

TERMINE

Donnerstag, 8. November 12

Öffnungszeiten

08.00-17.00 Bürgerbüro
 – Soziales 14.00-17.00 –
 08.30-12.00 Stadtverwaltung
 09.00-17.30 Haus des Gastes/
 Dauerausstellung „Hirsche im
 Harz“ (HdG)
 09.00-12.00/14.00-17.00
 Kur- und Touristikbetrieb
 10.00-12.00/14.30-17.00
 Mineralbrunnenausschank
 Minigolf Kurpark geschlossen
 14.00-17.00 Stein auf Stein –
 Familienbegegnungsstätte
 (Stadthaus)
 14.30-17.00 Spielzeugmuseum
 15.00-20.00 Jugendraum
 Bad Lauterberg

Freizeit und Sport

09.00-22.00 Vitamar
 10.00-22.30 Kirchberg-Therme
 09.30 Frühgymnastik (Gruppe),
 Gymnastikhalle HdG
 11.00 Gesundheitsfilm „So hilft
 Kneipp bei Immunschwäche“,
 HdG (Raum 103)
 14.00 „Gästewanderung (ca. 9
 km)“ auf dem Harzer Bauden-
 steig zum Bismarckturm mit
 Rast in der Waldgaststätte,
 Treffpunkt: Haus des Gastes,
 kostenloses Angebot
 15.00 HdG (Raum 103) „Zauber
 des Harzes“, ein Filmmittag
 für die ganze Familie. Gezeigt
 werden Sehenswürdigkeiten, Aus-
 flugsziele, Sagen- & Märchen-
 welt, Flora & Fauna u.v.m. vom
 Harz
 19.45 Tai Chi für Anfänger mit
 Thomas Schmitt-Schech, Gesund-
 heitsoase (Raum 214)

Alle Angaben ohne Gewähr

Heute startet
die zweite Runde

BAD LAUTERBERG. Während der Herbstferien nutzten zwei Spieler des Schachklubs Bad Lauterberg die Zeit, um bei einem internationalen Turnier in Bad Harzburg mitzuspielen.

Der wertungsbeste Teilnehmer, Evgenij Piankov aus der Ukraine, leistete sich bei den acht Partien zwei Niederlagen und konnte lediglich Platz acht belegen. Besser machte es der FIDE-Meister Dr. Bernd Baum aus Erfurt, der das Turnier für sich entscheiden konnte.

Dusan Brkljac erreichte mit 2,5 Punkten den 36. Platz und konnte seine allgemeine Wertungszahl um 21 Punkte steigern. Jürgen Sablotny fehlte zum gleichen Ergebnis lediglich ein halber Punkt. Der reichte aber aus, um acht Plätze hinter Brkljac zu rangieren.

Vor der zweiten Runde der Blitzmeisterschaft, die am heutigen Donnerstag im Bad Lauterberger Vereinslokal ausgetragen wird, muss die Auslosung für die Pokalmeisterschaft erfolgen, denn schon am nächsten Donnerstag beginnt die Pokalauspielung.

Am Sonntag, 11. November, ab 11 Uhr empfängt der Schachklub den Hildesheimer Schachverein zur zweiten Runde der Mannschaftsmeisterschaften in der Kreisliga. Nicht nur, dass der Gegner als Favorit gilt, erschwerend für die Kneippstädter kommt hinzu, dass zwei Leistungsträger ausfallen. Man geht auf Bad Lauterberger Seite deshalb nicht mit sehr viel Optimismus in den Wettkampf. red

Redaktion Bad Lauterberg
 Mareike Koch
 ☎ 05522-3170-330

Gipsmühlenweg 2-4
 37520 Osterode am Harz
 Fax (05522) 3170-390
 Email: badlauterberg@harzkurier.de

Jeden Tag öffnet sich ein „Türchen“

Erstmals wird in Bad Lauterberg und Barbis im Dezember ein „Lebendiger Adventskalender“ veranstaltet

BAD LAUTERBERG. Ein „Lebendiger Adventskalender“ möchte Menschen zusammenbringen und alle einladen, sich miteinander auf Weihnachten zu freuen. In diesem Jahr hält dieser Brauch erstmals in Bad Lauterberg und Barbis Einzug. Gemeinschaft und Begegnung sollen hierbei im Vordergrund stehen.

Dieses Jahr möchten der St. Andreas-Markttreff und die St. Andreas-Gemeinde zum ersten Mal in Bad Lauterberg einen lebendigen Adventskalender veranstalten. In der Vorweihnachtszeit öffnet sich jeden Tag ein Fenster, oder vielmehr eine Haustür. Mit Liedern und Geschichten rund um den Advent soll die besinnliche Zeit eingeläutet werden. Beginn ist um 17 Uhr, samstags schon um 15.30 Uhr, Dauer etwa 20 bis 30 Minuten. Alle sind eingeladen: Jung und Alt, Groß und Klein, mit oder ohne Kinder. Mitzubringen sind eine Kerze oder Taschenlampe und ein Trinkbecher. Weitere Infos bei Lilli Gans, Tel. 05524/80303.

Auf die gleiche Idee kam die Kirchengemeinde St. Petri in Barbis. Fast jeden Tag (außer an den Sonntagen und an Heiligabend) sind junge Familien, Alteingesessene und Neuzugezogene, Kirchnahe und -ferne eingeladen, sich um 17 Uhr bei dem jeweiligen „Türchen“ des Adventskalenders einzufinden. Dort werden Adventslieder gesungen und Geschichten erzählt. Im Anschluss daran gibt es Tee und Kekse, aber keinen Alkohol. Das Beisammensein wird etwa 30 Minuten dauern und findet bei jedem Wetter statt. So kann es sein, dass man sich in einem Carport trifft, im Wintergarten oder auch in einer Einfahrt im Freien – aber nicht in einer Wohnung.

Die Termine in Bad Lauterberg und Barbis im Überblick:
 ▶ Samstag, 1. Dezember, 15 Uhr, St. Andreas-Kirche Bad Lauterberg, „Musik zum Advent“; 17 Uhr, Familie Kretzer, Falkenweg 7 in Barbis.
 ▶ Sonntag, 2. Dezember, 17 Uhr, Familie Gans, Dammwiese 7.
 ▶ Montag, 3. Dezember, 17 Uhr, Fa-



Einen „lebendigen Adventskalender“ wird es in diesem Jahr erstmals in Bad Lauterberg und Barbis geben.
 Foto: Mark Härtl

milie Kache, Hauptstraße 252 in Bad Lauterberg; 17 Uhr Familie Haag, Am Rossholz 44 in Barbis.

▶ Dienstag, 4. Dezember, 17 Uhr, Frau Hoffmann, Brunnenhäuschen am großen Kurpark vor dem Revita; 17 Uhr, Familie Dreyman, An den Mühlen 1 in Barbis.

▶ Mittwoch, 5. Dezember, 17 Uhr, Familie Koch, Gläserweg 10; 17 Uhr Familien Winter und Pechstein, Am Rossholz 39 in Barbis.

▶ Donnerstag, 6. Dezember, 17 Uhr, Bürgermeister, Rathaus (für Kinder gibt es eine kleine Überraschung);

17 Uhr Familien Fecke und Henmark, Fasanenstraße 19 in Barbis.

▶ Freitag, 7. Dezember, 17 Uhr, Familie Helmboldt, Hauptstraße 266 in Bad Lauterberg; 17 Uhr Familien Lienauer und Warlich, Barbiser Straße 82 in Barbis.

▶ Samstag, 8. Dezember, 15.30 Uhr, St. Andreas-Kirche, „Adventslieder, Texte und Tee“; 17 Uhr Familie Thomas, Zur Flachsröste 7 in Barbis.

▶ Sonntag, 9. Dezember, 17 Uhr, Familien Becker und Hoffmann, Goethestraße 9 in Bad Lauterberg.
 ▶ Montag, 10. Dezember, 17 Uhr

Mädchencafé Kratzbürste, Stadthaus, Ahnstraße 20 in Bad Lauterberg; 17 Uhr Familie Leuckefeld, Kranichweg 7 in Barbis.

▶ Dienstag, 11. Dezember, 17 Uhr Familie Klotz, Sebastian-Kneipp-Promenade 8; 17 Uhr Familie Hofmann, Silkeroder Straße 4 in Barbis.

▶ Mittwoch, 12. Dezember, 17 Uhr Familie Bock, Hauptstraße 48; 17 Uhr Familien Schmidt und Friedrich, Falkenweg 7 in Barbis.

▶ Donnerstag, 13. Dezember, 17 Uhr Familie Teyke, Dammwiese 13; 17 Uhr Familie Wedekind, Hinterstraße 5 in Barbis.

▶ Freitag, 14. Dezember, 17 Uhr Familie Vorjohann, Hauptstraße 237; 17 Uhr Familie Köchermann, Warte 1 in Barbis.

▶ Samstag, 15. Dezember, 15.30 Uhr St. Andreas-Kirche, „Adventslieder, Texte und Tee“; 17 Uhr Familie Strutzberg, Barbiser Straße 176.

▶ Sonntag, 16. Dezember, 17 Uhr Frau Hüser, Gehrichstraße 8.

▶ Montag, 17. Dezember, 17 Uhr Lutterbergerschule, Bahnhofstraße 10; 17 Uhr Familien Fecke und Henmark, Fasanenstraße 19 in Barbis.

▶ Dienstag, 18. Dezember, 17 Uhr Familien Hoffmann und Giaquinto, Ahnstraße 25; 17 Uhr Familie Heß Falkenweg 13 in Barbis.

▶ Mittwoch, 19. Dezember, 17 Uhr Katholische Kirche St. Benno, Kirchberg 1; 17 Uhr Familie Fraatz, Barbiser Str. 17.

▶ Donnerstag, 20. Dezember, 17 Uhr Familie von Lewinski, Wolfsgrube 33; 17 Uhr Familie Stolle, Stieglitzweg 4 in Barbis.

▶ Freitag, 21. Dezember, 17 Uhr Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten, Dr. Bodo-Otto-Straße 5; 17 Uhr Familie H. Mund, Barbiser Straße 214.

▶ Samstag, 22. Dezember, 15.30 Uhr St. Andreas-Kirche, „Adventslieder, Texte und Tee“; 17 Uhr Familie Kretzer, Falkenweg 7 in Barbis, Abschluss.

▶ Sonntag, 23. Dezember, 17 Uhr Frau Bock, Gemeindehaus St. Andreas, Kirchplatz.

▶ Montag, 24. Dezember, 17 Uhr St. Andreaskirche, „Heiligabend“. mko

Dem Herzinfarkt vorbeugen, schnell handeln

200 Zuhörer bei Informationsveranstaltung der Kirchberg-Klinik im Rahmen der Herzwoche

BAD LAUTERBERG. Bei einem Herzinfarkt ist schnelles Handeln erforderlich. Später ist es wichtig, einem weiteren Herzinfarkt vorzubeugen. Das waren die zentralen Themen eines Informationsabends der Kirchberg-Klinik zur diesjährigen Herzwoche im Haus des Gastes. Etwa 200 Zuhörer waren gekommen.

Bekommt ein Angehöriger einen Herzinfarkt, sollte man sofort den Notarzt rufen, denn je schneller die ärztliche Versorgung einsetzt, desto weniger wird das Herz geschädigt, erläuterte Oberärztin Dr. Barbara Bialucha-Nebel. „Jede Minute zählt“, erklärte sie. Es bestehe die Gefahr, dass ein Kammerflimmern einsetzt, eine lebensbedrohende Herzrhythmusstörung. Werde ein Betroffener bewusstlos, sollte man den Patienten auf den Boden legen und sofort mit der Herzmassage beginnen. Wer nicht geübt sei, könne auf die Beatmung zwischendurch verzichten. 100 Mal pro Minute sollte der Brustkorb etwa fünf Zentimeter eingedrückt werden.

Ein Herzinfarkt habe aber in der Regel Vorboten. Als Warnsignal sei die Angina pectoris sehr ernst zu nehmen, das Gefühl, dass der Brustkorb eingeschnürt ist, oder Schmerzen in der Brust, die sich zu den Schultern und Oberarmen ausbreiten, oder vor allem bei Frauen auch Rückenschmerzen bei gleichzeitiger Atemnot. Übelkeit, Brechreiz und Angst können dazukommen. Der Betroffene muss sofort ins Krankenhaus. Wer gerade Aspirin oder ASS zu Hause hat, könne dem Patienten damit sofort helfen, bis der Notarzt eingetroffen sei. Auch zwei Hübe Nitronasenspray seien hilfreich.



Die Referenten des Abends (von links): Dr. Karsten Gericke, Dr. Barbara Bialucha-Nebel und Chefarzt Dr. Ernst Knoglinger.
 Foto: Karl Heinz Bleß

Dr. Karsten Gericke, Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums, berichtete über neue ärztliche Diagnosemöglichkeiten für einen drohenden Herzinfarkt. „Wir sind als Ärzte zwar keine Wahrsager, aber wir können die Wahrscheinlichkeit eines drohenden Herzinfarktes recht sicher vorhersagen“, erläuterte er.

Da ein Herzinfarkt eine Folge von Ablagerungen von Cholesterin und Kalk in den Herzkranzgefäßen sei, also in den Adern, die den Herzmuskel mit Blut versorgen, könne ein Arzt aus dem Zustand der Gefäße und aus Laborwerten gute Rückschlüsse ziehen. Schon am Belastungs-EKG lasse sich „viel erkennen“. Eine Stressechokardiografie

zeige die Pumpleistung des Herzens, und mit einer Myokardszintigrafie könne man Durchblutungsstörungen des Herzmuskels sichtbar machen.

Weiter ging er auf die Magnetresonanztomografie, die Katheteruntersuchung und die Darstellung der Herzkranzgefäße mittels einer Computertomographie ein. Jeder Mensch könne selbst der Gefahr vorbeugen, dass sich die Gefäße verengen, sagte er. Deshalb sollte man die beeinflussbaren Risikofaktoren verringern: hohen Cholesterinwert, hohen Blutzuckerwert, hohen Blutdruck, Bewegungsmangel, Stressbelastung und das Rauchen.

In einem dritten Vortrag ging Chefarzt Dr. Ernst Knoglinger auf

die Vorsorge ein, die helfen soll, einen ersten oder einen Folgeherzinfarkt zu vermeiden. Bei einer drohenden Verengung der Herzkranzgefäße beispielsweise könne man mit einem Katheter die Blutbahn mittels eines Ballons aufweiten und einen Stent einsetzen. Dabei handelt es sich um ein winziges Metallgeflecht, das das Gefäß offenhält. Inzwischen gibt es sogar sich selbst auflösende Stents.

Betroffene Patienten sollten aber auch selbst etwas für ihre Gesundheit tun, sich regelmäßig bewegen, Entspannungsübungen erlernen, um Stress abzubauen und ihre Ernährung auf fettarme Mittelmeerkost umstellen. Das Rauchen sollte für jeden Herzpatienten tabu sein. Der Chefarzt ging noch kurz auf Medikamente ein, wie Gerinnungshemmer, Cholesterinsenker, Beta-Blocker und ACE-Hemmer.

Nach großer Schädigung des Herzens sei es angebracht, einen kleinen Defibrillator wie einen Herzschrittmacher einzupflanzen, der bei drohendem Kammerflimmern selbst aktiv wird. Ein Schrittmacher kann für die Stabilität der Pumpleistung des Herzens sorgen. Weitere Behandlungsmöglichkeiten bestehen durch ein Kunstherz oder eine Herztransplantation.

In diesem Zusammenhang wies der Arzt aber darauf hin, dass es bei einem Drittel der Herztransplantationen zu Abstoßreaktionen kommt und sie deshalb nur die letzte Möglichkeit seien. Auch die Hoffnung, dass sich aus Stammzellen abgestorbene Herzmuskelzellen ersetzen lassen, hätten sich in den meisten Fällen nicht erfüllt. khb