dieser Wunsch klingt auch aus der Prognose des Vorsitzenden heraus, welcher seine letzte Amtsperiode bekräftigt hat. Neben der Nachwuchssuche im Allgemeinen wird ein Augenmerk auf der Suche oder Heranführung von seinem Nachfolger liegen. *Text: Anja Wenz*

**WEITERBILDUNG**

## Erster PEER-Prävention-Skills-Tag



Peers sind im Bereich Prävention engagiert – informieren also über Einsatzbelastungen, bevor sie entstehen. Sie können auch erste kollegiale Ansprechpersonen nach einem belastenden Einsatz sein, um mögliche Reaktionen einzuordnen und bei Bedarf niederschwellig Unterstützung zu vermitteln. Unter der Leitung von Heide Wieland und Dörte Schmidt fand am 02.03.2024 der Peer-Prävention-Skills-Tag an der DRK-Landesschule statt, an welchem drei Mitglieder der Peer-Präventionsgruppe des Kreisverbandes Karlsruhe teilnahmen. Die Inhalte und Übungen (Gesprächsführung, gewaltfreie Kommunikation, aktives Zuhören, Door-Opener, Stress und Stressbewältigung) dienten dazu, die eigenen kommunikativen Fähigkeiten aufzufrischen und zu verbessern. Eine rundum gelungene Weiterbildung attestierten die Teilnehmenden. *Text: Ricarda Fabry*



**VIDEO-TIPP**

## Die 112 gewählt und dann?

KraichgauTV war anlässlich dem Europäischen Tag des Notrufs (11.2.) in der ILS und bei den Einsatzkräften zu Gast. Wo landet der Notruf, wenn man die 112 wählt? Wer nimmt ab? Welche Einsatzkräfte werden alarmiert? All diese Fragen werden in einem informativen Video-Beitrag von KraichgauTV beantwortet. Kommen Sie mit und werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen, lernen Sie Menschen und ihre Berufe in der Rettungskette kennen.



Scan mich!



Die 112 gilt europaweit!

**FACHMESSE**

## Die RETTmobil: 15.-17. Mai 2024

In Fulda findet mit der RETTmobil jedes Jahr die „Internationale Leitmesse für Rettung und Mobilität“ statt. Weitere Informationen unter [www.rettmobil-international.com](http://www.rettmobil-international.com)

**RETTmobil**  
INTERNATIONAL



# EHRUNGSABEND DER STADT KARLSRUHE



© Heike Morasch, Text: Daniel Graf

Am Abend des 7. Dezembers 2023 fand im Bürgersaal des Karlsruher Rathauses ein Ehrungsabend statt, bei dem fünf Rotkreuzler für ihr ehrenamtliches Engagement innerhalb des Stadtkreises Karlsruhe ausgezeichnet wurden. In seiner Eröffnungsrede betonte Bürgermeister Albert Käuflein die Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements für die Stadtgesellschaft und bedankte sich bei allen Anwesenden für ihren Einsatz. Im Anschluss daran wurden die fünf Rotkreuzler namentlich aufgerufen und von Bürgermeister Käuflein mit Urkunde und Rose geehrt.

**Die Geehrten: Andreas Trenkle (Bereitschaft Hohenwetersbach), Fabian Spaethe (Bereitschaft Neureut), Michael Matern (Bereitschaft Albsiedlung), Marco Morasch (Bereitschaft Rüppurr), Patrick Breiter (Stadtbereitschaft Karlsruhe, nicht anwesend)**

## Geschäftsstelle Karlsruhe

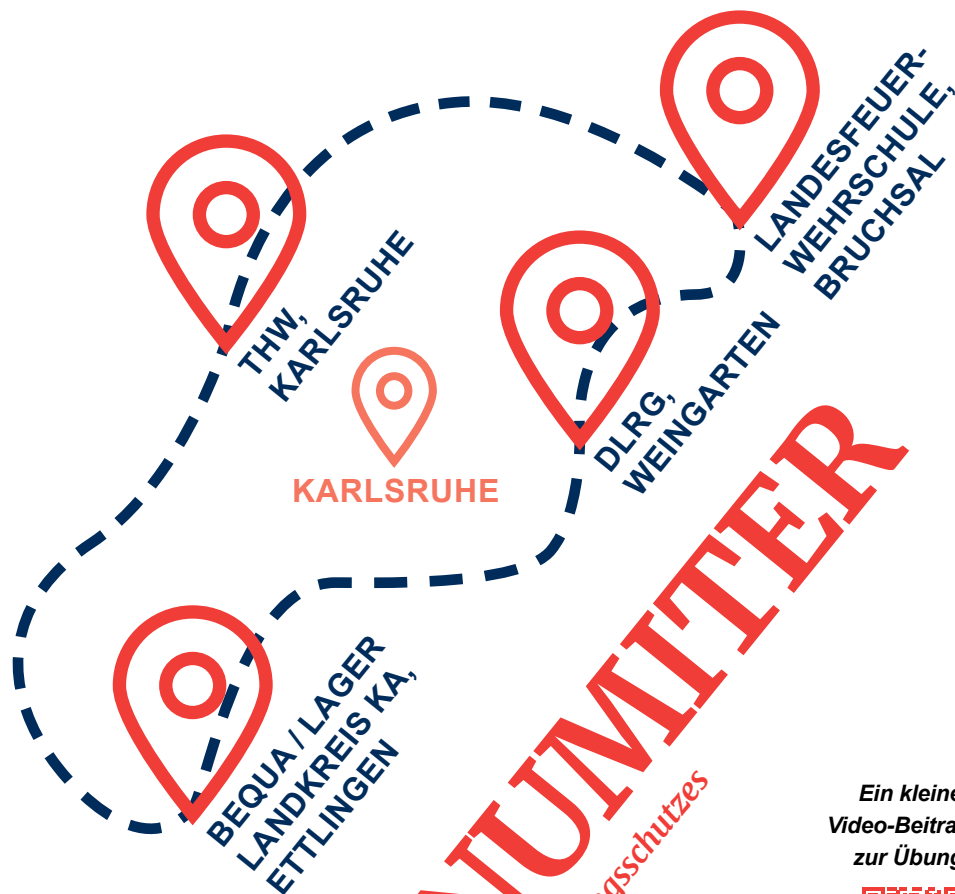


Kurz nach dem Einzug in die neuen Räume gab es leider direkt einen Wasserschaden, der die Mannschaft noch einmal ins Homeoffice verbannte. Fleißige Handwerker haben es ermöglicht, dass das Team aber inzwischen wieder eingezogen ist und sich nahezu fertig einrichtet hat. Die Eingangstür steht Ihnen wie folgt offen:

**Montag bis Donnerstag von 9 bis 12 Uhr sowie von 13 bis 15 Uhr und Freitag von 9 bis 13 Uhr.**

Aber: Dennoch ist für den Hausnotruf und den Hilfsmittelverleih eine Terminvereinbarung nötig, da nicht alles in Karlsruhe lagert. Rufen Sie uns einfach an.

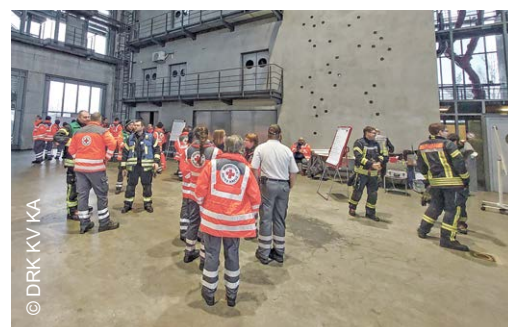
**Hilfsmittelverleih: 07521 922 189  
Hausnotruf: 07251 922 320**



# #MAGNUMITER

Die große Verlegeübung des Bevölkerungsschutzes im Landkreis Karlsruhe

Ein kleiner Video-Beitrag zur Übung:



**Haben Sie die Kolonnen mit Blaulicht und Flaggen gesehen? 200 Fahrzeuge und 1.200 Einsatzkräfte waren im Januar an der Marschübung beteiligt.**

Für die Bewältigung von Großschadenslagen, Krisen und Katastrophen stehen in den Landkreisen vorgeplante, interkommunale Einheiten zur Verfügung, die im Bedarfsfall überörtliche Hilfe leisten. An zwei Tagen im Januar fand eine sogenannte Verlegeübung mit dem Namen „magnumiter“ statt. Vielleicht haben Sie die Kolonnen mit Blaulicht und Flaggen gesehen? In Summe waren an beiden Tagen 200 Fahrzeuge und 1.200 Einsatzkräfte beteiligt.

Das Amt für Bevölkerungsschutz im Landkreis Karlsruhe hatte, unter der Leitung von Luca Arsic, jeweils ein tagesfüllendes Programm für die

überörtlich eingegliederten Hilfsorganisationen konzipiert. Nach dem Alarm trafen sich die DRK-Einsatzkräfte in der Sammelstelle ihrer jeweiligen Einsatzeinheit ein. Von dort ging es mit einem neuen Marschbefehl im Verband weiter auf die Rundfahrt mit vier Stationen. Dabei galt es Kommunikation, Koordination, Sonder- und Wegerecht (Blaulicht und Martinshorn) und das Fahren im Verband zu trainieren.

An den vier Stationen bekamen die Ehrenamtlichen Einblicke in die Arbeit von DLRG, THW, Feuerwehr und dem Landkreis. So lernten sich die vielen Akteure im Bevöl-



## GESCHLOSSENE VERBÄNDE

*Einen geschlossener Verband ist eine Aneinanderreihung vieler Fahrzeuge. Sie verschmelzen quasi zu einem Fahrzeug und kennzeichnen sich mit blauen Fahnen. Erst wenn das letzte Fahrzeug mit einer grünen Flagge vorbei ist, darf man sich einreihen. Auch Blaulicht an allen Fahrzeugen kann eine einheitliche Kennzeichnung darstellen. Wichtig: Das Einfahren in einen geschlossenen Verband ist nicht gestattet. Sobald ein geschlossener Verband auch Sonder- und Wegerechte hat (Blaulicht und Martinshorn) ist er von der Straßenverkehrsordnung befreit. Ihm ist dann unverzüglich freie Bahn zu schaffen!*

kerungsschutz besser kennen und der Austausch wurde gefördert. Auf dem Rundkurs waren an beiden Tagen große Verbände mit insgesamt 200 Fahrzeugen aller integrierten Hilfsorganisationen zeitversetzt unterwegs, damit man die Stationen abwechselnd durchlief. Aus den DRK-Kreisen übten zuerst die 5. Einsatzinheit (EE) Ost und 6. EE Mitte. Am zweiten Termin waren dann die Einsatzeinheiten Süd (4.) und Nord (7.) involviert.

Luca Arsic konnte bereits nach dem ersten Übungstag am 13. Januar ein positives Zwischenfazit ziehen. Der Übungsverlauf wurde gut be-

wertet – er freute sich, dass es keine Unfälle gab und der Zeitplan besser aufging, als gedacht. Sichtbar wurden nur kleine Schwachstellen in der Kommunikation, was letztlich auch Sinn und Zweck ist, denn nur mit diesen Testläufen sind die Gegebenheiten für den Ernstfall bereits verbessert. Zudem berichtete er von einem ebenfalls positiven Feedback der Bereitschaften. Sein erster Eindruck wurde am zweiten Übungstag (27. Januar) weiter gefestigt.

„Abschließend und lobend für alle teilnehmenden Einheiten mit ihren vielen Fahrzeugen kann festgestellt werden, dass beide Tage unfallfrei

über die Bühne gegangen sind und es auch zu keinen nennenswerten Behinderungen oder gefährlichen Situationen in den Marschverbänden gekommen ist“, resümierte Luca Arsic, sichtlich zufrieden über den Verlauf der „Großen Reise“ und den damit verbundenen Abschluss des Projekts „Überörtliche Einheiten“.

In Folge der Flutkatastrophe 2021 im Ahrtal wurden die Planungen für diese überörtlichen Katastrophenschutzeinheiten überarbeitet und erweitert. So gibt es inzwischen knapp 30 statt bisher 13 dieser Einheiten im Landkreis Karlsruhe. Das DRK war und bleibt eine verlässliche Größe.

# Rätsel

Machen Sie mit! Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir eine Ausgabe des Buches „Im Zeichen der Menschlichkeit“ und einen hochwertigen DRK-Kreisverband Karlsruhe Kugelschreiber.



Lösungswort auf einer Postkarte senden an\*:  
 DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V.  
 Kriegsstraße 45,  
 76133 Karlsruhe

Einsendeschluss:  
 10. Juni 2024

Gewinner Januar 2024:  
 Herbert Nagel, Linkenheim-Hochstetten  
 Volker Scheurer, Oberhausen-Rheinhausen

\*Der/die GewinnerInnen erklären sich mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden und werden schriftlich benachrichtigt.

Hauptheiligtum des Islams	Begriff aus der Klimatechnik	schweiz. Flächenmaß	Bauchpilz		Bezeichnung, Benennung	estnische Insel	Zeichen für Tellur	über eine Stiege nach unten		irisch-schott. Kette	lat.: Würfel
→	→	→	→		Hauptstadt von Kanada	→	→	→		14	→
Strauchfrucht	→		8							unentgeltlicher Lotterieschein	
→					Nomadenvolk der Sahara		weiblicher Naturgeist	→			5
veraltet: Schüler, Zögling		Schmier- vorrichtung		matte, deckende Farbe (Kurzw.)	13						
versteinert	→						frühere Münze in Finnland		sich entspannen (engl.)		Funk-, Radio-, Fernseh-zubehör
→	9			einer Sache Würde verleihen		kastenloser Inder	→			2	→
veraltet: ständig	Verpackungs- material		österr.: Beeren einzeln abplücken								3
ugs.: verloren (franz.)	→					digitales Buch (engl.)		Wasser- tiefenmesser	→		
→	10		Reini- gungs- gerät		Teil des Schafts antiker Säulen		7				
Mulde vor Gebirgs- wänden		Ab- wesens- beweis	→					Behälter für Paste		Bücher heraus- geben	
Infern. Standard- buchnum- mer (Abk.)	→				bewe- gungs- los		Halb- wüchsi- ger (engl.)	→			
dt. Zoologe (Bernhard) † 1987		ge- streiftes Wild- pferd		12	Rundbau					18	
→							1	Geburts- schmerz		Erhebung im Gelände	Held des indischen National- epos
Gewässer	→				Welt- hilfs- sprache		16	Beruf in der Textil- industrie	→		
Besei- tigung v. Miss- ständen	→								Arno- Zuffluss		15
Lebens- maxime (lat.)	→	6				islam. Frauen- gemach				11	
Prunk- wagen	→							17	nordi- sche Götter- botin		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----



## KOMM' INS KARLSRUDEL

ALLE SPIELE, STATS UND TICKETS UNTER:  
[PSK-LIONS.DE](http://PSK-LIONS.DE) / [@PSKLIONS](https://twitter.com/PSKLIONS)





© Bilder: DRK Oberderdingen



**Beim DRK kann man die bald 25-jährige fast noch als Neuling bezeichnen und dennoch ist Luisa Oumghar nach zwei Jahren im Rotkreuz-Verein Oberderdingen voll integriert und übernimmt einige Ämter. Darunter auch die Leitung der Bereitschaft.**

Die Leidenschaft für den Dienst am Menschen hat die gebürtige Münchnerin vor dem DRK bereits bei anderen Hilfsorganisationen für sich entdeckt. Dabei war sie nicht festgelegt auf den medizinischen Bereich, sie suchte ein Hobby, welches herausfordert, Spaß macht und einen tieferen Sinn für die Gesellschaft bedeutet. Das Rettungswesen war gleich ein Volltreffer.

### **Bildung und Zutrauen**

Ihre leise Sorge „Kann ich Leid und Verletzungen aushalten oder wird mir das zu viel?“ war total unbegründet. Das möchte Luisa Oumghar auch anderen ans Herz legen: „Man kann sich selbst überraschen und mit neuen Situationen oft besser umgehen, als man denkt,“ sagt sie aus eigener Erfahrung. Bei sich selbst nimmt sie deutlich wahr, dass ihre Belastbarkeit unter Stress enorm gestiegen ist. „Ich weiß was ich tun kann, wenn es jemandem nicht gut geht.“ DRK heißt Bildung und Zutrauen. Zudem bietet das Rote Kreuz genug Bereiche, bei denen man nicht am Patienten arbeitet. „Wir sind ein breit aufgestellter Verein, neben der Sanitätsarbeit kann man im Hintergrund, bei Events, im technischen Bereich oder in der Betreuung aktiv sein.“

Eher besonders scheint in Oberderdingen nicht nur der Krankentransportwagen mit 4 Tragen, wichtiger und gewinnbringend zeigt sich eine offene Vereinskultur. In der Bereitschaft mit 19 aktiven kennt man sich untereinander gut und kann ein wertschätzendes Miteinander pflegen. „Ich spüre hier, dass jeder voll dabei ist und etwas bewegen will“, schwärmt sie. Das trägt mit Sicherheit auch dazu bei, warum sich die Bereitschaftsleiterin über Neuzugänge freuen kann. „Bei uns hat jeder die Freiheit – gerade die Neuen – eigene Ideen, Kritik und Wünsche zu äußern. Das trägt Früchte. Neues kann entstehen, das finde ich total schön. Das kann ich auch übergreifend für die Zusammenarbeit mit anderen Ortsvereinen sagen. Wir sind wandelbar.“

Beruflich hat Luisa Oumghar bewusst einen Kontrast gewählt. Aktuell steht sie vor ihrem Abschluss zur Fahrdienstleiterin bei der Deutschen Bahn. „Das Hobby soll ein solches bleiben, damit es weiterhin Spaß macht“, ergänzt sie. Ihr Zeit-Budget für das Ehrenamt ist hoch, aber dennoch findet man sie oft in der Natur oder beim Sport. Die Neugier ist ein Teil von ihr. Glücklich ist auch der

## **DOPPELLEBEN: LUISA OUMGHAR**

# **Überrasche dich selbst!**

Umstand, dass ihr Partner ebenfalls DRK-Bereitschaftsleiter ist und Zuhause viel inhaltliches und zeitliches Verständnis herrscht. Denn sie hat noch mehr auf der Liste: das Amt der Schriftführerin und die Öffentlichkeitsarbeit. „Ich bin mindestens jeden zweiten Tag für das Ehrenamt aktiv. Unsere Dienstabende finden beispielsweise wöchentlich statt.“

### **Gemeinsam auf dem Weg**

Im Team nimmt die Bereitschaftsleitung hier Neulinge bewusst an die Hand. „Wir finden gemeinsam heraus, wo die Stärken liegen und welchen Werdegang oder Interessen die Person verfolgen möchte. Je mehr wir werden, umso mehr können wir bewegen, noch mehr Projekte zum Wohle der Bevölkerung umsetzen. Jeder findet unsere Arbeit wichtig und wertvoll, aber nur wenige packen dann tatsächlich mit an.“ Das formuliert sie als Wunsch für die Zukunft, dass sich mehr Menschen überhaupt irgendwo ehrenamtlich einbringen, denn das tut einer Gesellschaft gut.



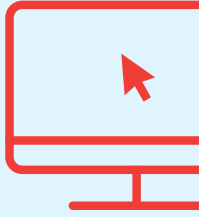
# BLUTSPENDE-TERMINE

## April bis Juni

Blutspende-Auskunft: 0800/1194911  
Spender-Gemeinschaft: [www.blutspender.net](http://www.blutspender.net)



Alle Termine,  
Informationen und  
die Termin-  
Buchung unter:  
[www.blutspende.de](http://www.blutspende.de)



Monat	Datum	Ort	Uhrzeit
APRIL	05.04.2024	KARLSBAD / ITTERSBACH	Grundschule Ittersbach 14:30–19:30
	08.04.2024	KARLSRUHE / STUPFERICH	Gemeindezentrum 15:30–19:30
	11.04.2024	KARLSRUHE	Albert-Schweitzer-Saal 14:30–19:30
	11.04.2024	KARLSDORF-NEUTHARD	Altenbürg Halle 14:30–19:30
	11.04.2024	WAGHÄUSEL / KIRRLACH	Rheintalhalle Kirrlach 14:30–19:30
	12.04.2024	RHEINSTETTEN / FORCHHEIM	Keltenhalle Mörsch 14:30–19:30
	15.04.2024	KARLSRUHE / NEUREUT	Badnerlandhalle 15:30–19:30
	16.04.2024	GRABEN-NEUDORF	Pestalozzi-Halle 14:30–19:30
	17.04.2024	BRUCHSAL / OBERGROMBACH	Turnhalle Obergrombach 14:30–19:30
	19.04.2024	MALSCH / VÖLKERSBACH	Klosterhof 14:30–19:30
	23.04.2024	PHILIPPSBURG / HUTTENHEIM	Bruhrainhalle 14:30–19:30
	25.04.2024	EGGENSTEIN-LEOPOLDSHAFEN	Rheinhalle 14:30–19:30
29.04.2024	PFINTZTAL / WÖSCHBACH	Mehrzweckhalle 14:30–19:30	
30.04.2024	OBERDERDINGEN	Aschingerhalle 14:30–19:30	
MAI	02.05.2024	HAMBRÜCKEN	Lußhardthalle 14:30–19:30
	06.05.2024	ODENHEIM	Mehrzweckhalle 14:30–19:30
	07.05.2024	KARLSRUHE / UNIVERSITÄT	Campus Süd im Festsaal der Mensa 10:00–15:00
	08.05.2024	BRETEN / NEIBSHEIM	Talbachhalle 14:30–19:30
	10.05.2024	KARLSRUHE / RÜPPURR	Evangelische Kirchengemeinde 14:30–19:30
	14.05.2024	WALDBRONN / ETZENROT	Kurhaus Reichenbach 14:30–19:30
	15.05.2024	BRETEN	Stadtparkhalle 14:30–19:30
	15.05.2024	MALSCH / KA	Theresienhaus 14:30–19:30
	15.05.2024	BRUCHSAL	Sporthalle Bruchsal 14:30–19:30
	16.05.2024	MALSCH / KA	Theresienhaus 14:30–19:30
	17.05.2024	DETTENHEIM / RUßHEIM	Pfinzhalle in Rußheim 14:30–19:30
	22.05.2024	KARLSRUHE / DURLACH	Weierhofhalle 14:30–19:30
22.05.2024	KRAICHTAL / MENZINGEN	Mehrzweckhalle 14:30–19:30	
JUNI	03.06.2024	KARLSRUHE / GRÜNWETTERSBACH	Sporthalle Wettersbach 14:30–19:30
	04.06.2024	UBSTADT-WEIHER / WEIHER	Mehrzweckhalle Weiher 14:30–19:30
	05.06.2024	SULZFELD	Ravensburghalle 14:30–19:30
	06.06.2024	ETTLINGEN / BRUCHHAUSEN	Franz-Kühn-Halle 14:30–19:30
	07.06.2024	WALZBACHTAL / JÖHLINGEN	Hasenhalle 14:30–19:30
	11.06.2024	KARLSRUHE	Albert-Schweitzer-Saal 14:30–19:30
	11.06.2024	KARLSBAD / SPIELBERG	Evangelisches Gemeindehaus 15:30–19:30
	14.06.2024	RHEINSTETTEN / NEUBURGWEIER	Festhalle 14:30–19:30
	18.06.2024	MÜNZESHEIM	Feuerwehrhaus mit Vereinsgebäude 14:00–19:30
	19.06.2024	BRUCHSAL / UNTERGROMBACH	Bundschuhhalle 14:30–19:30
	24.06.2024	PFINTZTAL / WÖSCHBACH	Mehrzweckhalle 14:30–19:30
	25.06.2024	PHILIPPSBURG / HUTTENHEIM	Bruhrainhalle 14:30–19:30
27.06.2024	ETTLINGEN	DRK-Haus 15:30–19:30	
27.06.2024	FORST	Alex Huber Forum 14:30–19:30	

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.

Der Zeitraum zwischen zwei Blutspenden muss mindestens acht Wochen (Tag der Blutspende plus 55 Tage) betragen. Männer können sechs Mal, Frauen vier Mal innerhalb von zwölf Monaten Blut spenden. Erstspender dürfen jüngstens 18 und ältestens 65 Jahre sein. Mehrfachspender/-innen können bis zur Vollendung des 72. Lebensjahres spenden.



# NotärztInnen und Auszubildende NotfallsanitäterInnen üben gemeinsam

*Einsatzübung der Feuerwehr Rheinstetten für Übung der fachbereichsübergreifenden Zusammenarbeit genutzt.*

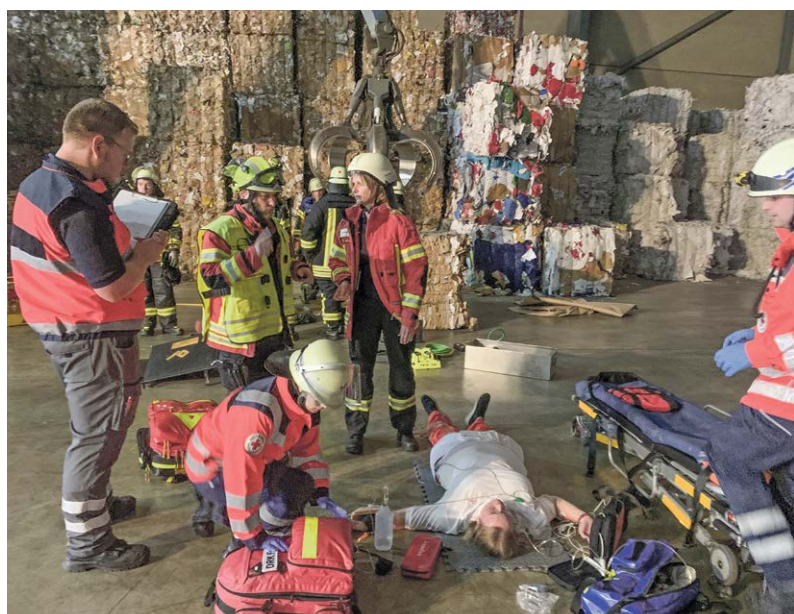
Sieben Auszubildende NotfallsanitäterInnen des DRK-Kreisverbands Karlsruhe, zwei Notärztinnen und ein leitender Notarzt vom Städtischen Klinikum Karlsruhe sowie die Notfallhilfe der DRK-Bereitschaft Neuburgweiler beteiligten sich mit vier Einsatzfahrzeugen an einer Übung der Freiwilligen Feuerwehr Rheinstetten. Der Einsatzort, mit mehreren eingeklemmten Personen war dabei eine von der Firma Südroh Recycling GmbH zur Verfügung gestellte Halle in Rheinstetten.

Das Szenario: Der Fahrer eines Baggers hatte einen Anfall bekommen und die Kontrolle über das Fahrzeug verloren. Der Arm des Baggers hatte sich dadurch unkontrolliert bewegt und einen Stapel aus mehreren jeweils fast eine Tonne schweren Papierballen umgeworfen, wobei zwei Mitarbeiter eingeklemmt wurden. Zwei weitere Mitarbeiter wurden von einem Gabelstapler erfasst, als der Fahrer versuchte mit seinem Fahrzeug dem Ausleger des Baggers auszuweichen. Der Staplerfahrer selbst hatte dann sein Fahrzeug verlassen und sich bei seiner weiteren Flucht zu Fuß durch einen Sturz das Sprunggelenk gebrochen.

## Ablauf real durchspielen

Die Einsatzkräfte sollten die Erkundung, Rettung, Erstversorgung und den Abtransport der Verletzten und die dazu notwendige hilfsorganisationsübergreifende Abstimmung an der Einsatzstelle üben. Um die in einer Halle aus mehreren Szenarien bestehende Übung zu planen, waren mehrere Vorbereitungsrounds zwischen dem Übungsplanungsteam der Feuerwehr Rheinstetten, unter Leitung von Herbert Steinhardt, dem Leitenden Notarzt Dr. Björn Bergau, Tom Reger für die Auszubildenden NotfallsanitäterInnen und Notfallhilfe Neuburgweiler und Klaus Schorb von Notfalldarstellung des DRK-Kreisverbands Karlsruhe sowie Thorsten Fuchs, dem Technischen Leiter der Firma Südroh Recycling GmbH, erforderlich.

Für die Auszubildenden NotfallsanitäterInnen war es eine sehr interessante Möglichkeit, nicht alltägliche Einsatzszenarien, in Zusammenarbeit mit erfahrenen NotärztInnen, der örtlichen Notfallhilfe und der Feuerwehr zu üben. In der Abschlussbesprechung wurden die Organisatoren von den Teilnehmer daher gefragt, wann die nächste derartige Übung stattfinden würde. *Text: Klaus Schorb*





# Fastnacht

## NÄRRISCHE TAGE AUCH FÜR DAS DRK – EIN EINBLICK:

© Martin Kohl

### Grötzinger Narrensprung

Am Sonntag, den 28. Januar 2024, fand der 9. Grötzinger Narrensprung in Karlsruhe Grötzingen statt (Bild oben). Bei bestem Wetter und viel Sonnenschein kamen zahlreiche Besucher, um die bunten und fröhlichen Umzugswagen sowie Fußgruppen zu bewundern. Der DRK-Kreisverband Karlsruhe, der ASB Karlsruhe und der Malteser Hilfsdienst waren mit 45 Einsatzkräften vor Ort, um die Veranstaltung sanitätsdienstlich zu betreuen.

Die Veranstaltung verlief ruhig und ohne größere Zwischenfälle. Die Anzahl der Versorgungen war für die Einsatzkräfte gut zu bewältigen. Bei den Versorgungen handelte es sich ausschließlich um Verletzungen oder Erkrankungen unter Alkoholeinfluss. Lediglich ein Patient musste zur weiteren Abklärung in ein Krankenhaus transportiert werden.

Der DRK-Kreisverband Karlsruhe bedankt sich beim ASB, dem Malteser Hilfsdienst und dem Veranstalter für die gute Zusammenarbeit und den reibungslosen Ablauf des Narrensprungs. Ein besonderer Dank geht an das DRK Grötzingen, für die hervorragende Verpflegung der Einsatzkräfte! *Text: Daniel Graf*

### Faschingsumzug Eggenstein

Mit einer starken Präsenz von 41 Einsatzkräften, aufgeteilt auf mehrere Fahrzeuge entlang der Umzugsstrecke und im Medical Center, gewährleistete das DRK eine umfassende medizinische Versorgung. Unter den Einsatzkräften war eine Notärztin, ein Notfallsanitäter und mehrere Rettungsanitäter sowie Rettungshelfer. Insgesamt waren acht Versorgungen zu verzeichnen.

Besonders hervorzuheben ist die Unterstützung durch die DRK-Gliederungen des Unterkreises Hardt. Teams von DRK-Vereinen aus Spöck, Linkenheim, Blankenloch und Liedolsheim waren vor Ort und leisteten einen wesentlichen Beitrag zum reibungslosen Ablauf des Sanitätsdienstes. Der Faschingsumzug in Eggenstein verlief sehr ruhig, was die präventive und professionelle Arbeit aller Beteiligten widerspiegelt.

*Text: Sascha Kemper*



© Sascha Kemper

### 1. DRK-Kinderfasching Hohenwettersbach



© Cornelia Ladra

Einen überwältigenden Zulauf konnte das DRK in Hohenwettersbach für den 1. eigenen DRK-Kinderfasching am 08.02.2024 verzeichnen. Ein schönes, friedvolles und ausgelassenes Fest, mit weit über 100 Kinder, ist das Fazit der Veranstalter. Geboten war für die Kinder zwischen 3 und 10 Jahren Musik, Tanz, Spiele, Kinderschminken und ein Snackangebot mit Berlinern und Hotdogs. Auch Igel Erwin feierte mit. Der Verein dankt allen für den Besuch aus nah und fern, sowie allen beteiligten Helferinnen und Helfern für die tatkräftige Unterstützung. Für eine derartige Veranstaltung ist Teamarbeit der zentrale Baustein für das Gelingen. *Text: DRK Hohenwettersbach*



## Wir trauern um unsere Verstorbenen:



**Brigitte Bergrath**, Sozialarbeit  
**Brundhilde Ochs**, Heidelberg  
**Ruth Bischoff**, Spöck



### CORNITEX

"Ihr Werbepartner seit 1987"

**Wir haben die Marken, Sie die Wahl !**

**Frühling, Sommer, Herbst und Winter**  
**Für jede Jahreszeit die passende Kleidung.**

Sportswear, Berufskleidung, Freizeit, Taschen,  
Rucksäcke, Caps, Pullover usw....  
Mit und ohne Werbeanbringung.  
Druck, Stick oder Gravur alles ist möglich.

\* Jedes registrierte DRK - Mitglied und  
DRK - Mitarbeiter/-in erhält 10 % Rabatt auf ALLES !

**CORNITEX** H. Nickel

Ihr starker Partner für Textilien, Werbemittel und Veredelung.

Philippsburger Str. 14, 76661 Philippsburg - Hu.  
Tel. 07256 / 5153 Fax 07256 / 92 34 26  
E - Mail: info@cornitex.de

Besuchen Sie unsere Website  
und stöbern Sie sich durch  
unseren Online Shop unter  
[www.cornitex.de](http://www.cornitex.de)

10 % für  
DRKler\*



**Wolfram Pfaus**  
Freier Architekt Dipl. Ing. (FH), M. Eng.

Planung ■ Bauleitung ■ Beratung ■ Gutachten

Amalienhof 1 · D- 75056 Sulzfeld  
Tel. 07269/960602 · Fax 07269/960603  
pfaus@pfaus-architekt.de · www.pfaus-architekt.de

## DRK-Notrufsysteme



„Im Notfall sind wir  
nicht auf uns  
alleine gestellt. Ein  
Knopfdruck genügt!“

Wir beraten  
Sie gerne!

Telefon: 07251 922 320 [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de)



## Kontaktieren Sie uns

### Ausbildung/Erste Hilfe

✉ [ersthilfe@drk-karlsruhe.de](mailto:ersthilfe@drk-karlsruhe.de)

Elvira Ismail

☎ 07251 / 922 122

Jürgen Lupberger

☎ 07251 / 922 124

### Betreuungsverein

✉ [betreuungsverein@drk-karlsruhe-stadt.de](mailto:betreuungsverein@drk-karlsruhe-stadt.de)

G.-Braun-Straße 10, 76187 Karlsruhe

Marius Schwarz

☎ 0721 / 97 13 104

### Rotkreuzdienste

Martin Kohl

☎ 07251 / 922 121

### Bewegungsgruppen

☎ 07251 / 922 189

### Essen auf Rädern

✉ [essen@drk-karlsruhe.de](mailto:essen@drk-karlsruhe.de)

☎ 07251 / 922 175

### DRK-Notrufsysteme

✉ [hausnotruf@drk-karlsruhe.de](mailto:hausnotruf@drk-karlsruhe.de)

Beatrice Kovacic

☎ 07251 / 922 172

Sabrina Linsel

☎ 07251 / 922 176

### Notrufzentrale

☎ 07251 / 922 0

### DRK-Notrufsysteme Außendienst

✉ [hausnotruf@drk-karlsruhe.de](mailto:hausnotruf@drk-karlsruhe.de)

Jana Rautenberg

☎ 07251 / 922 320

Cäcilia Busch

☎ 07251 / 922 320

Sabine Hessenauer

☎ 07251 / 922 320

Pascal Steiner

☎ 07251 / 922 320

### Jugendrotkreuz, Schulsanitätsdienst

✉ [jrk-buero@drk-karlsruhe.de](mailto:jrk-buero@drk-karlsruhe.de)

Sabine Raupp

☎ 07251 / 922 297

### Mitgliederabteilung

✉ [mitglieder@drk-karlsruhe.de](mailto:mitglieder@drk-karlsruhe.de)

Nina Jelinek

☎ 07251 / 922 160

Daniela Rupp

☎ 07251 / 922 162

### DRK-ServiceZeit

✉ [serviecezeit@drk-karlsruhe.de](mailto:serviecezeit@drk-karlsruhe.de)

☎ 07251 / 922 181

### FSJ/BFD-Beauftragter

✉ [freiwilligendienste@drk-karlsruhe.de](mailto:freiwilligendienste@drk-karlsruhe.de)

Johannes De Lage

☎ 0721 / 203910-28

### Suchdienst

Nina Jelinek

☎ 07251 / 922 160

✉ [jelinek@drk-karlsruhe.de](mailto:jelinek@drk-karlsruhe.de)

### W54 Gebrauchtes bringen oder kaufen

Weißhoferstraße 54-56, 75015 Bretten

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 10-13 Uhr

Team der W54

☎ 07252 / 9664237

[www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de)

[www.instagram.com/drk\\_kv\\_ka/](https://www.instagram.com/drk_kv_ka/)

[www.facebook.com/drkkarlsruhe](https://www.facebook.com/drkkarlsruhe)

# DRK-Medizinakademie

## Leitung:

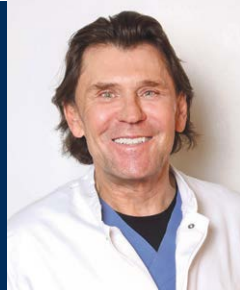
Prof. Dr. med. Bernd-Dieter Gonska, Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, internistische Intensivmedizin, Leiter der DRK-Medizinakademie

## Beirat:

Prof. Dr. med. Albert J. Augustin, Jörg Biermann, Prof. Dr. med. Curt Diehm, Dr. med. Felix Flohr, Dr. med. Bernhard Kessler, Priv. Doz. Dr. med. Stephan Kirschner MBA, Dr. med. Matthias Kuch, Patrick Kwik, Prof. Dr. med. Lars-Johannes Lehmann, Dr. med. Brigitte R. Metz, Dr. med. Dirk Meyer-Rogge, Prof. Dr. med. Dr. h.c. Uwe Spetzger, Petra Spitzmüller

## Die Altersabhängige Makuladegeneration

Prof. Dr. med. Albert Augustin, Facharzt für Augenheilkunde, Klinikdirektor der Augenklinik am Städtischen Klinikum Karlsruhe



© Wahapress/Wende!



### Einführung

Die altersabhängige Makuladegeneration (AMD) ist eine fortschreitende, degenerative Netzhauterkrankung mit Beteiligung der Makula. Dadurch wird die zentrale Sehschärfe reduziert und das Farbsehen beeinträchtigt. Bei den im Rahmen der AMD beobachtbaren Veränderungen, die nicht Teil des normalen Alterungsprozesses sind, unterscheidet man eine frühe AMD (mittlere Drusen, keine AMD-typischen Pigmentveränderungen), eine intermediäre AMD (große Drusen und/oder AMD-typische Pigmentveränderungen) und eine späte AMD. Die späte AMD wird unterteilt in eine feuchte Form (85 % der Fälle) und eine trockene Form (15 % der Fälle).

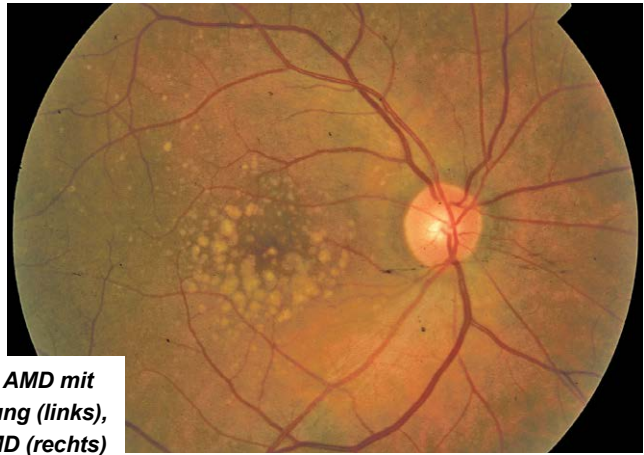
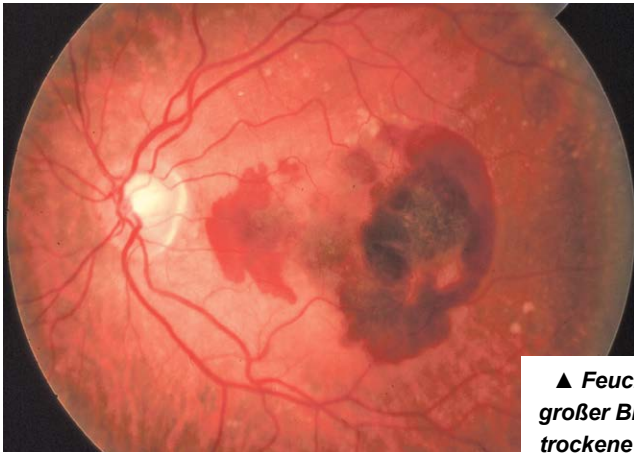
In den Industrienationen ist die AMD die häufigste Ursache für eine Erblindung nach gesetzlicher Definition jenseits des 55. Lebensjahres. Die Prävalenz der AMD nimmt mit dem Lebensalter zu. Bei 6,4 % der Bevölkerung zwischen 65 und 74 Jahren und 19,7 % der über 75-Jährigen bestehen Zeichen einer AMD.

### Risikofaktoren

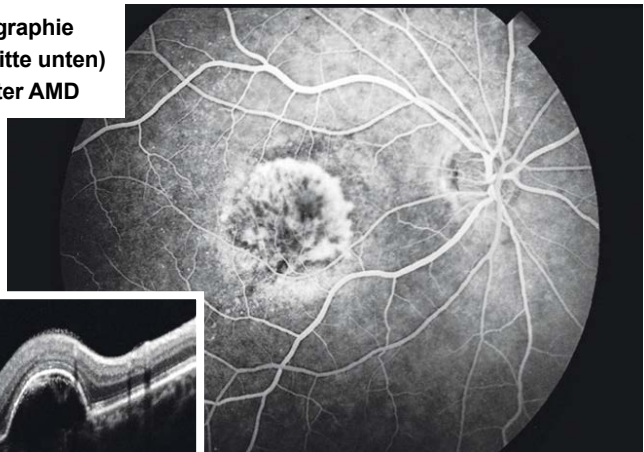
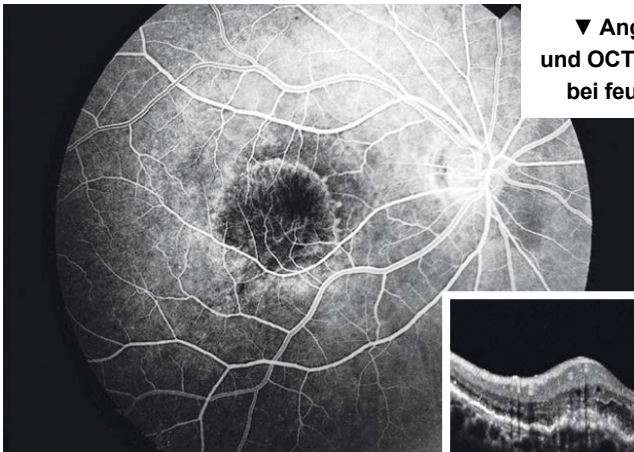
Mittlerweile konnten zahlreiche beeinflussbare und nicht beeinflussbare Risikofaktoren für die Entwicklung der Erkrankung identifiziert werden: Fortgeschrittenes Lebensalter, genetische Faktoren, Rauchen und Ernährungsgewohnheiten.

**NIKOTIN:** Es konnte ein direkter Zusammenhang zwischen Nikotinabusus und der Entwicklung der AMD mit einem um den Faktor 3,5 erhöhtem Risiko festgestellt werden.

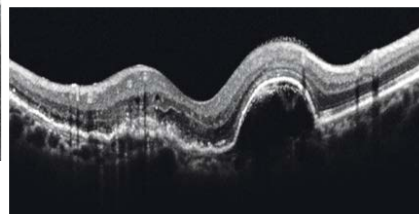
**FORTGESCHRITTENES ALTER:** Der Einfluss des Lebensalters ist wesentlich geringer als primär vermutet.



▲ Feuchte AMD mit großer Blutung (links), trockene AMD (rechts)



▼ Angiographie und OCT (mitte unten) bei feuchter AMD



© Bilder: Buch Augenheilkunde, Albert J. Augustin

**GENETISCHE DISPOSITION:** Hinweise aus Zwillingsstudien sowie multizentrischen Studien konnten genetische Risikofaktoren identifizieren.

**RASSENABHÄNGIGKEIT:** Geringe Prävalenz bei asiatischen und afrikanischen Individuen und entsprechend höhere Prävalenz bei pigmentarmen Individuen („AMD als Erkrankung des blonden, blauäugigen Menschen“).

**SYSTEMISCHE PRÄDISPOSITION:** Kardiovaskuläre Erkrankungen, nachgewiesener Hypertonus, Hormonstoffwechsel (östrogenale Stimulation erhöht das Risiko um Faktor 3,2), fettreiche Ernährung und Übergewicht.

**UMWELTEINFLÜSSE:** Rauchen, chronische Lichtbelastung, Mangel an Antioxidanzien.

Nach Sichtung der Risikofaktoren ergeben sich zahlreiche Möglichkeiten, präventiv auf das Krankheitsbild einzuwirken. Insbesondere scheinen sich neben dem Nikotinverzicht eine mediterrane Ernährung, ein adäquater Lichtschutz, eine Einstellung des Blutdrucks sowie eine Gewichtsreduktion (normaler BMI) positiv auszuwirken.

**Diagnostik**

Üblicherweise ist nach der normalen augenärztlichen Untersuchung eine Reihe von spezialdiagnostischen Maßnahmen erforderlich. Hierzu gehören die Angiographie und die optische Kohärenztomographie (OCT).

**Therapie**

**FEUCHTE AMD:** Wie bereits erwähnt ist es das Ziel der Behandlung, eine selektive Hemmung der Gefäßneubildung herbeizuführen. Dies erfolgt durch die längerfristige, in der Regel monatliche Injektion von Gefäßwachstumshemmern. Hierfür gibt es mittlerweile zahlreiche Präparate, die etwas unterschiedliche Wirkdauern haben. Der Augenarzt entscheidet, welches Medikament er einsetzt.

**TROCKENE AMD:** Auch wurde vor einiger Zeit in den USA ein Medikament zugelassen, das in das Auge injiziert werden muss. Eine Zulassung in der EU erfolgte bislang nicht, sodass nur alternative Behandlungen in Frage kommen. Eine Möglichkeit ist die sogenannte Photobiomodulation, die derzeit jedoch nicht von den Krankenversicherungen regelhaft übernommen wird.

**Prävention und Früherkennung**

Die möglichen präventiven Maßnahmen wurden oben kurz angesprochen (nicht Rauchen, Lichtschutz, Blutdruck- und Blutfettwerte einstellen lassen, kein Übergewicht und gesunde Ernährung).

Bei Vorstufen der AMD empfehlen sich eine regelmäßige augenärztliche Kontrolle sowie die wöchentliche Selbsttestung mit dem sogenannten Amslergitter. Eine Früherkennung birgt wesentliche bessere Heilungschancen.

---

DRK-Kreisverband  
Karlsruhe e.V.

# Essen auf Rädern

Leckere Menüs  
tiefkühlfrisch oder  
heiß genießen:  
zuverlässig, flexibel,  
ausgewogen, lecker.

*Informieren Sie sich  
noch heute über unsere Liefer-  
gebiete und Preise!*

[www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de)  
Telefon:  
07251 922 175