AUSGABE 03/20

myFaktorNews
LEBEN MIT HÄMOPHILIE

Mein hämophiles Kind

Aus dem Leben einer „Bluter-Mama“

Beziehung und Hämophilie

Tipps für die optimale Partnerschaft

Wie für mich gemacht

Den idealen Sport finden

Kochen mit Kindern

Auf in die Küchenschlacht

INHALT

3 **Editorial**

4 **Liebe und Partnerschaft**
Harmonische Zweisamkeit

5 **Patientenbloggerin Sarah gibt Tipps**
Unsere Spritzenroutine

6 **Interview**
„Jeder wächst über sich hinaus"

8 **An die Töpfe, fertig, los!**
Kochen mit Kids

9 **Gesund und lecker**
Spinatpfannkuchen mit Himbeerstampf

10 **Fitnesscheck**
Welcher Sport passt zu mir und meiner Hämophilie?

11 **Gestalten Sie Ihr Leben aktiv mit**
myHaemophilie auf Instagram

12 **GSAV Hämophilie – NOW**

CARMEN, 42 JAHRE
„Jeder wächst über sich hinaus!"

Interview mit Carmen

Eine Mutter berichtet aus ihrem Leben mit einem hämophilen Sohn

▷ **siehe Seite 6**

EDITORIAL

FAMILIENZUSAMMENHALT

Liebe Leser,

das Leben mit Hämophilie kann eine Herausforderung sein. Das Thema wirbelt oft auch das Leben von Eltern, Großeltern, Lebensgefährten oder Geschwistern kräftig durcheinander. Dabei sind Angehörige meist die wichtigste Stütze im Alltag von Hämophilen – insbesondere, wenn es ein Kind betrifft. Praktische Tipps und kreative Ideen, wie Sie sich im Familienverband gegenseitig unterstützen können, haben wir für Sie zusammengetragen.

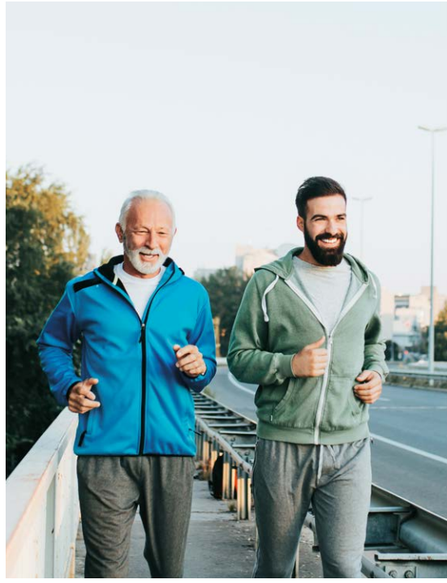
In dieser Ausgabe
In unserem großen Interview auf Seite 6 bis 7 gibt Mutter Carmen interessante Einblicke in das Leben mit einem hämophilen Sohn und zeigt, wie sie gemeinsam den Alltag als Familie gekonnt meistern. Auch unsere Patientenblogger Sarah und Nico lassen Sie an in ihrem Alltag teilhaben. Während Nico auf Seite 4 wichtige Tipps für eine gute Beziehung gibt, erklärt Sarah auf Seite 5, wie die Spritzenroutine mit ihren beiden Söhnen gelingt. Eine gesunde Ernährung von Anfang an unterstützt eine gesunde kindliche Entwicklung und kann dazu beitragen, den Verlauf der Hämophilie positiv zu beeinflussen. Wie Sie Kinder beim Kochen geschickt einbinden, verraten wir Ihnen auf Seite 8. Obendrauf gibt es außerdem ein leckeres Rezept, das der ganzen Familie schmeckt. Neben der Ernährung ist auch Bewegung ein essenzieller Baustein für eine gesunde Lebensweise: Auf Seite 10 zeigen wir Ihnen, wie Sie den richtigen Sport für sich finden.

Das myFaktorNews-Team und ich wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Lesen.

Dr. Thomas Kurscheid

Spinatpfann-kuchen mit Himbeerstampf

Kindgerecht, lecker und ein echter Eisenbooster – so kochen Sie unser Rezept ganz einfach nach. ▷ **siehe Seite 9**



Mein Sport

Welcher Sport passt zu mir und meiner Hämophilie?
▷ **siehe Seite 10**

LIEBE UND HÄMOPHILE

HARMONISCHE ZWEISAMKEIT

Eine glückliche Beziehung wünschen sich die meisten Menschen. Eine besondere Herausforderung entsteht, wenn einer der Partner an Hämophilie erkrankt ist. Aber zum Glück eine, die sich mit Offenheit und Vertrauen meistern lässt.

NICOS ERFAHRUNGEN

Auch unser Patientenblogger Nico hat bereits einige Beziehungserfahrungen gesammelt. In seinem Video zu diesem Thema widmet er sich unter anderem der Frage, wie ein Partner idealerweise mit der Hämophilie umgehen sollte. Aus seiner Sicht gibt es zwei Partnertypen: Zum einen diejenigen, die sich mit der Hämophilie ihres Lebensgefährten nicht auseinandersetzen wollen und sie so zum alleinigen Thema des hämophilen Partners machen. Zum anderen Partner, die übervorsichtig sind und den Hämophilen vor allem beschützen wollen und ihm damit die Freiheit nehmen, selbst zu entscheiden.

Nico hat beides erlebt. Sein Fazit: Die Mischung macht's. Als ideal empfindet er einen Partner, der ihn unterstützt und ihm gleichzeitig Freiheiten lässt.

Eine weitere wichtige Frage, die Hämophile auf Partnersuche beschäftigt: Wann und wie sag ich's meinem Partner? Nico hat gute Erfahrungen damit gemacht, von Anfang an mit offenen Karten zu spielen und direkt von seiner Hämophilie zu erzählen. Das Video in voller Länge finden Sie auf **myHaemophilie.org**.

WEITERE TIPPS FÜR EINE HARMONISCHE BEZIEHUNG

NÄHE UND DISTANZ

Während die einen am liebsten jede freie Minute miteinander verbringen, schätzen die anderen einen etwas größeren Freiraum. Hier ist es wichtig, dass beide Partner ihr jeweiliges Bedürfnis nach Nähe und Distanz gut miteinander in Einklang bringen.

KOMMUNIKATION

... ist der Schlüssel für eine gelungene Beziehung. Wer mit seinem Partner auch Probleme offen besprechen kann, findet eher eine Lösung. Gerade in Konfliktsituationen ist es wichtig, Ich-Botschaften zu verwenden und wertschätzend miteinander zu reden.

Weitere Tipps rund um das Thema Beziehung gibt es auf **myHaemophilie.org**.

PATIENTENBLOGGERIN SARAH GIBT TIPPS

Unsere Spritzenroutine

Das Faktorpräparat regelmäßig zu spritzen, kann schon für Erwachsene anstrengend sein. Seinem eigenen Kind eine Injektion zu geben, ist oft eine ganz besondere Herausforderung.

Patientenbloggerin Sarah ist Mutter von zwei Söhnen (3 Jahre und 1 Jahr), die beide unter schwerer Hämophilie A leiden. Davon lässt sich die lebensfrohe 38-Jährige nicht unterkriegen. Sie meistert mit viel Liebe und praktischem Verstand ihren Alltag mit den beiden Kindern. Insbesondere beim Spritzen ihrer Kinder ist sie inzwischen Profi – und sie gibt gern weiter, was ihr dabei geholfen hat.

SARAHS TIPPS FÜR DIE SPRITZENROUTINE

TIPP 1 Schaffen Sie Rituale rund um die Injektion. Diese geben Ihrem Kind Sicherheit. Feste Abläufe helfen zum Beispiel auch, wenn Sie einmal nicht zu Hause in gewohnter Umgebung spritzen können, wie etwa im Urlaub.

TIPP 2 Spritzen Sie an festen Tagen, so wird das Spritzen zur Routine.

TIPP 3 Beziehen Sie Ihr Kind spielerisch in den Prozess mit ein. Legt es beispielsweise selbst alle Utensilien bereit, nimmt es aktiv am Geschehen teil und hat eine wichtige Rolle.

TIPP 4 Schaffen Sie eine entspannte Atmosphäre: Dadurch kommen Sie und Ihr Kind zur Ruhe und es hilft Ihnen auch, um so die für das Spritzen wichtige Konzentration zu erlangen.

TIPP 5 Auch kleine Belohnungen sind erlaubt, wenn Ihr Kind gut mitgearbeitet hat: beispielsweise im Anschluss eine Geschichte vorlesen oder etwas Lieblingsobst.

TIPP 6 Lassen Sie sich durch Ihr Hämophilie-Zentrum unterstützen, wenn Sie Fragen haben. Sarah selbst konnte zum Beispiel einen Spritzenkurs belegen und so das Spritzen intensiv üben.

TIPP 7 Holen Sie sich Hilfe. Sarah hat eine Assistenz, die sie an den Spritztagen unterstützt.

TIPP 8 Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es mit dem Spritzen Ihres Kindes anfangs etwas schwierig ist. Routine entsteht mit der Zeit.

Auf myHaemophilie.org finden Sie alle Videos von Sarah. In den letzten vier Beiträgen gewährt sie spannende Einblicke in den Spritzalltag mit ihren Jungs.

INTERVIEW

„JEDER WÄCHST ÜBER SICH HINAUS“

Carmen wohnt mit ihrem Mann Guido und Sohn Till in einem norddeutschen Dorf. Sie haben zwei Katzen und Hühner. Die Operationsmanagerin liest in ihrer Freizeit gern und ist oft draußen unterwegs, wenn sie nicht gerade ein neues Rezept ausprobiert. Den Sommer und die Wochenenden verbringt die Familie auf einem Campingplatz am See. Der Verlust ihrer Tochter vor 14 Jahren und die Geburt ihres Sohnes vor 13 Jahren haben ihr und ihrem Mann viel abverlangt und sie noch einmal enger zusammengeschweißt.

myFaktorNews: Wann haben Sie erfahren, dass Sie Konduktorin sind?

Carmen: Mein Onkel mütterlicherseits war Bluter. Ich habe meine halbe Kindheit bei meinem Onkel Heinz verbracht. Ein herzlicher Mensch, der aber die meiste Zeit im Bett liegend, im Rollstuhl oder im Krankenhaus verbrachte und sehr viele Medikamente nahm. In meiner Familie wurde kaum über die Bluterkrankheit gesprochen.

In mein Leben trat die Hämophilie mit der Geburt von Till und damit auch wieder zurück in die gesamte Familie. Es stellte sich dann heraus, dass eine meiner Schwestern ebenfalls Konduktorin ist und dass mein Bruder das gesunde X-Chromosom unserer Mutter erwischt hat.

myFaktorNews: Wie alt ist Ihr Sohn jetzt?

Carmen: Till ist gerade 13 geworden. Unser erstes Kind, unsere Tochter Zoe, kam 2006 als Engel auf die Welt. Die Nabelschnur hatte sich verknotet und schnitt ihr noch im Bauch die Sauerstoffzufuhr ab. Die Schwangerschaft mit Till wurde daher sehr engmaschig kontrolliert und war von vielen Sorgen überschattet. Allerdings war nie die Rede von Hämophilie oder sonstigen Gerinnungsstörungen. Till wurde ein Jahr später kerngesund geboren. Als er sechs Wochen alt war, fiel er aus der Babywippe. Die Sonographie ergab lediglich ein kleines Hämatom an der Nasenwurzel. Als dann jedoch die Nase weiter anschwoll, ließ uns der Kinderarzt mit Verdacht auf Bluterkrankheit in die Medizinische Hochschule Hannover einweisen. Dort wurde der Verdacht bestätigt und Till mit sofortigen Faktorgaben behandelt.

Er hat schwere Hämophilie A und das von-Willebrand-Syndrom. Ich bin Konduktorin und habe ebenfalls einen recht geringen Faktor-VIII-Spiegel. Till hat Hemmkörper, sodass bereits seit Start der Prophylaxe der Faktor sehr hochdosiert wird, damit dieser unter Kontrolle ist. Er muss jeden 2. Tag gespritzt werden. Mittlerweile ist das Spritzen entspannt, da wir schon ein paar Jahre dabei sind und Till auch selbstständig spritzen kann. Die ersten Jahre waren für uns alle eine Tortur. Obwohl die Spritzen (lebens-)notwendig sind, wünscht man sich als Mama, dass das eigene Kind nicht leiden soll. Insgesamt konnten wir aber alles gut meistern: zusammen als Familie, mit viel Unterstützung von Tills Hämophilie-Ärztin, einem guten Netzwerk anderer Betroffener und einer ganzen Menge selbsterworbenem Wissen sowie durch einen sehr offenen Umgang mit der Krankheit.

myFaktorNews: Wie sieht Ihr gemeinsamer Alltag aus?

Carmen: Je kleiner das Kind, desto aufwändiger ist die Logistik und das ganze Drumherum. So lange es sich nicht klar mitteilen kann, müssen die Eltern das Umfeld sensibilisieren. Jeder sollte einschätzen können, ob die äußeren Umstände sicher genug für einen Bluter sind oder auch bei einem unscheinbaren Unfall genau beobachten. Das Tückische an dieser Erkrankung ist, dass man äußerlich oft nichts sieht. Das Umfeld sieht nur einen kleinen oder auch mittlerweile großen Jungen, der total normal aussieht. Alle Menschen um Till herum müssen über die Krankheit, mögliche Einschränkungen und notwendige Notfallmaßnahmen aufgeklärt sein.

Jeder wächst über sich hinaus und selbst wenn Sie, bevor Sie eine „Bluter-Mama“ wurden, eine ganz stille Person waren, werden Sie mit dieser Krankheit automatisch ein Podiumsredner, Coach, Hämophilie-Lexikon, Motivator und kämpfender Löwe!

Als Bluter kann man theoretisch alles machen, so lange es im Einklang mit der Gesundheit bleibt. Till spielt aktiv Tischtennis. Wenn z. B. Wandertag angesagt ist, wird er an diesem Tag gespritzt. Ganz wichtig ist immer das Einbinden des Kinds selbst und die Stärkung von Selbstbewusstsein und Eigenverantwortung. Till hat von Anfang an offen und klar über seine Krankheit gesprochen. Entsprechend war seine Besonderheit letztlich so normal wie andere Dinge auch.

myFaktorNews: Wie gehen andere Kinder mit Tills Erkrankung um?

Carmen: Till hat keine Geschwister, dafür aber ganz viele Cousinen und Cousins und einen großen Freundeskreis. Meistens sind die Freunde vorsichtiger als Till selbst. Wir haben mit offener Kommunikation beste Erfahrungen gemacht. Wenn jeder weiß, worum es geht und wie man sich im Notfall zu verhalten hat, schwindet die Angst vor dem Unbekannten und alle können ungezwungener und sicher durch den Alltag gehen.

myFaktorNews: Ihre besten Tipps für Eltern hämophiler Kinder?

Carmen: Ich glaube, jeder muss seine Erfahrungen machen und den für sich richtigen Weg im Umgang mit der Hämophilie finden. Wenn ich Schlagworte nennen müsste, würde ich sagen: Mutig sein, nie aufgeben – es gibt immer eine Lösung! Das Leben mit Hämophilie ist unterm Strich in Bezug auf Elternsein und Kindererziehung nicht anders als ohne. Wichtig ist, immer wieder die Balance zwischen behüten und selbstständig werden zu finden, denn irgendwann heißt es loslassen können.

AN DIE TÖPFE, FERTIG, LOS!

KOCHEN MIT KIDS

Gemeinsam Rezepte aussuchen, einkaufen und anschließend Gemüse schnippeln oder Teig anrühren: Dabei lernen Kinder spielerisch das Einmaleins der gesunden Ernährung.

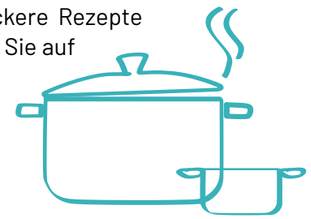
Je früher Kinder beim Kochen mit einbezogen werden, umso größer die Chance, dass sie das Gelernte verinnerlichen und auch als Erwachsene beibehalten. Denn Kinder schauen sich ab, was die Großen vormachen. Dabei sind aber nicht nur die Eltern gefragt, die ja in der Regel für die Ernährung im Alltag zuständig sind. Auch Großeltern, Tanten und Onkel sowie Freunde der Familie können hier regelmäßig einen Beitrag leisten. Oft haben diese auch mehr Geduld mit den kleinen Helfern als die eigenen Eltern und nehmen das gelegentliche Küchenchaos gelassen hin. Beim Kekse backen mit der Oma oder Marmelade rühren mit dem Onkel entstehen nebenbei auch noch essbare Präsente, die Ihr Kind dann stolz mit nach Hause bringen kann.

GESUNDE TIPPS UND TRICKS NUTZEN

Ernährung legt gerade bei Kindern mit Hämophilie die Basis für eine optimale Entwicklung. Neben Vitaminen, Mineralstoffen & Co. benötigt der im Wachstum befindliche Körper insbesondere Eisen, Folsäure und Vitamin B12 für die Blutbildung – die stecken vor allem in Gemüse und Obst. Ihr Sohn ist aber ein typischer Gemüseverweigerer? Vielleicht hilft das:

- **Kindgerechtes Anrichten:** Legen Sie Gemüsesorten nebeneinander auf einen Teller, so kann Ihr Kind selbst wählen, welches Gemüse es essen möchte. Schneiden Sie Obst und Gemüse in kleine Stücke, die zum Zugreifen animieren.
- **Pürieren:** Will Ihr Kind partout kein Gemüse essen, „verstecken" Sie es in einer Soße.
- **Vormachen:** Als Eltern üben Sie eine Vorbildfunktion für Ihr Kind aus. Greifen Sie öfter zum Apfel statt zum Schokoriegel, wird Ihr Sohn das aller Wahrscheinlichkeit nach auch tun.

Weitere spannende Infos zum Thema Ernährung bei Kindern sowie leckere Rezepte für die ganze Familie finden Sie auf **myHaemophilie.org**.



Gesund und lecker

Spinatpfannkuchen mit Himbeerstampf

Zutaten

für 4 Portionen (à 3 Pfannkuchen)

200 g	frischer Blattspinat
350 ml	Milch
3 große	Eier
350 g	Vollkornmehl
80 ml	Mineralwasser
500 g	Himbeeren
1 TL	Honig
1 TL	Zitronensaft
2 TL	Öl zum Anbraten
1 Prise	Salz

Zubereitung

Den Spinat gründlich waschen, trocknen und pürieren. Zusammen mit Eiern, Milch, Mehl, Mineralwasser, Honig und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Anschließend das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und pro Pfannkuchen eine Suppenkelle voll Teig hineingeben. Je nach Geschmack auf jeder Seite etwa eine Minute anbacken.

Ihre Kleinen können zum Beispiel die Himbeeren in einer flachen Schüssel mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken, während Sie die Pfannkuchen backen. Geben Sie einen Teelöffel Zitronensaft in den Himbeerstampf: Sauer macht bekanntlich lustig.

Nährwertangaben pro Portion:
445 kcal, 18,6 g EW, 8,4 g F, 62,9 g KH, 5,4 BE

TIPP:

Auf **myHaemophilie.org** finden Sie weitere tolle Rezepte für die ganze Familie.

GESUNDHEITSPLUS:

Mit Spinat, Vollkornmehl und Himbeeren liefern die Pfannkuchen eine große Portion Eisen, Kalzium und Ballaststoffe: Das sorgt für eine aufregende Abwechslung auf dem Frühstückstisch, füllt den Eisenspeicher, stärkt die Knochen und macht lange satt. Gut zu wissen: In Kombination mit dem Vitamin C aus Himbeeren und Zitronensaft kann der Körper das Eisen besonders gut aufnehmen.

FITNESSCHECK

WELCHER SPORT PASST ZU MIR UND MEINER HÄMOPHILIE?

Es gibt eine ganze Reihe von Sportarten, die Hämophile sehr gut ausüben können. Dazu zählen beispielsweise Schwimmen, Fahrradfahren, Golfen, Tischtennis oder Wandern. Auch eine Kampfkunst wie Taekwon-Do, die traditionell ohne Körperkontakt ausgeführt wird, ist möglich. Ebenso sind Inline-Skating, Kanufahren, Surfen, Rudern und sogar Basketball geeignet. Es gibt darüber hinaus noch einige andere Sportarten, die sich gut mit Hämophilie vereinbaren lassen.

GEMEINSAM SPORT MACHEN

Manchmal ist es ein ganz schöner Angang, sich für eine Sporteinheit zu motivieren. Leichter fällt es da schon, wenn man einen Trainingspartner hat. Warum sollte der nicht aus der eigenen Familie stammen? Denn wie sagt schon das Sprichwort: Eine Familie, die gemeinsam schwitzt, bleibt zusammen. Eine Radtour mit der Oma, ein Tischtennisbattle mit dem kleinen Bruder oder doch lieber Taekwon-Do mit dem Onkel? Auch die Mitglieder Ihrer Familie üben bestimmt eine Sportart aus, bei der sie Sie gern mitnehmen. Bevor Sie sich für eine Sportart entscheiden, sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Arzt darüber, ob diese für Sie infrage kommt. Er kann Ihnen gegebenenfalls auch Alternativen aufzeigen sowie Ihnen helfen, Ihr Fitnesslevel einzuschätzen.

NÜTZLICHE HELFER

Fit for Life
Diese App richtet sich an junge Hämophile und gibt Empfehlungen für den Schulsport. Sie enthält etwa 500 Bewegungsaufgaben aus verschiedenen Sportarten. Damit die App genutzt werden kann, werden vorher die notwendigen Daten in einem Beratungsgespräch bei einem Fit-for-Life-Event ermittelt.

myPKFiT
Mit der App behalten Sie stets Ihren aktuellen Faktor-Spiegel im Blick. So können Sie all Ihre Aktivitäten besser planen – auch Ihren Sport. Beide Apps finden Sie im App Store und bei Google Play.

TIPP
Weitere Infos zu Sport und Hämophilie sowie Videos rund um das Thema Fitness unserer Expertin Dagmar finden Sie auf

myhaemophilie.org

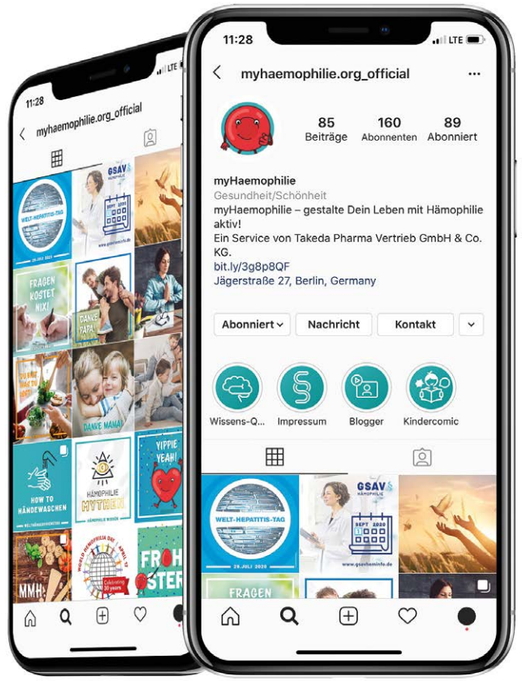
GESTALTEN SIE IHR LEBEN AKTIV MIT

myHaemophilie auf Instagram

Sie wollen immer auf dem Laufenden sein und jede Menge spannende Infos rund ums Thema Hämophilie erhalten? Dann besuchen Sie unseren Instagram-Kanal! Hier versorgen wir Sie regelmäßig mit frischen News. Außerdem finden Sie dort nicht nur tolle Ernährungstipps und leckere Rezepte, sondern auch effektive Workouts sowie Infos für einen bewegten Alltag. Sie wissen schon alles über Hämophilie? Beweisen Sie es in einem spannenden Wissensquiz, das Sie ebenfalls auf unserem Kanal finden.

FOLGEN SIE UNS EINFACH UNTER

myhaemophilie.org_official



IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG
Potsdamer Str. 125
10783 Berlin

KONZEPT, REDAKTION, LAYOUT UND GESTALTUNG
Dres. Schlegel + Schmidt,
Med. Kommunikation GmbH
www.schlegel-schmidt.de

PRODUKTION
Goltze Druck GmbH & Co. KG
www.goltze.de

FOTOS
Soweit nicht anders angegeben, liegen die Bildrechte bei Takeda.

© Adobe Stock: S. 1,2,3,9
© C. Schwarzenberg: 2,6,7
© Dres. Schlegel+Schmidt: S. 5,11
© iStock: S. 3,4,8,10,12
© V. Kurscheid: S. 3

Nachdruck nur nach Vereinbarung, © Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG, August 2020

Hinweis: Takeda bekennt sich zur gesellschaftlichen Gleichstellung von Frau und Mann. Bei allen personenbezogenen Formulierungen bezieht sich die gewählte Form auf alle Geschlechter.

GSAV HÄMOPHILIE – NOW!

MEIN FAKTORPRÄPARAT

- Seit dem 1. September erhalten Sie als Hämophilie-Patient ihr Faktorpräparat nur noch in der Apotheke und nicht mehr über Ihr Hämophilie-Zentrum. Vielleicht haben Sie sich ja vorsichtshalber erst einmal gut bevorratet, um den Wechsel so lange wie möglich hinauszuzögern. Falls Sie sich noch keine Partner-Apotheke vor Ort gesucht haben, wird es höchste Zeit, aktiv zu werden.

MEINE APOTHEKE

- Fragen Sie in der Apotheke Ihres Vertrauens nach, ob sie zukünftig Ihr Partner für den regelmäßigen Bezug Ihrer Faktorpräparate werden kann. Falls Sie bisher keine geeignete Apotheke gefunden haben, geben Ihnen Ihr Hämophilie-Zentrum oder auch die Interessengemeinschaft Hämophiler (IGH) gerne Tipps dazu.

- Auf **www.gsav.heminfo.de** finden Sie im Servicebereich einen Informationsflyer, der Ihnen und Ihrer Apotheke dabei hilft, an alle wichtigen Dinge zu denken – wie etwa Produkt- und Zuzahlungsinformationen oder, wenn erforderlich, die Meldepflicht.

MEIN HÄMOPHILIE-ZENTRUM

- Ihr Hämophilie-Zentrum bleibt weiterhin Ihr zentraler Ansprechpartner rund um Ihre Therapie. Hier kümmert sich Ihr vertrautes Experten-Team kompetent um Sie. Und keine Sorge: Für Notfallbehandlungen kann Ihr Zentrum jederzeit direkt auf die entsprechenden Faktorpräparate zugreifen.

Schauen Sie gleich vorbei:

GSAV HÄMOPHILIE

www.gsavheminfo.de

Auch auf **myHaemophilie.org** finden Sie alles Wichtige rund um Diagnose, Therapie und Leben mit Hämophilie.

Ihr persönlicher Ansprechpartner

Bei Fragen und Anregungen stehen wir Ihnen auch persönlich zur Verfügung.

Mo–Do 8–17:30 Uhr und Fr 8–15 Uhr

Tel: **0800 / 295 3333** (gebührenfrei)
Fax: **030 / 2062 77222**
customer-servicecenter@takeda.com

© Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG 2020
EXA/DE//2904 Mat. Nr. 1107102409 – Stand: 01/2022