

# Vom anonymen Retter zum Freund

Eine Stammzellspende rettete Werner Graf das Leben

**ISERNHAGEN.** Vor fünf Jahren rettete die Stammzellspende eines Fremden dem Isernhagener Werner Graf das Leben. Heute verbindet die beiden Männer eine enge Freundschaft. Gemeinsam mit seiner Frau Angelika möchte Graf nun anderen dieselbe Chance ermöglichen. Deshalb stand beim Sommerfest der Kita und Kirchengemeinde St. Marien in Isernhagen K.B. erstmals auch eine Typisierungsaktion für die Deutsche Knochenmarkspenderdatei (DKMS) auf dem Programm.

Die Kindertagesstätte und Kirchengemeinde St. Marien in Isernhagen K.B. feierten am Freitag, 5. Juni, ein großes Sommerfest. Während auf die Kinder zahlreiche Mitmachaktionen warteten und die Erwachsenen bei Kaffee und Kuchen zusammensaßen, konnten sich Besucher zudem als potenzielle Stammzellspender für an Blutkrebs erkrankte Menschen registrieren lassen.

Für Angelika Graf, Pfarramtsekretärin der Kirchengemeinde und Organisatorin der Aktion, war dies eine Herzensangelegenheit – denn vor fünf Jahren rettete eine Stammzellspende ihrem Ehemann Werner das Leben.

## KLEINER KNOTEN, SCHLIMME DIAGNOSE

Als Werner Graf im Dezember 2020 wegen eines kleinen Knotens am Hals zum Arzt ging, ahnte er nicht, dass dieser Termin sein Leben grundlegend verändern würde. Der heute 68-Jährige fühlte sich eigentlich gesund. Der Knoten schmerzte nicht und verursachte keine Beschwerden.

Doch nach weiteren Untersuchungen folgte die niederschmetternde Diagnose: akute myeloische Leukämie, eine lebensbedrohliche Form von Blutkrebs.

„Ich war nicht schockiert, sondern grenzenlos verblüfft“, erinnert sich Graf. Als selbstständiger Unternehmer hatte er sich vieles vorstellen können, etwa Herz-Kreislauf-Probleme als Folge von Stress. Krebs gehörte jedoch nicht dazu – zumal in seiner Familie bislang niemand daran erkrankt war.

## SUCHE NACH EINEM SPENDER

Aus dem vermeintlich harmlosen Arztbesuch wurde ein monatelanger, kraftraubender Prozess. Ein stark angeschwollener Lymphknoten und eine Speicheldrüse mussten operativ entfernt werden. Anschließend begann die erste Chemotherapie. Weitere Untersuchungen zeigten, dass Graf an einer Hochrisiko-Leukämie litt.

„Das Risiko eines Rückfalls liegt im ersten Jahr bei rund 80 Prozent“, sagt er. Die Spezialisten der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) empfahlen deshalb eine Stammzelltransplantation anstelle weiterer Chemotherapien.

Die weltweite Suche nach einem passenden Spender begann. Tatsächlich wurden drei geeignete Personen gefunden: eine Frau aus den USA, eine Frau aus Polen und ein Mann aus Deutschland. Die Wahl fiel schließlich auf Simon Harries aus Greifswald.

„Als ich hörte, dass ein passender Spender gefunden wurde, war mein erster Gedanke:



**Aus Spende wird Freundschaft: Die Knochenmarkspende von Simon Harries (links) hat dem Isernhagener Werner Graf vermutlich das Leben gerettet. Die beiden sind nun beste Freunde.**

Foto: Sebastian Schmitt

Hoffentlich macht er das auch“, erzählt Graf. Denn die Suche fiel mitten in die Hochphase der Corona-Pandemie. Doch Harries erklärte sich bereit, die notwendigen Untersuchungen durchführen zu lassen und Stammzellen zu spenden. Vier Monate nach seiner Diagnose erhielt Werner Graf die lebensrettende Transplantation.

Damals kannte Graf von seinem Lebensretter nur wenige Details. „Ich wusste lediglich, dass es ein Mann Mitte 30 mit ungefähr meiner Statur ist“, erzählt er. Das ist Teil der DKMS-Regeln: Spender und Empfänger bleiben zunächst anonym. Erst nach einem Jahr dürfen beide Seiten anonym Kontakt aufnehmen. Nach zwei Jahren ist dann ein Austausch mit Namen und Kontaktdaten möglich. Von dieser Möglichkeit machte Harries Gebrauch und meldete sich bei

ihm. Das erste Videotelefonat dauerte direkt eine Stunde. Anschließend hielten die beiden zunächst über WhatsApp Kontakt. Schon bald folgten gegenseitige Besuche in Greifswald und Isernhagen. Heute, fünf Jahre nach der Transplantation, ist daraus eine enge Freundschaft geworden.

Gemeinsam verbrachten die beiden eine Woche an der Algarve in Portugal und reisten in diesem Frühjahr für zweieinhalb Wochen nach Südfrankreich. „Wir verstehen uns trotz unseres Altersunterschieds einfach gut“, sagt Graf. Auch der Humor kommt dabei nicht zu kurz. „Ich habe ihm gesagt: Muskelaufbau und Haarwuchs hättest du mir eigentlich auch noch mit den Stammzellen übertragen können. Da meinte er, das gibt es nur gegen Aufpreis“, erzählt Graf lachend.

Simon Harries hatte sich bereits Jahre vor seiner Stammzellspende typisieren lassen. Die Anfrage für eine Typisierungsaktion hatte damals die Universität Greifswald erreicht; Harries war dort im Fachausschuss aktiv. Da sei man mit gutem Beispiel vorgegangen, sagt er. Als dann feststand, dass seine Stammzellen einem anderen Menschen helfen würden, habe er sich über die Risiken informiert und die Entscheidung nur kurz abgewogen. Die möglichen Gefahren seien überschaubar gewesen.

„Ich war ein fitter junger Mann, das wird schon passen“, beschreibt er seine damalige Entscheidung heute. Im ersten Videotelefonat zwei Jahre später habe er sich sofort gut mit Werner Graf verstanden. „Das hat mich natürlich gefreut“, sagt Harries.

Diese außergewöhnliche Geschichte war der Grund, warum die Grafs beim Sommerfest für die Registrierung als Stammzellspender warben. Mit der Aktion wollten sie auf die Bedeutung der Stammzellspende aufmerksam machen und weiteren Menschen die Chance auf ein lebensrettendes Spender-Match ermöglichen.

Die Typisierung erfolgte per Wangenabstrich mit einem Wattestäbchen und dauerte nur wenige Sekunden. „Die Typisierung verpflichtet übrigens niemanden zu einer späteren Spende“, betonte Graf.

Sie bedeute zunächst lediglich die Aufnahme in die Spenderdatenbank. Selbst wenn später eine Übereinstimmung mit einem Patienten festgestellt werde, bleibe die Entscheidung zur Spende freiwillig.

## Infoabend zum Carsharing

**ALTWARMBÜCHEN (r/bs).** Für ein mögliches Carsharing-Angebot in Altwarmbüchen fehlen nach Angaben einer örtlichen Initiative noch sechs Interessierte. Über das Vorhaben informiert ein öffentlicher Abend am Donnerstag, 25. Juni, um 19 Uhr in der Begegnungsstätte Altwarmbüchen, An der Riehe 32. Die Initiative setzt sich für einen Standort im Ort ein.

Organisiert wird die Veranstaltung von den Grünen Isernhagen. Vorgestellt werden die Idee und der aktuelle Stand. Erwartet werden zudem ein an-

gefragter Vertreter von Stadtmobil Hannover sowie ein Altwarmbüchener Nutzer, der bereits ein Fahrzeug an einem Standort in Hannover nutzt und über seine Erfahrungen berichtet.

Bislang haben 24 Personen ihr Interesse bekundet. Für einen wirtschaftlichen Betrieb werden mindestens 30 Nutzerinnen und Nutzer benötigt. Ab dieser Zahl könnte Stadtmobil nach Angaben der Initiatoren ein Fahrzeug in Altwarmbüchen bereitstellen. Als möglicher Standort gilt die Endhaltestelle der Stadtbahnlinie 3.

## Spaß in den Sommerferien

**ISERNHAGEN (r/bs).** Spiel, Spannung und Spaß in den Sommerferien: Auch in diesem Jahr erwartet Kinder und Jugendliche wieder ein abwechslungsreiches Sommerferienprogramm in Isernhagen. Vom 2. Juli bis 7. August 2026 gibt es zahlreiche spannende Angebote, kreative Aktionen, sportliche

Aktivitäten, Ausflüge und viele weitere gemeinsame Erlebnisse für unterschiedliche Altersgruppen. Ob Sport, Kreativität, Abenteuer oder Freizeittaktionen – für jede und jeden ist etwas dabei. Alle Angebote sowie die Anmeldung gibt es unter: [www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen](http://www.unser-ferienprogramm.de/isernhagen).

### PRIVATE KLEINANZEIGEN

Haben Sie etwas zu verkaufen oder sind Sie auf der Suche?  
Dann sind Sie bei uns genau richtig!

im  
**Marktspiegel**

Tel.: 0800 - 154 42 33 \*kostenlose Servicenummer  
E-Mail: [kleinanzeigen@wochenblaetter.de](mailto:kleinanzeigen@wochenblaetter.de)

## Medizin

ANZEIGE

Thema: Arthrose

# Wie Sand im Getriebe: Wenn die Gelenke streiken

Was Betroffene jetzt tun können, wenn der Gelenkverschleiß die Beweglichkeit raubt und das Leben zur Qual macht

Millionen Menschen in Deutschland kennen es: ein ziehender Schmerz in der Schulter, steife Handgelenke, eingeschränkte Beweglichkeit. Dahinter steckt oft Arthrose, eine Gelenkerkrankung, die den Alltag zur echten Qual machen kann. Doch ein natürlicher Wirkstoff gibt Betroffenen jetzt neue Hoffnung auf ein Leben mit spürbar weniger Schmerz.

Arthrose ist eine der häufigsten Gelenkerkrankungen überhaupt – und sie trifft vor allem ältere Menschen hart. Es gibt verschiedene Formen, oft sind Hüfte oder Knie betroffen. Doch auch Schulter, Nacken und Handgelenke können von dieser Verschleißerkrankung gezeichnet sein. Bei Arthrose kommt es zu einer Schädigung des Gelenknorpels – jener Schutzschicht, die verhindert, dass Knochen auf Knochen reibt. Ist der Knorpel erst beschädigt, entstehen Schmerzen: zunächst nur bei Bewegung, im fortgeschrittenen Stadium auch in Ruhe.

### Wenn der Arm nicht mehr hochgeht

Die Schulterarthrose – medizinisch Omarthrose – entwickelt sich schleichend. Zunächst treten unspezifische Schulterschmerzen auf, vor allem bei Belastung. Mit der Zeit kommen Ruheschmerzen und eine morgendliche Steifheit



hinzu. Dreh- und Überkopfbewegungen werden zunehmend schwieriger, das Liegen auf der betroffenen Schulter bereitet Probleme. Was zunächst wie eine harmlose Verspannung wirkt, ist oft der Beginn eines langwierigen Krankheitsprozesses – und ein deutliches Signal, rechtzeitig aktiv zu werden.

### Blockierter Nacken, steife Finger

Eng verwandt mit der Schulterarthrose ist die Spondylarthrose der Halswirbelsäule – eine Arthrose der kleinen Wirbelgelenke im Nackenbereich. Typisch ist ein tief sitzender Nackenschmerz,

der in Schultern, Arme und den Hinterkopf ausstrahlt. Betroffene klagen über ein Gefühl der Blockade, hören bei Bewegungen ein deutliches Knacken – und selbst der Schulterblick beim Autofahren wird zur echten Herausforderung. Knorpelschäden können an jedem Gelenk entstehen: Auch bei Handgelenksarthrose werden selbst einfachste Handgriffe – das Öffnen eines Glases, das Tippen auf der Tastatur – schnell zur echten Belastungsprobe.

### Ein natürlicher Wirkstoff mit Knorpelschutz

Arthrose hat viele Gesichter – doch ein zentrales Symptom ver-

bindet sie alle: Schmerz. Ein internationales Forscherteam fand heraus, dass der Wirkstoff Viscum album, gewonnen aus der heimischen Weißbeerigen Mistel, auch bei Arthrose helfen kann. Laut Arzneimittelbild hat er sich bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen in den Gelenken und bei Schmerzen beim Gehen bewährt – ob Schulter, Nacken oder Handgelenk. Er überzeugt, weil er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.<sup>1</sup> Mehr noch: Laut In-vitro-Studien kann er bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenknorpel bei Arthrose angreifen<sup>2</sup> – und schützt ihn so vor weiterem Ab-

bau. Die typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden so gezielt bekämpft. Wissenschaftler erkannten das Potenzial dieser besonderen Arzneipflanze und entwickelten daraus ein rezeptfreies Arzneimittel: Rubaxx Arthro – erhältlich in Apotheken, gut verträglich, ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Arthro**  
(PZN 15617516)

[www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de)

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



Rubaxx®

<sup>1</sup>Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • <sup>2</sup>Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden  
RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing  
15617501\_00206