

Bundesweiter Aktionstag gegen den Schmerz
am 04.06.2019 im Lehrsaal im Klinikum Konstanz

Heiß war es an diesem Nachmittag, sehr heiß! Und so waren wir froh, dass es immerhin 12 Teilnehmer gab.

Erfreulich auch, 4 Mitglieder der Schmerzlinik, 4 eigene Mitglieder und 4 interessierte Schmerzpatienten.

So haben wir dann eine kleinere Runde mit verkürzten Vorträgen abgehalten. Und doch war es ein interessanten Austausch.

Naja, ganz ehrlich, für die viele Arbeit vorher für Frau Dr. Mergner und mich, ist das dann schon etwas enttäuschend.

Aber das leckere, große Eis danach hat die Laune extrem gebessert. Dank dem edlen Spender!

Und damit nicht alles umsonst war, hier der Abdruck meines geplanten Vortrags:

Thema des Vortrages ist: was die Selbsthilfegruppe leisten kann. Lassen Sie mich zuerst sagen, was sie nicht kann. Sie kann Ihnen die Schmerzen nicht nehmen, aber, sie kann Ihnen helfen damit umzugehen und wieder mehr Lebensqualität zu geben. Voraussetzung: Sie kommen und sind bereit mitzumachen.

Mitte der 70er und 80er Jahre entstand die Selbsthilfebewegung, zuerst müde belächelt, mit den Jahren aber von Ärzten, Krankenkassen und der Politik anerkannt und gefördert.

Die Mitglieder sind von der gleichen Krankheit, Behinderung, psychischer Leiden oder auch großer Belastung als Angehöriger betroffen.

Gerade in Zeiten der finanziellen Krise im Gesundheitswesen erhalten die Gruppen neue Bedeutung.

Patienten beklagen mehr und mehr den Fachärztemangel, Fließbandabfertigung, zu wenig Zeit beim Arztbesuch und das ihnen nicht richtig zugehört wird. In diese Lücken, die auch unser anspruchsvolles Versorgungssystem nicht füllen kann, treten die Selbsthilfegruppen.

Mitglieder einer SHG unterstützen sich bei der Bewältigung von

psychischen, familiären, sozialen oder anderen Belastungen. Das Gefühl der gemeinsamen Betroffenheit und der Verbundenheit dadurch schafft Vertrauen und ermöglicht es sich in der Gruppe auch emotional zu öffnen. Der Austausch unter Betroffenen kann Entlastung und Ermutigung in der Alltagsbewältigung bringen, eine positivere Einstellung und somit einen anderen Blick auf die eigene Situation und Verhalten bewirken. Das kann bereits positive Auswirkungen auf Partnerschaft/Familie und im Berufsleben hervorrufen.

Hier kann alles besprochen werden, in der Gruppe oder auf Wunsch in einem Einzelgespräch.

Es hat sich gezeigt, daß Mitglieder von SHG aufgeklärter über ihre Krankheit sind, besser vorbereitet zum Arzt gehen, weniger an Depressionen leiden und mehr soziale Kontakte halten als Patienten, die sich keiner Gruppe angeschlossen haben.

In der Schmerzgruppe kann man 1. erfahren, dass es möglich ist trotz Schmerzen Freude am Leben zu haben, 2. erkennen, dass jeder durch Aktivität sein Befinden positiv beeinflussen kann und 3. dadurch auch das Selbstwertgefühl wieder aufgebaut wird.

Hierzu bieten wir derzeit viele gemeinsame Unternehmungen, die Kreativwerkstatt, die Impulsgruppe an.

Wichtig ist auch der Kontakt mit den Fachärzten, in unserem Fall den Schmerztherapeuten. Und ich darf sagen, dass wir sehr gut mit niedergelassenen Ärzten und der hiesigen Schmerzlinik zusammenarbeiten. So werden wir auch immer wieder durch Vorträge unterstützt. Aber wir haben auch Referenten aus anderen Bereichen, so hatten wir im Mai jemanden vom Zoll zu Gast, der uns das gesetzliche Wirrwarr zur Cannabis Therapie erklärte. Wir informieren über alternative Methoden und auch Rechtsansprüche, z.B. Pflegegrade, Hilfs- und Heilmittelverordnungen. Wir helfen beim Ausfüllen von Formularen und begleiten auf Wunsch zu Ärzten und Ämtern.

Das alles, also die Selbsthilfegruppe, funktioniert aber nur, wenn jeder Betroffene den Weg in die Gruppe findet, bereit ist zu Kommunikation, dem Einbringen eigener Fähigkeiten und der Auseinandersetzung mit sich selbst.

Nur so kann das bewährte Prinzip von Nehmen und Geben für alle einen positiven Effekt haben.

Im Vergleich zu den Anfangsjahren der Selbsthilfebewegung hat sich sehr viel getan, so werden die Gruppenleiter heute z.B. in

Gruppenführung und dem enormen Aufwand der Bürokratie geschult. Heute nehmen wir an Kongressen und Ärztesymposien teil und können hier die Sicht der Patienten darstellen und wir sind auch in kommunal- und bundespolitischen Gremien vertreten. Um uns das nötige Gehör zu verschaffen brauchen wir auch SIE, denn gemeinsam geht vieles besser, gemeinsam sind wir stark und gemeinsam haben wir eine ernstzunehmende Stimme.

Darum möchte ich Sie alle ganz herzlich einladen, sich an unserem Infostand zu informieren und unser nächstes Treffen zu besuchen.

Mittlerweile können wir uns auch über zwei Neuzugänge freuen. Die Herren stellen sich bei den nächsten Treffen persönlich vor.

Deutsches Ärzteblatt /Jg. 116/ Heft 22/ 31.05.2019
Abschrift

Alice-Salomon-Hochschule Führt Pflegestudiengang ein

Pflege kann man in Berlin ab dem Sommersemester 2020 auch an der Alice-Salomon-Hochschule studieren.

Man führe einen Studiengang „Pflege“ ein, teilte die Hochschule kürzlich in Berlin mit.

Nach acht Semestern haben erfolgreiche Absolventen den akademischen Grad „Bachelor of Science“ in der Tasche und sind Pflegefachfrau/mann mit staatlicher Anerkennung.

„Vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels im Gesundheitswesen ist der neue Studiengang ein wichtiger Beitrag zur Aufwertung der Gesundheitsberufe“, sagte Rektorin Bettina Völter. In Berlin gibt es bereits an privaten Hochschulen Pflegestudiengänge. (dpa)

Dieser Beitrag wurde uns von Notburg Ohlig übermittelt.