

HEIDE HOFFMANN

# ICH BIN KEIN MÄNGELEXEMPLAR

Mein Leben mit einer seltenen Erkrankung



Hypophysen- und Nebennierentag Magdeburg 2023

# VOR DEM EREIGNIS - EIN INTENSIVES BERUFSLEBEN

MEXIKO



ARGENTINIEN



SÜDKOREA



VIETNAM



## Der Anfang:

Praxisverbund Berlin – [REDACTED]

Frau Dr.  
Heide Hoffmann  
[REDACTED]

### Betreff: Zeitnahe Vorstellung

Sehr geehrte Fr. Dr. Hoffmann,

der Tatsache geschuldet, dass wir Sie telefonisch nicht erreichen konnten,  
bitten wir Sie, sich zeitnah mit uns in Verbindung zu setzen.

Es geht um Ihren MRT – Befund, welcher dringend besprochen werden muss.  
Befund: möglicher Tumorverdacht

Mit freundlichsten Grüßen

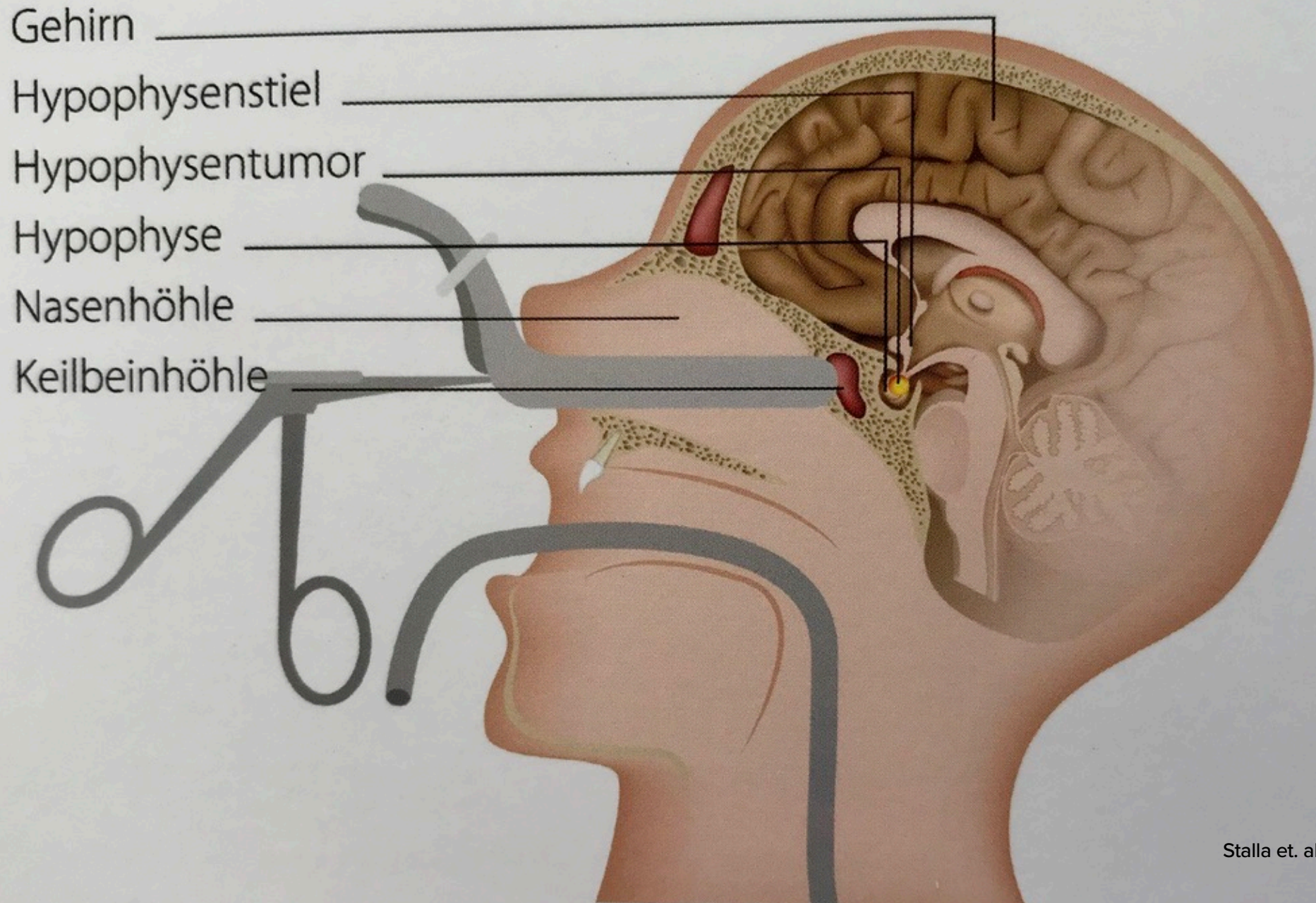
Prof. Dr. med. O. [REDACTED]



Eben noch in Havanna



# März 2016 - Die Operation



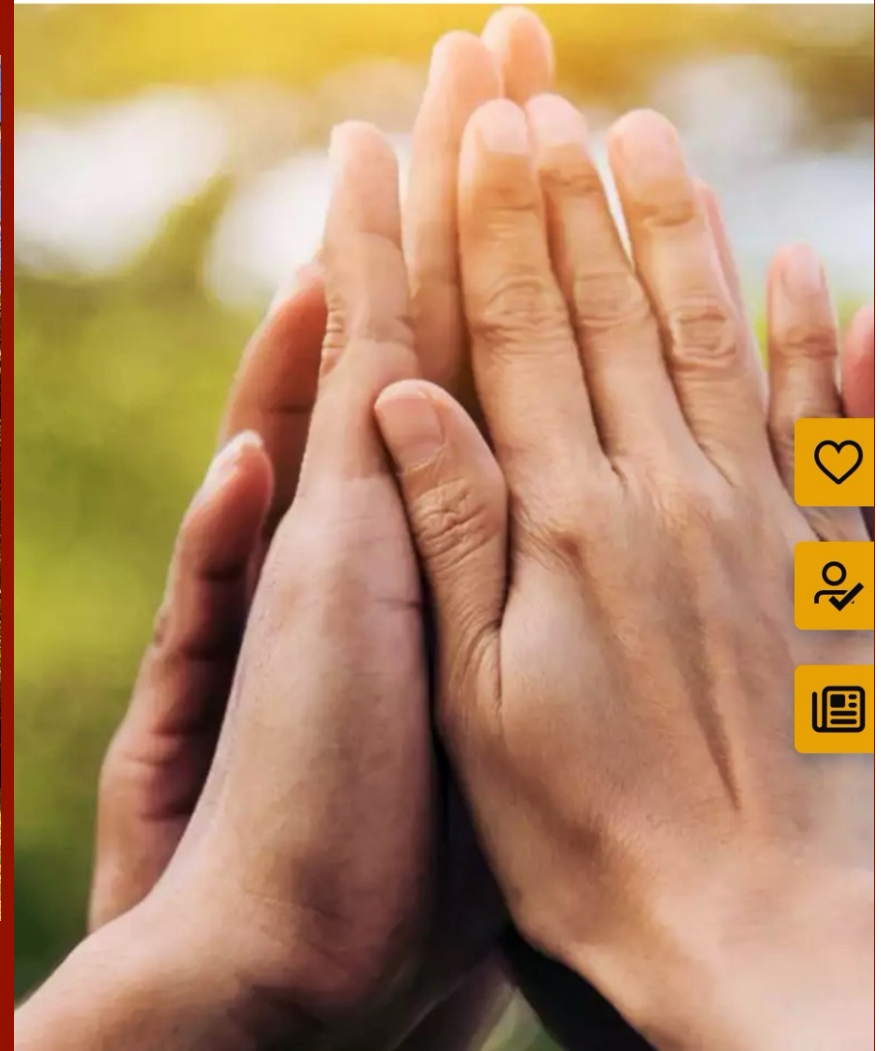
# Im St. Hedwig-Krankenhaus Berlin



## Entlassmanagement (Sozialdienst)



Hypophysen- und  
Nebennierenerkrankungen e. V.



Startseite

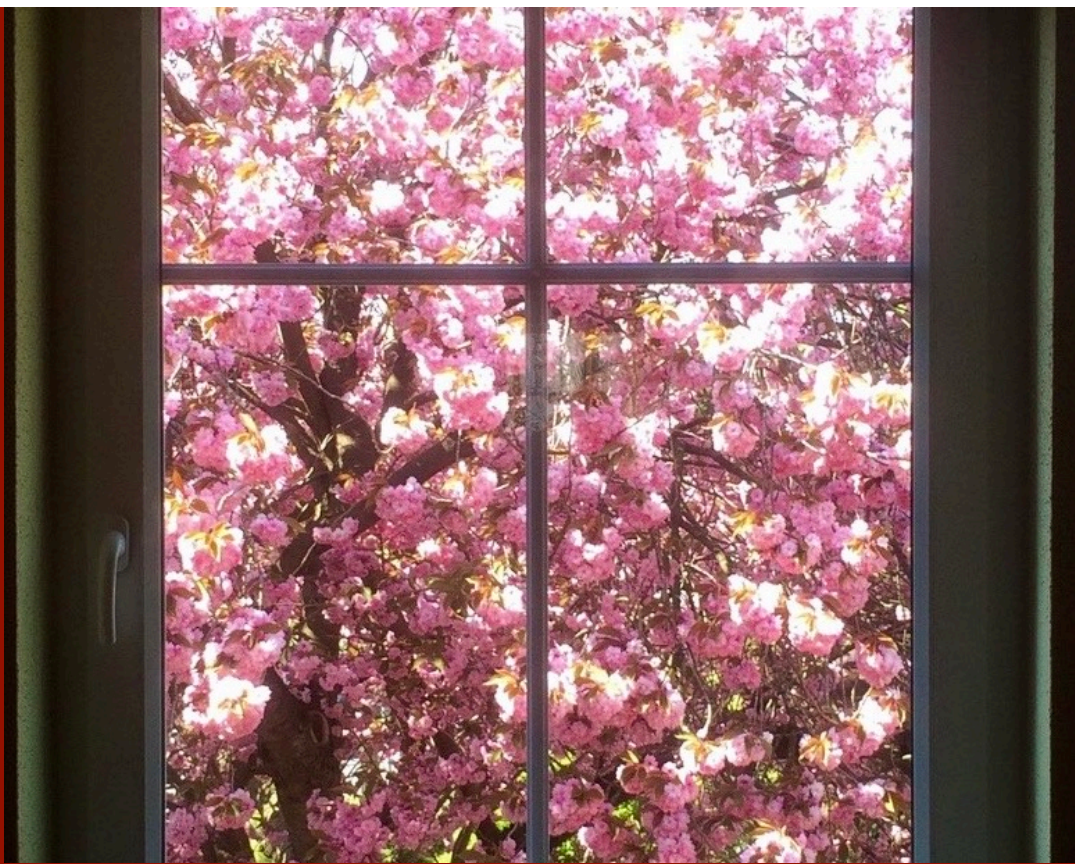
**Gemeinsam stark!**

# Wieder zu Hause und liebe Menschen




# Anschlussheilbehandlung in Bad Sülze





Ultimatum von Brand



**Hoffmann**

**heute weg?**

Das Bild

**ACHT WOCHEN SIND GENUG!**

Freitag, 30. Mai 2014, 7:00



Bild

The image shows a newspaper advertisement for Hoffmann. At the top, it says 'Ultimatum von Brand'. Below that is the logo for 'HANSALINIE' (a ship) and the name 'Hoffmann' in large, bold letters. Underneath is the headline 'heute weg?'. To the right of the headline is the logo for 'Das Bild' newspaper. A blue banner with the text 'ACHT WOCHEN SIND GENUG!' is overlaid on the advertisement. Below the newspaper is a large white sign with the 'Bild' logo in red.



# Zurück im Berufsleben

Anerkennung von 50 % nach  
mehrfachem Widerspruch



[https://www.tagesspiegel.de/wissen/images/20160817-impessionen-vom-thaersaal-fotomatthias-heyde-hu-berlin-3/alternates/BASE\\_4\\_3\\_W1000/20160817-impessionen-vom-thaersaal-fotomatthias-heyde-hu-berlin-3.jpeg](https://www.tagesspiegel.de/wissen/images/20160817-impessionen-vom-thaersaal-fotomatthias-heyde-hu-berlin-3/alternates/BASE_4_3_W1000/20160817-impessionen-vom-thaersaal-fotomatthias-heyde-hu-berlin-3.jpeg)

## Schwerbehindertenausweis

The holder of this card is severely disabled.



**Dr. Hoffmann**

**Heide**

Geschäftszeichen: 3832216

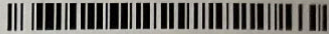
**Gültig bis: unbefristet**

2017

## Fahrradreise ins Baltikum mit Hindernissen – Sturz und Wirbelbruch



Substitution von HC über eigenverantwortliche Tabletteneinnahme



### KARTA INFORMACYJNA

Imię i nazwisko: **Heide HOFFMANN**

Płeć: **K**

Data urodzenia: [REDACTED]

Pesel:

Data przyjęcia: **2017-08-01 21:02**

L. ks. gl.: **2017/12/98772**

Data wypisu: **2017-08-01 23:33**

Strefa oddziału: **Obszar Konsultacji i Badań Ortopeda**

#### ROZPOZNANIA:

S32.0: Złamanie odcinka lędźwiowego kręgosłupa i miednicy - Złamanie kręgu odcinka lędźwiowego kręgosłupa  
złamanie kręgu L3 . niedoczynność przysadki

#### OPIS ZASTOSOWANEGO LECZENIA:

w dniu dzisiejszym uraz odc L-S kręgosłupa w wyniku upadku z roweru

pozycja wymuszona w odc L kręgosłupa, tklivość palpacyjna mięśni odc L grzbietu po stronie prawej, O. Szczytowy(+),  
Lasequa (+) obustronnie przy zgięciu w stawach biodrowych 30 st, uczucie, ukrwienie obwodowe zachowane, TK  
uchy złamania L3 kręgu

\* Wskazówki dotyczące pielęgnowania i żywienia w załączeniu.

#### TRYB WYPISU:

----> Klinika Ortopedii

#### ZALECENIA:

----> Kliniki Ortopedii

Potwierdzam odbiór karty informacyjnej oraz wszystkich dostarczonych przeze mnie dokumentów

Data i podpis pacjenta/opiekuna:

Lekarz wypisujący:

**Michał OSOWSKI**  
lekarz, NPWZ: 2880125

Kierownik SOR:

**Jacek GWOŹDZIEWICZ**  
lekarz, NPWZ: 9042788

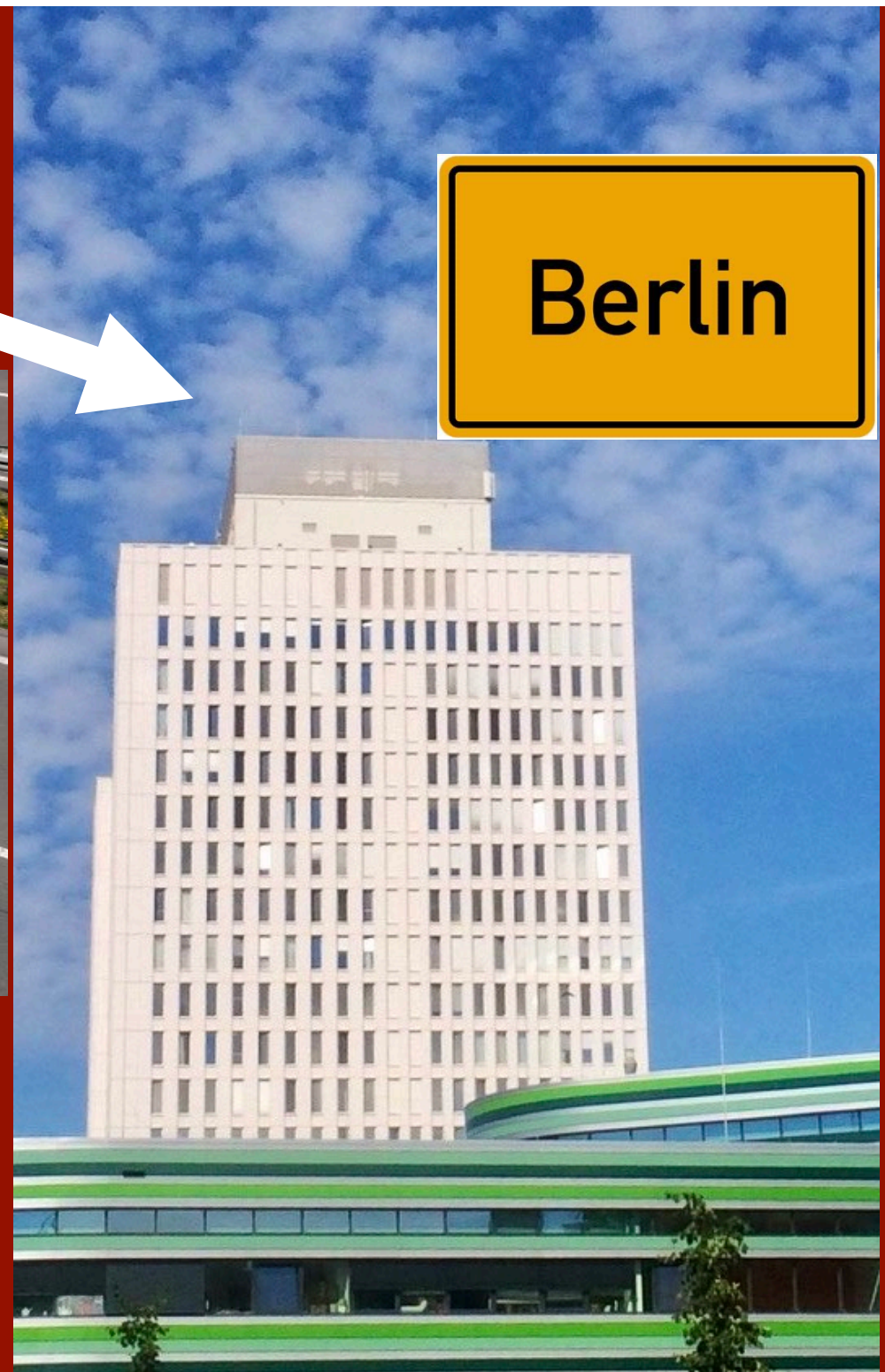
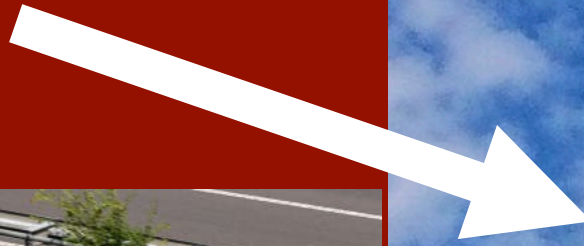
Michał Osowski  
lekarz  
2880125

# Mein Fahrradhelm nach dem Unfall



Danzig

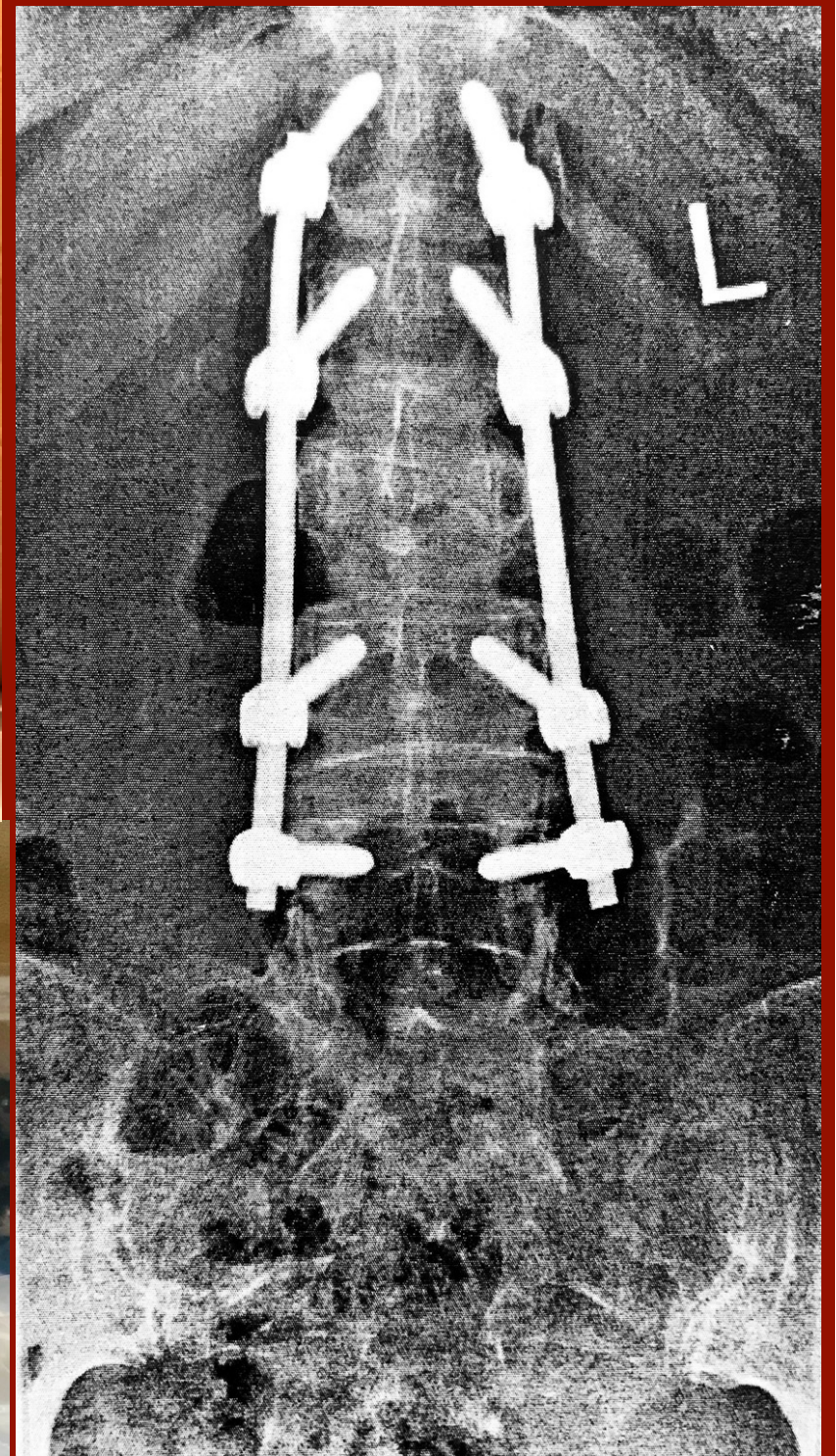
Berlin



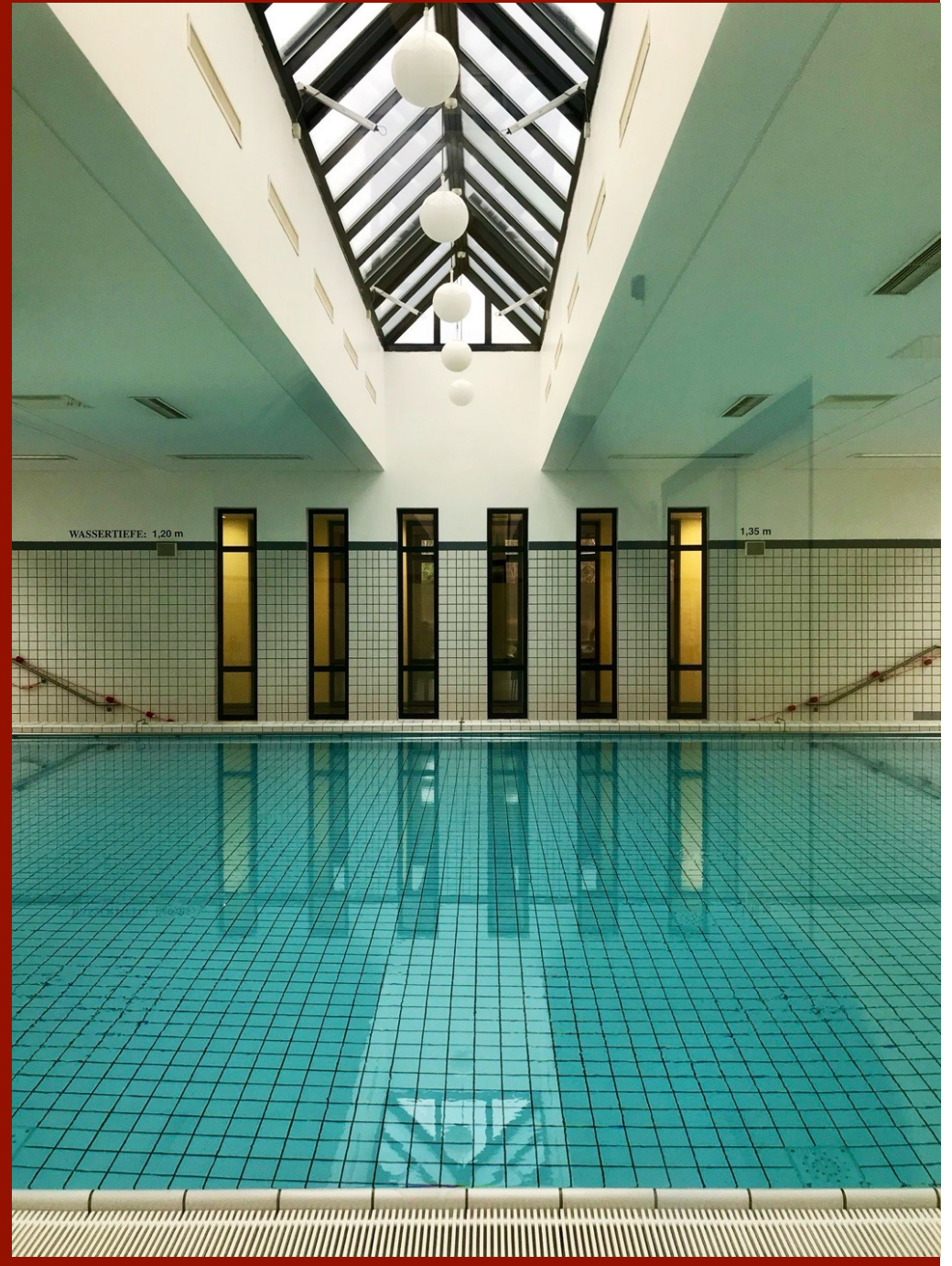
<https://www.startpage.com/av/proxy-image?piurl=https://thumbs.dreamstime.com/b/malteser-ambulance-motorway-malteser-hilfsdienst-e-v-germany-catholic-relief-organization-198165240.jpg&sp=1698772920Ta83424f56670a66616a53bd1ee597e76d7ee104351c2c46d357d964a989ee07a>

Operation in Abstimmung mit der Endokrinologie

Verschraubt und Zugenäht



# Reha-Klinik Sommerfeld nach Entfernung der Stabilisatoren



## Symptome, mit denen sich die Erkrankung bemerkbar machen kann:

- Erschöpfung (Prävalenz 70 % der Ereignisse),
- Übelkeit (41 % der Ereignisse),
- Durchfall (29 % der Ereignisse),
- Niedriger Blutdruck (20 % der Ereignisse),
- Symptome einer Unterzuckerung (17 % der Ereignisse),
- Erbrechen (16 % der Ereignisse),
- andere Symptome (20 %) wie zum Beispiel Muskelschmerzen, Schwindel, Kopfschmerzen, Gelenkschmerzen morgens beim Aufstehen, depressive Symptome und weitere Symptome, die mit der zugrundeliegenden Erkrankung assoziiert sind. (Spinnler 2016: 63)

# Mit Hamburger Modell und Beruflichem Eingliederungs- Management zurück an die Uni

<https://www.startpage.com/av/proxy-image?piurl=https%3A%2F%2Fwww.hochschulen-berlin.net%2Fsites%2Fdefault%2Ffiles%2Fhulewi.jpg&sp=1699873713T54ea94f391d6e6020e49677119af79ece90c59a2dda3fd99fbd0fe7d07cd001f>



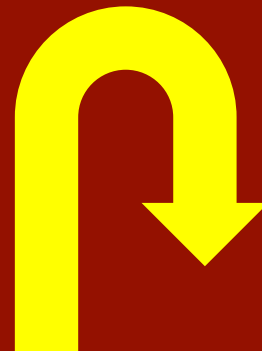
[https://www.startpage.com/av/proxy-image?piurl=http%3A%2F%2Fwww.rvh-berlin.de%2Fwp-content%2Fuploads%2FHumboldt-Universit%25C3%25A4t12\\_web.jpg&sp=1699873713Tba87857d4749634cf0cdded5456c0fd97d97c87b1854846ae65191b066932aa6b](https://www.startpage.com/av/proxy-image?piurl=http%3A%2F%2Fwww.rvh-berlin.de%2Fwp-content%2Fuploads%2FHumboldt-Universit%25C3%25A4t12_web.jpg&sp=1699873713Tba87857d4749634cf0cdded5456c0fd97d97c87b1854846ae65191b066932aa6b)





## Umgang mit der Erkrankung heute:

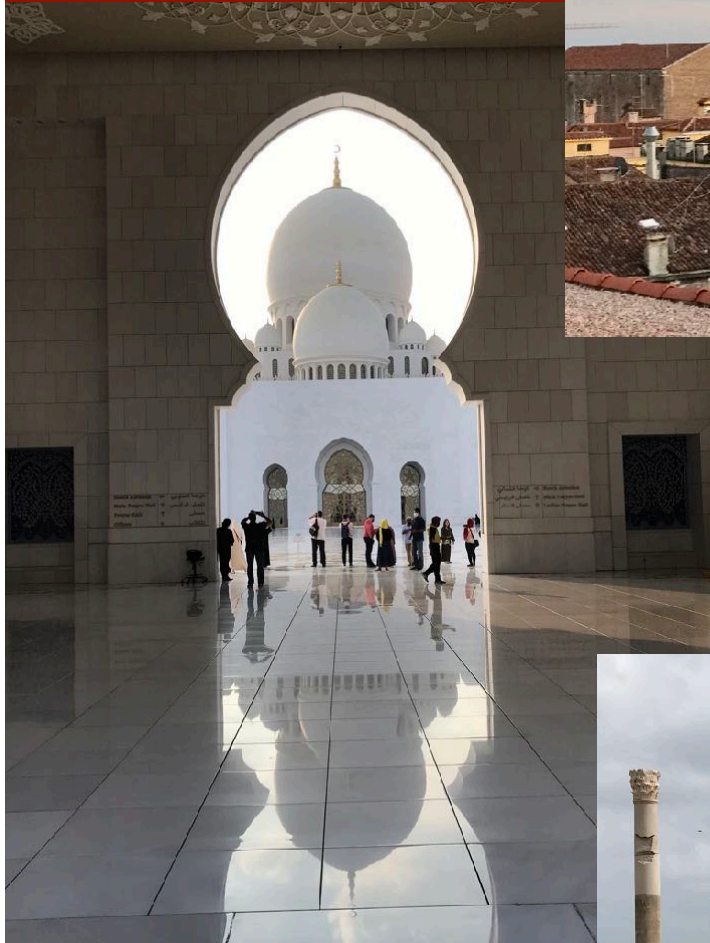
- regelmäßige Kontrolltermine beim Endokrinologen, Augenarzt und ggf. Radiologen
- Vorbereitung auf die Arzttermine mit »Spickzettel« (Vergesslichkeit!)
- regelmäßig Sport (Krafttraining und die berühmten 8000 Schritte am Tag)
- gesunde Ernährung
- Übersicht über die Zeichen einer beginnenden Addison-Krise und Nothilfhinweise sind im Bad angebracht
- achtsamer Umgang mit mir selbst (eine ständige Herausforderung an mich...)
- regelmäßiger Besuch der Selbsthilfegruppe und Lektüre der GLANDULA
- offensiver Umgang mit der Erkrankung (man sieht es uns ja nicht an!)
- Dinge tun, die mir gut tun (Schreiben, Malen, Museumsbesuche)




# Neue Beschäftigungen

**Selbst-Therapie – und als Unterstützung für andere Betroffene und ihre Angehörige: Aufschreiben meiner Erlebnisse und Erfahrungen im Buch „Ich bin KEIN Mängelexemplar“ (fachliche Unterstützung durch die Endo-Assistentinnen der Charité)**





WICHTIGE  
ÄRZTLICHE  
INFORMATION



DIESER PATIENT BRAUCHT TÄGLICHE  
STEROID-ERSATZTHERAPIE

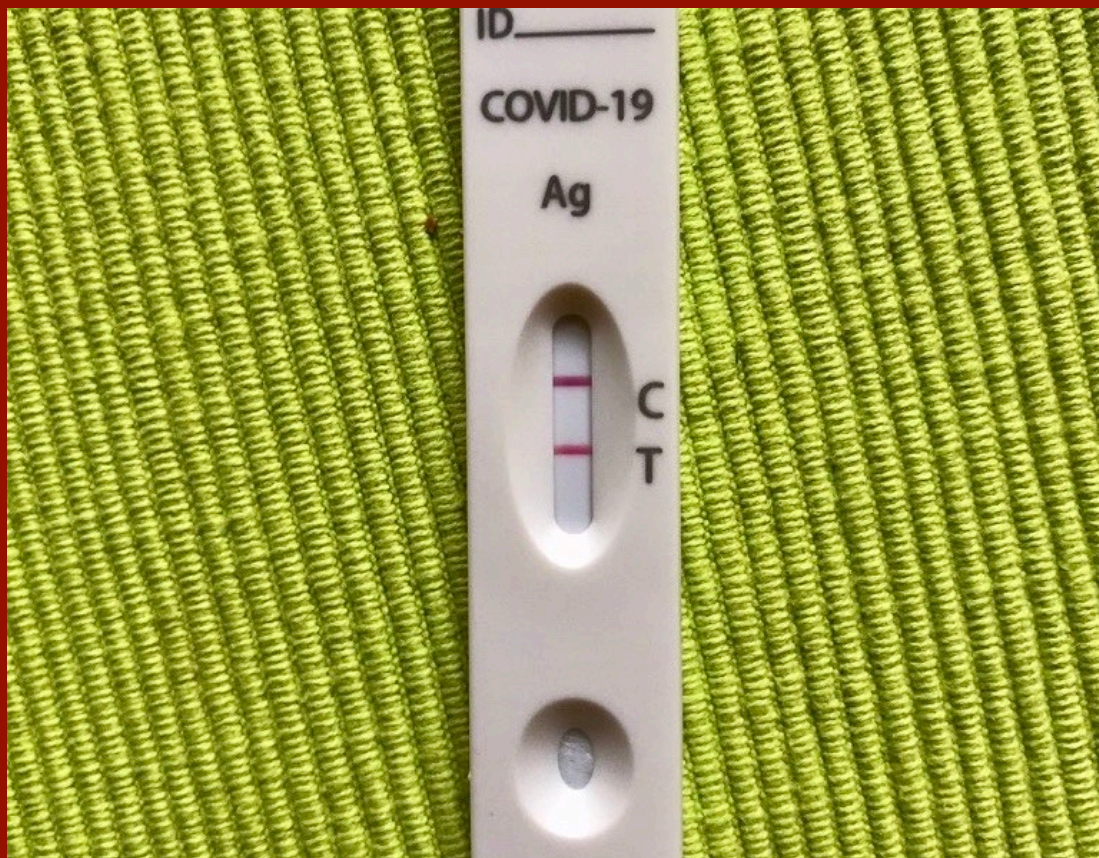
Im Falle einer schweren Erkrankung, Unfalles,  
Erbrechen oder Durchfall, müssen  
**sofort Hydrocortison 100mg**  
(oder ein anderes Glucocorticoid) iv/im  
und physiologische Kochsalzinfusionen  
verabreicht werden, um eine  
lebensbedrohliche Nebennieren-Krise  
zu vermeiden

Für weitere Infos:  
[www.endokrinologie.net/krankheiten-glukokortikoide.php](http://www.endokrinologie.net/krankheiten-glukokortikoide.php)



Reisen ist wieder möglich  
Mit Nothilfeausweis und  
Nothilfeset!

**Corona - trotz 4maliger Impfung und  
Vorsicht  
Aber mäßiger Verlauf**



Während der Corona-Zeit habe ich ein neues Buch geschrieben. Darin habe ich die Tagebücher von meinen vielen Dienst-Reisen in alle Teile der Welt verarbeitet. Es sind Geschichten von Erlebnissen, die neben dem Dienstgeschäft passiert sind.

Es ist 2023 wieder im Lehmanns Media Verlag erschienen.

Auf diese Weise habe ich auch mit meinem früheren beruflichen Leben abgeschlossen.



lehmanns  
media

Heide Hoffmann ♦ Abenteuer Dienstreisen

Heide Hoffmann

lehmanns  
media



## Abenteuer Dienstreisen

In Zeiten, als *Corona* nur eine mexikanische Biermarke war

Kein Mensch kann den anderen von seinem Leid befreien.  
Aber er kann ihm Mut machen, das Leid zu tragen.



**Netzwerk Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen e.V.**  
Waldstraße 53 · 90763 Fürth  
Tel. 0911/97 92 009-0  
Fax 0911/97 92 009-79  
E-Mail: [netzwerk@glandula-online.de](mailto:netzwerk@glandula-online.de)  
Internet: [www.glandula-online.de](http://www.glandula-online.de)



**Regionalgruppe Berlin**

**Dr. Heide Hoffmann**  
Regionalgruppenleiterin (Stellv.)  
Tel.: 030/2 81 79 08  
E-Mail: [heide.hoffmann@hu-berlin.de](mailto:heide.hoffmann@hu-berlin.de)

Selma Lagerlöf