



## Newsletter in besonderen Zeiten – Nr. 7

Liebe Mitglieder, liebe Gönner, liebe Interessierte

Nun ist es also definitiv: Ab 27. April gelten die ersten Lockerungsmassnahmen des Bundes. Das heisst, dass wir Betroffenen mit Lymphödem auch wieder regulär zur Lymphdrainage/KPE und zur Strumpfabmessung gehen dürfen. Wir möchten Sie aufmuntern, sich weiterhin an die angeordneten Massnahmen (v.a. genügend Abstand) zu halten und möchten Ihnen dafür danken. Wir hoffen, dass die Infektionsrate weiterhin sinken wird und wir so dem «ganz normalen Alltag» Schritt für Schritt näherkommen.

### 1. Information zum Coronavirus

Die ganze Welt wartet derzeit sehnsüchtig auf ihn: einen neuen Impfstoff gegen das SARS-CoV-2 Virus. Mit einer wirksamen Impfung könnten Abwehrkräfte gegen Corona aufgebaut werden, sodass die Ansteckungsrate massiv sinken würde und vulnerable Personen effektiv geschützt werden könnten. Weltweit laufen zurzeit mindestens 77 Impfstoffprojekte, wie ein Bericht von vfa – Die forschenden Pharma-Unternehmen aufzeigt. Das schöpft Hoffnung. Bis die ersten Impfstoffe auf dem Markt sind, wird es trotzdem noch ein paar Monate dauern.

Welche Unternehmen an Coronaimpfstoffen forschen, welche Arten von Impfungen es überhaupt gibt und welche sechs Etappen ein Impfstoff durchlaufen muss, bevor er die Marktzulassung erhält, können Sie im [online-Artikel](#) nachlesen oder sich als Podcast anhören.

### 2. Tipps zum Lymphödem und zur Therapie

Hätten Sie diesen Frühling oder im Frühsommer eine stationäre Intensivphase zur Therapie Ihres Lymphödems geplant? Und nun sind Sie unsicher, ob Sie diese überhaupt durchführen können oder sollen?

Wir haben bei Dr. med. Stephan Wagner der RehaClinic Bad Zurzach nachgefragt.

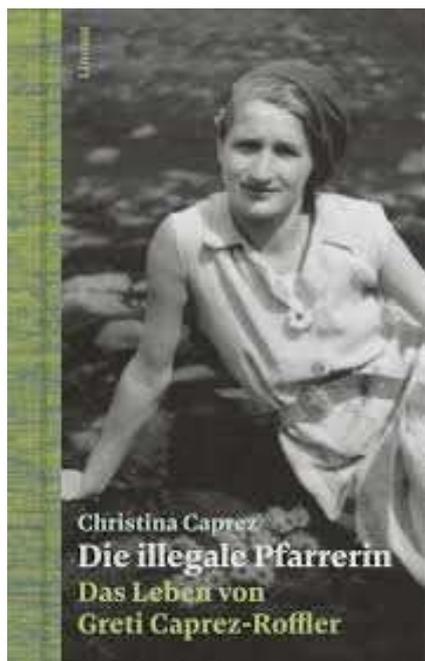
- Bleibt die Reha Clinic Bad Zurzach während der Coronakrise offen? *„Ja, die RehaClinic bleibt offen und auch die angiologische Abteilung ist weiterhin für Sie da.“*
- Werden weiterhin Lymphödem Patienten für eine Intensiv-Phase stationiert? Wenn ja, alle oder gibt es Auswahlkriterien? *„Ja, wir nehmen weiterhin Lymphödem-Patientinnen und -Patienten auf. Allerdings werden ältere und vulnerable Personen zurückhaltender aufgeboten.“*
- Falls eine Intensivphase gemacht wird: Welche Sicherheitsmassnahmen gelten in der Klinik? Ist Besuch noch erlaubt? *„Die Sicherheitsmassnahmen bestehen vor allem in der Einhaltung der Hygienevorschriften. Weitere Sicherheitsmassnahmen werden gemäss Anordnung des Bundes ebenfalls durchgeführt und nach Bedarf angepasst. Es herrscht derzeit ein absolutes Besuchs- und Weekendlaubverbot. Das heisst, dass Sie an den Wochenenden in dieser speziellen Zeit nicht nach Hause zurückkehren dürfen. Erst, wenn Ihre Intensivphase beendet ist. Wir bitten um Ihr Verständnis.“*

Wie Sie sehen, können Sie Ihre Intensivphase – mit ein paar besonderen Massnahmen – auch während der Coronakrise antreten. Viel Erfolg bei der Therapie!

### 3. Ideen für den Alltag

Buchtipps 2.0:

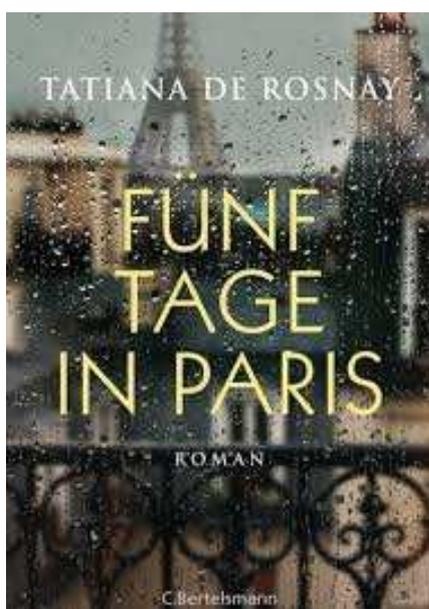
Unsere Vorstands-Buchexpertin Irene Odermatt empfiehlt Ihnen heute eine Biografie, einen Liebesroman und einen postapokalyptischen Roman. Letzterer passt natürlich umso mehr in die momentane Zeit. Alles in allem eine abwechslungsreiche Durchmischung, wobei es sicher für jeden und jede etwas dabei hat!



**Crapez Christina: die illegale Pfarrerin** (das Leben von Greti Caprez-Roffler 1906-1994)

In Furna, einem Bergdorf im Prättigau, trat 1931 die erste Pfarrerin ihr Amt an. Greti war gerade mal 25 Jahr alt und frischgebackene Mutter. Ein Skandal zur damaligen Zeit. Eine Frau als Pfarrerin! Bis weit über die Landesgrenze hinaus wurde darüber gesprochen. Doch Greti ging unbeirrt ihren Weg. Als das Kirchenvermögen konfisziert wurde, arbeitet sie für „Gottes Lohn“ weiter. Dank ihrem Mann, der als Ingenieur arbeitete, war dies möglich. Sie war eine selbstsichere Frau und Pionierin auf verschiedenen Ebenen. In Furna führte sie für die Mädchen die Skihosen ein oder lernt den Jungen stricken.

Ein wunderbares Portrait über eine starke Frau. Eine Frau, die sich bereits damals für Feminismus und Jobsharing einsetzte. Die es wagte über Sexualität und Verhütung zu sprechen. Ein Stück Schweizer Geschichte.



**Tatiana de Rosnay: fünf Tage in Paris**

Eigentlich hätte es eine gemütliche Geburtstagsfeier werden sollen. Doch alles kommt anders, als Vater Paul im Restaurant zusammenbricht. Zudem regnet es in Paris seit Tagen, die Seine droht über die Ufer zu treten. Nichts läuft mehr wie gewohnt. Tochter Tilia, eine Künstlerin, reist aus London an. Sohn Linden, ein Fotograf aus Amerika. Die Mutter selber ist auch gesundheitlich angeschlagen und während sich Tilia hauptsächlich um sie kümmert, verbringt Linden viele Stunden am Bett des Vaters. Linden hat ein Geheimnis und auch der Vater trägt ein Geheimnis in sich, das er schliesslich Linden anvertraut.

Eine aufwühlende Familiengeschichte, sehr authentisch geschrieben mit vielen Details zu Bäumen. Die Vornamen der Kinder sind nicht von ungefähr so gewählt.



### **Adrian J. Walker: Am Ende aller Zeiten**

Das Leben ist anstrengend. Zwei kleine Kinder, die viel Zeit fordern und eine übermüdete Ehefrau. Edgar hat sein Leben gründlich satt. Er wünscht sich eine Veränderung, dass alles anders ist. Er weiss nicht, wie schnell sich alles ändern kann. Ihm bleibt nicht viel Zeit, um seine Familie und ein paar Vorräte in den Keller zu verfrachten, als ein dramatischer Asteroidenschauer alles verwüstet. Das Chaos ist gigantisch. Ganze Städte werden ausgelöscht. Edgar und seine Familie werden während der Evakuierung getrennt. Edgar steht vor einer grossen Entscheidung, will er seine Familie suchen oder sich allein Durchkämpfen? Denn klar ist, alle kämpfen ums Überleben.

Ein postapokalyptischer Roman, der es in sich hat. Ständig stellt man sich selbst die Frage, ob man auch so wie Edgar entschieden hätte.

Packend und spannend, mehr gibt es nicht zu schreiben. Lesen!

Wir wünschen Ihnen einen sonnigen Zeitvertrieb und eine spannende Lektüre.  
*Ihre Lymphödem Vereinigung Schweiz*