

TEB MAGAZIN

TREFFPUNKT

Erfahrung
Beratung
Begleitung



DIABETESFUß

Eine Folge von Diabetes
kann der diabetische Fuß sein

Seiten 5 - 7

UM WAS GEHT ES ?

TEB e. V. Selbsthilfe bietet den Hilfesuchenden bei Bauchspeicheldrüsenerkrankungen Möglichkeiten der Information

ZIELGRUPPEN

Betroffene und Angehörige mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse und deren Nachbarorganen, insbes. bei Bauchspeicheldrüsenkrebs

WAS WIR BIETEN

Sprechstunden, Workshops, Gruppentreffen, Ärzte- und Patientenseminare, Befunde erläutern, Veranstaltungen, Expertentelefon und mehr

Die TEB e. V. Selbsthilfe unterstützt Menschen mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse und deren Nachbarorganen unter besonderer Berücksichtigung des Bauchspeicheldrüsenkrebses

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht, durch intensiven persönlichen Kontakt Erfahrungen auszutauschen und entsprechende Informationen weiterzugeben und spezifisch zu beraten.

TEB e.V. wurde von Katharina Stang im Februar 2006 gegründet und hat sich seither zu einer Selbsthilfeorganisation mit einem breitgefächerten Netzwerk entwickelt. Die Gründerin und erste Vorsitzende Katharina Stang, die selbst betroffen ist, hat jahrelange Erfahrung im Bereich der Selbsthilfeorganisationen für Bauchspeicheldrüsenkranke.

Unterstützt wird der Landesverband

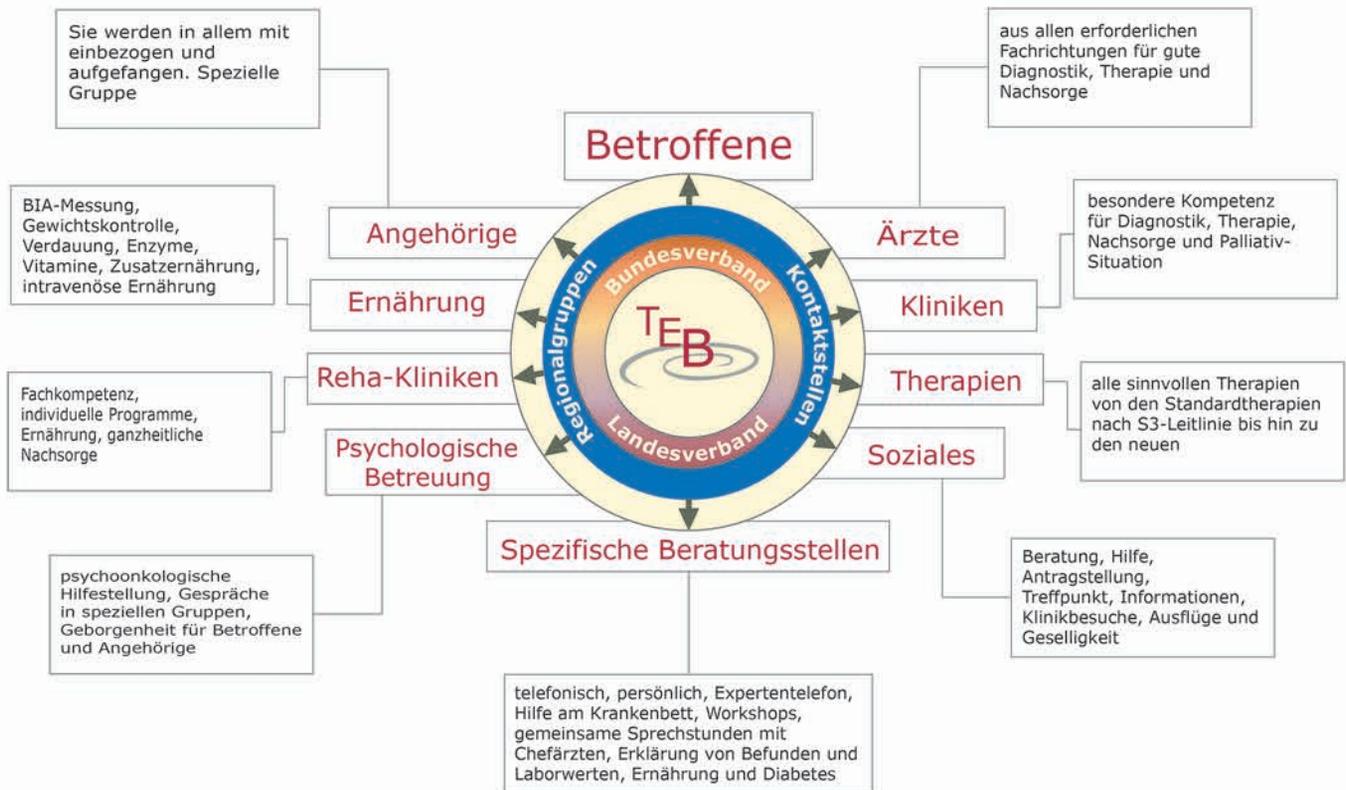
TEB e. V. Selbsthilfe, gegründet in Baden-Württemberg, vom Krebsverband Baden-Württemberg sowie mit Förderungen nach § 20 h SGB V der Krankenkassen. Seit 1. Februar 2012 ist TEB e.V. Bundesverband und Landesverband mit Regionalgruppen und Kontaktstellen und führt in Ludwigsburg, Ruhrstr. 10/1, sowohl die Bundes- als auch die Landesgeschäftsstelle. Auch der Bundesverband wird auf Bundesebene nach § 20 h SGB V gefördert.

Im Februar 2006 wurde TEB e. V. von Katharina Stang gegründet.

TEB e.V. wird bis heute von Frau Katharina Stang geleitet, die selbst betroffen ist und darüber hinaus mittlerweile 20 Jahre Erfahrung im Bereich der Selbsthilfeorganisationen für Bauchspeicheldrüsen-Erkrankte hat. Sie hat erkannt, dass neben den vielfältigen Informationen, die man heute aus dem Internet und von anderen Quellen bekommt, der persönliche Kontakt überaus wichtig ist, um diese Informationen zu gewichten und die nötige Praxiserfahrung zu gewährleisten.

Die TEB e. V. Selbsthilfe wird durch Pauschal- und Projektförderungen nach § 20 h SGB V der Krankenkassen unterstützt. Nähere Informationen zu den verschiedenen Projekten finden Sie auf unserer Homepage www.teb-selbsthilfe.de

Unser gut funktionierendes Netzwerk



Grafik: TEB e.V., Bild: Manuel Flor

Spenden sind jederzeit willkommen!



Spendenkonto:

TEB e. V. Selbsthilfe BW
 Volksbank Ludwigsburg
 IBAN: DE46 6049 0150 0328 5580 36
 BIC (SWIFT-Code) GENODES1LGB
 Auf Wunsch stellen wir gerne eine Spendenbescheinigung aus



Liebe Leserinnen und Leser,
das Jahr 2020 ist bereits Vergangenheit und wir alle hoffen, dass das neue Jahr besser wird und wir wieder unserem gewohnten Alltag nachgehen können.

Dass dem noch nicht so ist, mussten wir bereits in den ersten Tagen des neuen Jahres leidvoll erkennen. Corona-Maßnahmen sowie der bereits vorhandene Lockdown haben nicht dazu beigetragen, dass es besser wurde, nein - die Lage wurde nochmals verschärft.

Noch immer wissen wir nicht, wie es weitergeht, doch es gibt Hoffnung! Vertrauen wir darauf, dass die angelaufenen Impfungen den erhofften Erfolg bringen, und wir wieder in unser gewohntes Leben zurückkönnen.

Das vergangene Jahr hat auch bei TEB e. V. Spuren hinterlassen und uns in vielerlei Hinsicht vor große Herausforderungen und erheblichen Mehraufwand von zusätzlichen Aufgaben gestellt.

Telefonische Beratungen nahmen drastisch zu, Betroffene und Angehörige riefen aus Deutschland, ja man kann sagen, aus der ganzen Welt an und oftmals zu unterschiedlichen Zeiten, wie, z. B. abends, samstags, sonntags und feiertags. Sie hatten Fragen, Sorgen, Ängste, die sich nicht nur z. B. auf Operationen, Übelkeit, Ernährung, Enzyme, Verdauungs- und Gewichtsprobleme, Chemo und deren Nebenwirkungen bezogen. Nein - Einsamkeit, Isolation, Verlustängste, Trauer und Zukunftsangst kamen dazu.

Oft waren wir für viele das Fenster nach draußen und ein Ansprechpartner, der für sie Zeit hatte und stets präsent war, sofern es die gesetzlichen Bestimmungen erlaubten. Wir gaben alles! Wir installierten Online-Gruppen, die immer gut besucht waren, versuchten zusammen mit den Experten, die aus den verschiedensten Fachrichtungen kamen, einen regen und informativen Austausch unter den Betroffenen und ihren Angehörigen aufrechtzuerhalten.

Unsere Mitglieder spürten das! Denn noch nie zuvor hatten wir so viele Schreiben, in denen Wertschätzung, Anerkennung und Lob enthalten waren. Auch die vielen Spenden sind Ausdruck von Dank für unsere geleistete Arbeit. Von ganzem Herzen sagen wir danke!

Danke sagen wir Herrn Moritz Hermle und Herrn Matthias Wurst, Herrn Julian Hermle und den TEB Allstars, die sich wieder etwas einfallen ließen, weil auch ihre Benefizkonzerte nicht stattfinden konnten. Sie wussten, dass uns diese Spende sehr, sehr fehlen würde und veranstalteten einen Spendenmarathon, über den Sie in diesem Heft mehr lesen können.

Alle Spenden, egal ob klein, ob groß, gaben uns Sicherheit, Kraft, Mut und Zuversicht und gleichzeitig das Gefühl, dass wir uns auf einem guten Weg befinden und wir als Selbsthilfe in diesen schweren Zeiten ein wichtiger Baustein im Gesundheitssystem für viele schwerstkranke Menschen und ihre Angehörigen sind.

Wir danken von ganzem Herzen allen Spendern!



Ich denke, Sie werden neben unserem Hauptthema „Eine Folge von Diabetes kann der diabetische Fuß sein“ viele weitere interessante Artikel finden. Lassen Sie sich überraschen. Viel Spaß beim Lesen!

Ihre Katharina Stang

INHALTSVERZEICHNIS

TEB e.V. Selbsthilfe	2
Vorwort	3
Um was geht es ?	4
Diabetesfuß	5-7
Corona - eine Herkulesaufgabe	8-9
Mein Ehrenamt bei TEB e. V.	10
TEB Online-Gruppen	11
Rezept	12
Körper und Seele	13-17
Spendenmarathon der TEB Allstars	18-19
Postsendungen kommen nicht an	20
Operation gut, Nachsorge schlecht	21-23
Nachruf	24
Fragebogenaktion	25-29
15 Jahre TEB e. V.	30-31
Ein Betroffener bedankt sich	32
Leserbriefe	33
Ärzte-Patientenseminar 2021	34
Beitrittserklärung	35-36
Termine Regionalgruppen	37-38
Termine im Überblick	39
Kontakt	40

IMPRESSUM

Herausgeber: TEB e.V. Selbsthilfe, Bundes- und Landesgeschäftsstelle, Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, Ruhrstr. 10/1, 71636 Ludwigsburg, Tel. 07141 9563636, www.teb-selbsthilfe.de, geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de, Schirmherr: Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär, Redaktion: TEB e.V. Selbsthilfe, Katharina Stang (V. i. S. d. P.), Layout: Inge Wölfle, Titelbild: 123RF Limited: mangteng. Das TEB Magazin wird nach § 20 h SGB V durch die GKV-Gemeinschaftsförderung auf Landesebene Baden-Württemberg gefördert.

GKV-Gemeinschaftsförderung Baden-Württemberg



Eine Folge von Diabetes kann der diabetische Fuß sein

Wie so oft versuchen wir, auch Themen aufzugreifen, die nicht unmittelbar etwas mit der Erkrankung Bauchspeicheldrüse zu tun haben, wie z. B. der diabetische Fuß.

Die Bauchspeicheldrüse produziert Hormone und Verdauungsenzyme und ist eine der größten Drüsen des menschlichen Körpers. Zusammen mit der Leber erfüllt sie zentrale Funktionen im Nährstoff- und Energiehaushalt. Neben der Verdauung wird vor allem die Blutzuckerregulation gesteuert.

Oftmals leiden unsere Betroffenen an einer besonderen Diabetesform, dem Typ 3 c mit Verlust der insulinproduzierenden Zellen. Das kann durch chronische Entzündungen der Bauchspeicheldrüse, operative Teil- oder Kompletentfernung der Bauchspeicheldrüse oder durch eine Tumorerstörung bedingt sein.

Diabetes-Folgeerkrankungen können von Kopf bis Fuß entstehen, z. B. können Herz, Kreislauf, Augen, Gehirn, Zähne, Lunge, Nieren, Leber, Füße usw. betroffen sein.

Heute haben wir das Thema Füße in Augenschein genommen und werden im Laufe der Zeit weitere Themen in unserem Magazin behandeln.

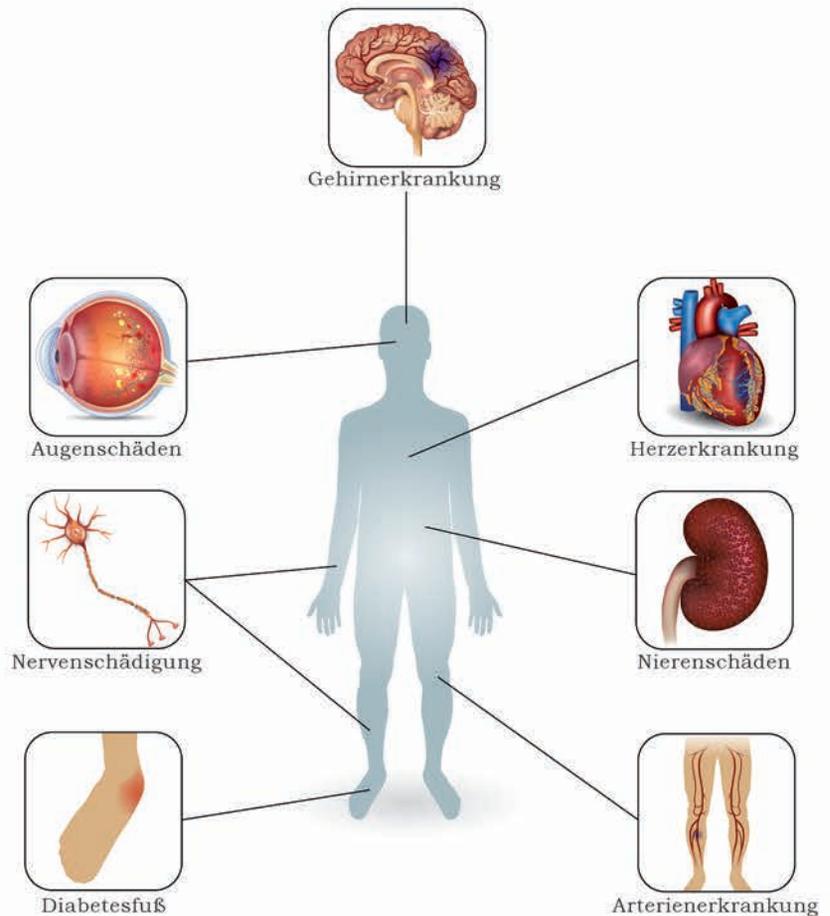
Der menschliche Fuß besteht aus sieben Fußwurzelknochen, fünf Mittelfußknochen sowie 14 Zehenknochen. Sie sind durch 33 Gelenke miteinander verbunden und werden durch 20 Muskeln und 114 Bändern stabilisiert. Der Fuß ist der Bereich des Bewegungsapparates, der am meisten belastet wird, weil er den ganzen Menschen trägt.

Ärzte sprechen von einer diabetischen Neuropathie

Bei einem gesunden Menschen ist das kein Problem. Aber wenn bei einem Diabetiker der Blutzuckerwert über einen längeren Zeitraum erhöht ist, kann sich im Laufe der Zeit eine Neuropathie (siehe TEB Magazin Ausgabe 17) entwickeln.

Der Arzt spricht dann von einer diabetischen Neuropathie und das bedeutet, die Nerven der Beine und

Diabetes Folgeerkrankungen sind zum Beispiel



Füße sind geschädigt. Die Folgen sind nicht nur Kribbeln (Ameisenlaufen), Schmerzen, Brennen (Burning Feet) oder Stechen, sondern auch eine verminderte Sensibilität auf Temperatur und Berührung bis zu einem Gefühlsverlust in Beinen und Füßen. Eine reduzierte Schweißbildung sowie eine starke Neigung zur Schwielenbildung sind ebenfalls möglich. Außerdem lässt die Kraft in den Fußmuskeln, die von den Nerven gesteuert werden, nach.

Die Schäden breiten sich von der Fußspitze nach oben aus, wobei die Zehen als erstes betroffen sind. Eine Neuropathie kann zuerst die Muskeln im Fuß lahmlegen. Die Muskeln an der Wade arbeiten zu diesem Zeitpunkt noch, das heißt, sie ziehen an den vorderen beiden Zehengliedern, die aber durch die fehlende Muskelkraft nicht dagegenhalten können. Die Folge ist eine Krümmung. Man nennt diese Zehen dann Krallenzehen. Durch die Krümmung wird die Belastung des Fußes verändert und es ent- ➤➤➤

stehen Druckstellen.

Weil aber die Betroffenen wegen der Neuropathie oft keine Schmerzen spüren, bleiben die Druckstellen unentdeckt und es können sich schnell offene Wunden entwickeln. Diese heilen meistens schlecht ab oder können sich leicht infizieren, wodurch sich dann häufig tiefe Geschwüre (Fußulkus) entwickeln, die sich bis auf den Knochen ausbreiten. Im schlimmsten Fall kann eine Amputation erforderlich sein. Erschreckend ist, dass ungefähr 70 % der Amputationen (ca. 40.000 jedes Jahr) in Deutschland bei Patienten mit Diabetes durchgeführt werden. Ebenfalls können durch das verringerte Schmerzempfinden kleine Brüche, etwa im Bereich der Fußwurzelknochen, nicht bemerkt werden. Dadurch können die Brüche zu akuten und chronischen Veränderungen der Fußgelenke führen, indem der Knochen an- und umgebaut wird und die Gelenke sich versteifen (Charcot-Fuß).

Doch Diabetes kann nicht nur zur Nervenschädigung, sondern auch zu Schäden an den Gefäßen in den Füßen und den Unterschenkeln führen. Man spricht dann von einer diabetischen Angiopathie oder auch einem ischämischen diabetischen Fuß.

Der erhöhte Blutzuckerspiegel des Diabetikers verursacht Schäden an der Innenwand der Blutgefäße. Auch Rauchen, Bluthochdruck oder erhöhte Cholesterinwerte zählen zu den gefäßschädigenden Faktoren.

Durch die kontinuierliche Schädigung der Gefäßinnenschicht wird der Durchmesser der Gefäße immer kleiner. Es fließt dann immer weniger Blut durch die Gefäße und das Gewebe wird nur noch unzureichend durchblutet und mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Durch den Durchblutungsmangel kann auch die Abwehrfunktion des Körpers beeinträchtigt werden und Bakterien und Pilze können leichter eindringen. Schon kleinste Wunden können ausreichen, dass Keime in den Körper eindringen und eine Infektion auslösen.

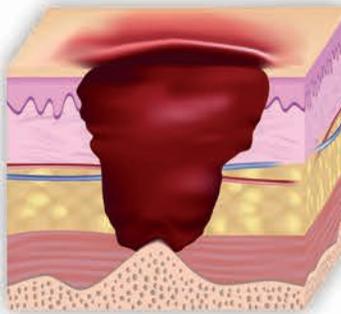
Die Zehen und die Fersen werden am schlechtesten durchblutet, dadurch können die Verletzungen besonders schlecht abheilen. Eine leichte Verletzung kann schon zu einem offenen Geschwür führen. Dabei entzündet sich das umliegende Gewebe oder stirbt sogar ab (Nekrose). Das Gewebe verfärbt sich dann pechschwarz und sieht wie verkohlt aus. Da bei einem ischämischen Fuß die Sensibilität bestehen bleibt, sind die Verletzungen sehr schmerzhaft.

Außerdem können die Beine (vor allem die Waden) beim Gehen schmerzen. Damit die Schmerzen zurückgehen, legen die Betroffenen eine kurze Pause ein. Da sie versuchen, ihre Gehpausen möglichst vor den Schaufenstern einzulegen, spricht man von der Schaufensterkrankheit.

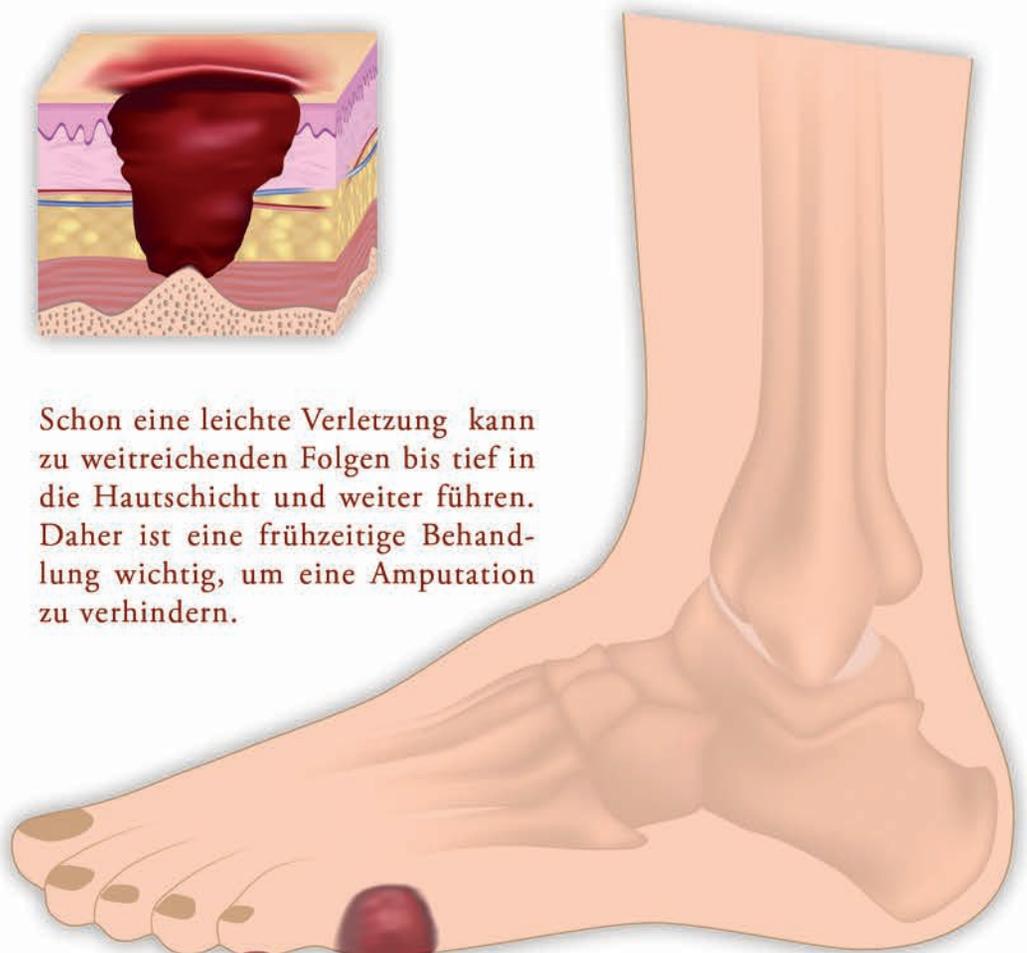
Betroffene, die gleichzeitig an einer Durchblutungsstörung und einer Schädigung der Nervenbahnen leiden, weisen zwar die Anzeichen

eines ischämischen diabetischen Fußes auf, können jedoch keine Schmerzen empfinden.

Das diabetische Fußsyndrom ist eine der schwersten Folgeerkrankungen bei Betroffenen mit Diabetes mellitus. Um ernste Fußprobleme wie die Amputation einzelner Zehen oder des ganzen Fußes zu verhindern, ist eine frühzeitige Behandlung wichtig. Das heißt, die Therapie sollte schon beginnen, bevor Wunden entstehen. Die Behandlung eines diabetischen Fußes kann nur dann erfolgreich sein, wenn die Ursache behoben ist. Das heißt, die Blutzuckerwerte müssen so gut wie möglich eingestellt werden, damit die Nerven- oder Gefäßschädigungen nicht weiter fortschreiten. Auch die Blutfettwerte, der Blutdruck und der Vitamin B1-Spiegel sollten regelmäßig kontrolliert werden. Die Kontrolle



Schon eine leichte Verletzung kann zu weitreichenden Folgen bis tief in die Hautschicht und weiter führen. Daher ist eine frühzeitige Behandlung wichtig, um eine Amputation zu verhindern.



des Vitamin B1-Spiegels ist wichtig, da es ein Nervenvitamin ist und ein erhöhter Blutzuckerspiegel zu einem erhöhten Bedarf an Vitamin B1 führen kann.

Ebenfalls ist es möglich, dass die Nieren das Vitamin B1 bei einem Diabetiker vermehrt ausscheiden.

Die Nervenschädigungen können nicht geheilt werden, aber die Durchblutungsstörung kann mit verschiedenen Maßnahmen verbessert werden. Bei der Durchblutungsstörung kann man im Anfangsstadium durch Gymnastikübungen mit den Füßen und Zehen, Knieübungen und Radfahren die Beschwerden verbessern.

Eine regelmäßige Überprüfung des Zustandes am Fuß ist wichtig!

Betroffene mit Diabetes müssen ihre Füße gut im Auge behalten, denn nur durch eine tägliche Selbstkontrolle können Veränderungen frühzeitig erkannt und behandelt werden. Wichtig zu wissen ist, dass man jeden Morgen oder Abend genügend Zeit einplant, gutes Licht und einen Spiegel hat.

Kontrolliert werden sollten die Fußsohlen, die Zwischenräume der Zehen wie auch die Zehen selbst. Wenn Druckstellen, Blasen, Einrisse, Hornhautschwielen, rote Stellen oder Anzeichen von Fuß- oder Nagelpilz entdeckt werden, sollte der Betroffene umgehend einen Arzt aufsuchen. Wenn man sich den Fuß angeschlagen hat oder gestolpert ist, sollte man auch sofort überprüfen, ob es zu einer Verletzung gekommen ist. Dann sollte auf jeden Fall sofort ein Termin in der Fußambulanz vereinbart werden.

Während der Behandlung eines diabetischen Fußes arbeiten neben Internisten, Diabetologen, Fußchirurgen auch spezialisierte Wundtherapeuten, Podologen und Orthopädietechniker zusammen. Solche multidisziplinären Teams in diabetologischen Schwerpunktpraxen oder Fußambulanzen ergänzen sich während der Behandlung. Gebündeltes Wissen und Kräfte der verschiedensten Experten sind enorm wichtig.

Eine regelmäßige Kontrolle beim Arzt sollte durchgeführt werden. Dieser entscheidet, ob eine podologische Therapie notwendig ist, um Folgeschädigungen an den Füßen zu verhindern. Er stellt, wenn es erforderlich ist, eine Heilmittelverordnung aus. Die Behandlung wird bis auf einen Eigenanteil von der Krankenkasse übernommen.

Haben sich bereits Entzündungen und Geschwüre gebildet, muss zunächst der Arzt die Behandlung durchführen. Der Podologe kann aber die Behandlung der Bereiche des Fußes übernehmen, die noch nicht geschädigt sind. Um die Füße besser zu schützen, kann der Diabetologe für Betroffene mit Durchblutungs- oder Nervenschädigungen spezielle Diabetesschutzschuhe und Einlagen verordnen. Diese werden bis auf einen Eigenanteil in der Regel von der Krankenkasse übernommen.

Da wir nur Selbsthilfe sind, bitten wir Sie, sollten Sie Veränderungen, wie wir sie beschrieben haben, feststellen, sprechen Sie Ihren Arzt sofort darauf an, damit er die weitere Therapie und Behandlung veranlassen kann.

Quellenangabe:

diabetischer-fuss.behandeln.de/diabetischer-fuss-therapie.html

<https://www.netdoktor.de/krankheiten/diabetes-mellitus/diabetischer-fuss>

Mechthild Maiß/Katharina Stang



Was Sie zusätzlich tun können



Corona - eine Herkulesaufgabe

Jetzt leben wir bereits ein Jahr mit dem Coronavirus, den damit verbundenen Schwierigkeiten und den daraus resultierenden Herausforderungen. Die Einhaltung der gesetzlich vorgeschriebenen Maßnahmen müssen ohne Wenn und Aber umgesetzt werden, was uns öfters an den Rand des Machbaren bringt.

Das Coronavirus hat uns gezwungen, unsere Aufgaben, Ziele, Veranstaltungen, Benefizkonzerte, Sprechzeiten in den Kliniken, Besuchsdienste sowie Beratungen neu zu planen und zu organisieren, was mit einem erheblichen Aufwand versehen ist.

Am Anfang der Pandemie dachte keiner, auch ich nicht, was alles an zusätzlichen Herausforderungen, Schwierigkeiten und Problemen im Laufe der Zeit auf uns zukommen und welche Ausmaße diese Pandemie erreichen wird.

Alles was die ehrenamtliche Arbeit der Selbsthilfe auszeichnet, war mit einem Schlag weg und wir standen mit unseren Sorgen und Nöten alleine dar. Hilfe und Unterstützung von Seiten der Politik oder der Stadt gab es nicht.

Oftmals hatte ich das Gefühl, dass man die Selbsthilfe vergessen hat,

obwohl wir eine wichtige und sinnvolle Arbeit zum Wohle der Betroffenen und unserem sozialen Staate leisten.

Wer fängt die Betroffenen und ihre Angehörigen auf, wenn es die Selbsthilfe nicht gäbe? Wohin können sich schwerstkranke in ihrer Not außerhalb der Geschäftszeiten wenden, wenn Beratungsstellen, Organisationen und Krankenkassen geschlossen sind?

Selbsthilfe ist in Zeiten von Corona wichtiger denn je! Selbsthilfe deckt menschlich, fachlich und psychisch vieles ab und ist fast immer zu erreichen.

Ein Jahr später!

Die Lage hat sich seit Beginn der Pandemie nicht verbessert, sondern in vielerlei Hinsicht verschlechtert. Es kamen zusätzliche Maßnahmen und Änderungen, die uns zwangen, total umzudenken und umzuplanen. Vieles hat sich seit Corona zwangsläufig verändert: persönliche Beratungen, Sprechstunden in den Kliniken, Gruppentreffen, Krankenbesuche, Veranstaltungen, Schulungen, Benefizkonzerte und Jahrestreffen fielen weg. Betroffene und

ihren Angehörigen fehlt eine gut funktionierende Anlaufstelle, der persönliche und individuelle Austausch sowohl in den Beratungen als auch in den Gruppentreffen.

Das ist nicht nur bei TEB e. V. so, sondern auch bei anderen Gruppen und vor allem auch in den Krebsberatungsstellen. Corona hat jeden kalt erwischt.

Was haben wir getan?

Die Landes- und Bundesgeschäftsstelle setzte die erforderlichen Hygienemaßnahmen und die Abstandshaltung, die bis zum 21. Januar 2021 galten, um und nur deshalb konnten unsere Mitarbeiter ohne Einschränkungen ihren Arbeitsplatz erhalten.

Jetzt ab dem 27. Januar kommen weitere gesetzliche Maßnahmen dazu, zum ersten Mal müssen wir die Arbeitszeiten unserer Mitarbeiter der jetzigen Situation anpassen. Ab sofort müssen unsere Mitarbeiter im Wechsel arbeiten, damit wir die gesetzlichen Auflagen erfüllen und unsere Geschäftsstelle nach wie in der gewohnten Weise geöffnet bleibt. ▶▶▶



Was bieten wir an?

- Persönliche Beratungen unter Hygienebedingungen und nach Absprache
- Telefonische Beratungen innerhalb der Geschäftszeiten und nach Absprache
- Beratungen über Zoom und Skype während der Geschäftszeiten
- Gruppentreffen mit wechselnden Experten finden 14täglich online statt
- Expertentelefon
- TEB Magazin vierteljährlich

Welche Leistungen wurden erbracht?

- Beratungen persönlich wie telefonisch so hoch wie noch nie
- 17 Online-Gruppen
- 21 Expertentelefone
- TEB Magazin Ausgaben 21-24
- Erklärungsfilm Diabetes 3 c
- Fragebogen zu Enzymen erstellt und versendet
- Auswertung der Fragebögen
- Trauergespräche
- Teilnahme an Beerdigungen (wenn möglich und erwünscht)
- Nachrufe

Was besonders auffällig war und ist, dass sich die telefonischen Beratungen enorm verlagert haben, das heißt, sie kommen verstärkt am Nachmittag oder abends sowie samstags, sonntags und feiertags vor. Betroffene und Angehörige fühlen sich in diesen schweren Zeiten oftmals mit ihren Sorgen und Nöten allein. Zu ihren allgemeinen Sorgen, die Bauchspeicheldrüsenkrebs auslösen kann, kommen jetzt Einsamkeit, Isolation, Zukunfts- und Verlustangst dazu und diese schlagen sich auch in den Beratungen, die immer anspruchsvoller

und auch umfangreicher werden, tagtäglich nieder.

Fazit

Das Jahr 2020 war für uns und insbesondere für mich sehr arbeits- und zeitintensiv und brachte mich sehr oft an die Grenzen des Machbaren und ging auch weit über das Ausmaß eines Ehrenamtes hinaus.

Ich bin dankbar, dass es uns gelungen ist, die Arbeitsplätze unserer Mitarbeiter zu erhalten und auch unseren Mitgliedern weiterhin ein adäquater Ansprechpartner geblieben zu sein.

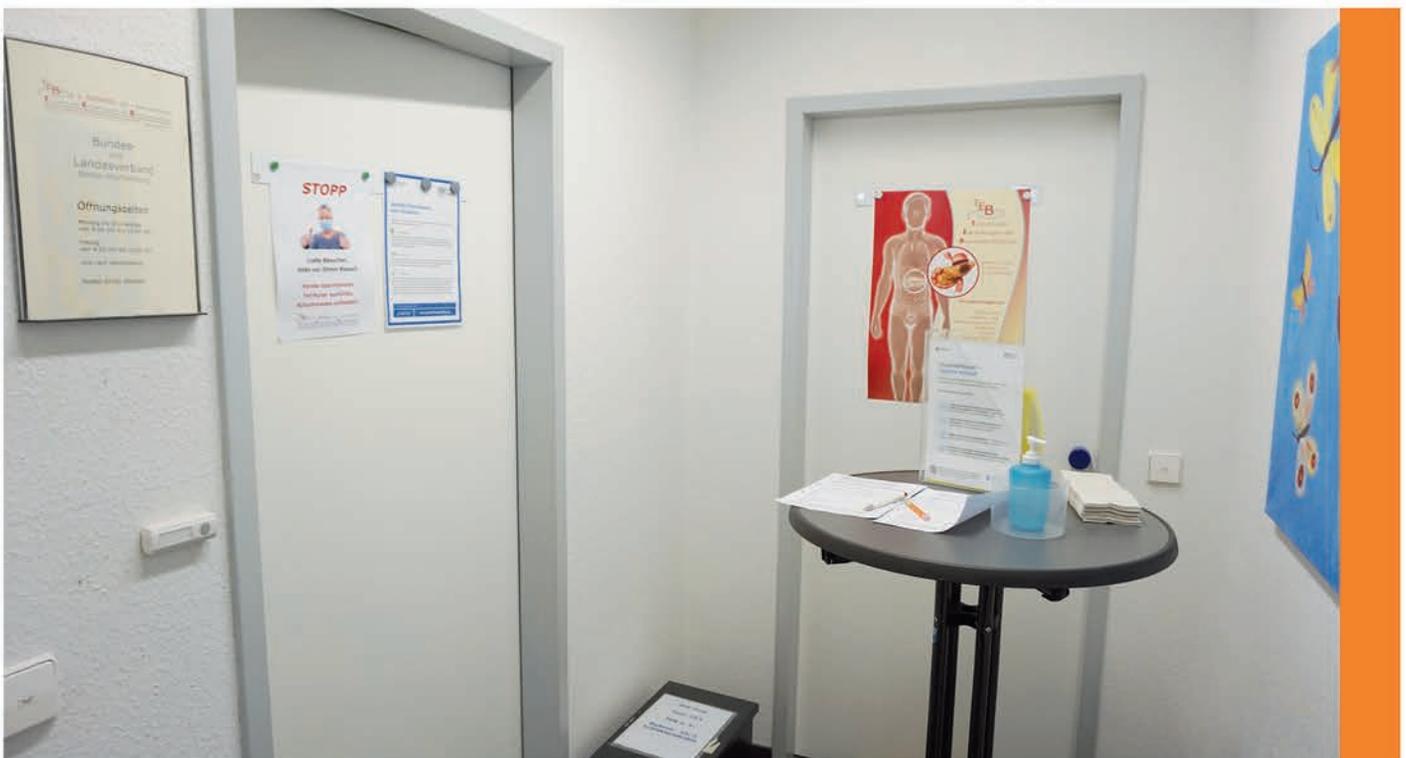
Jeder, der bei uns Hilfe suchte, bekam sie auch, wir haben keinen alleine gelassen! Das spürten Mitglieder, Betroffene, Angehörige und auch viele Interessierte und zeigten uns ihre große Dankbarkeit, in dem sie uns mit Spenden oder Briefen großes Lob, Anerkennung und Wertschätzung zuteil werden ließen.

Wir sagen allen, die uns in dieser schwierigen und außergewöhnlichen Zeit unterstützt haben, danke!

Danke für Ihre Anerkennung und Wertschätzung unserer Arbeit!

Hoffen wir, dass wir die Pandemie bald besiegen und wir alle wieder ein normales Leben leben können.

Katharina Stang



Mein Ehrenamt bei TEB e. V.

Seit 2017 bin ich Mitglied bei TEB e. V. und nehme, wann immer es geht, an den regulären Gruppentreffen und in Zeiten von Corona auch an den virtuellen Treffen teil.

Während dieser Zeit der Mitgliedschaft habe ich gemerkt, was es heißt, eine solche Organisation am Laufen zu halten und immer für die Betroffenen und deren Angehörige da zu sein.

Es bedarf einer großen Mühe, Aufwand, Motivation, Interesse, Fachwissen, Empathie, um Menschen mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, richtig und nach dem neuesten

Katharina meine Hilfe an und erwähnte dabei, dass ich medizinische Vorkenntnisse habe.

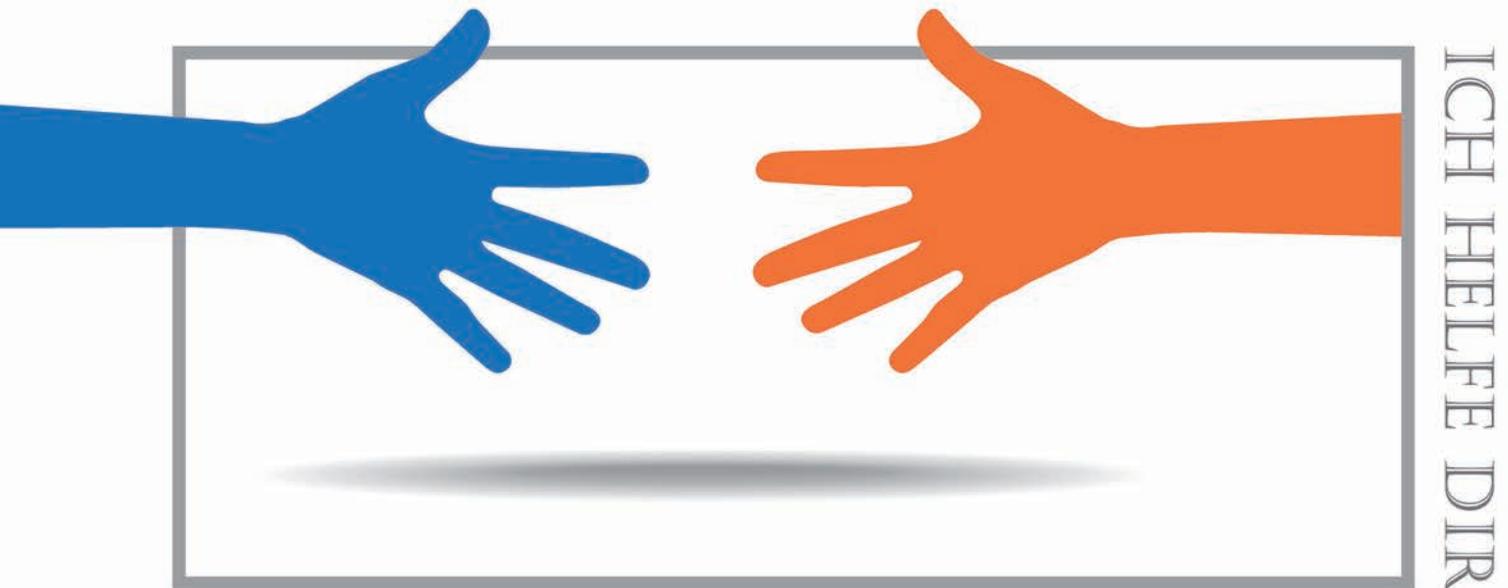
Nach einer kurzen Überlegung sagte sie zu mir: „Hast Du Lust, mich beim TEB Magazin zu unterstützen und mit mir den einen oder anderen Artikel zu schreiben?“ Ja, - war meine Antwort!

Seit einigen Jahren helfe ich TEB e. V. und damit auch Katharina. Erst seit ich mitarbeite wurde mir bewusst, wieviel Aufwand, Arbeit, Zeit und Wissen es bedeutet, einen Artikel zu schreiben.

Schnell vergehen ein paar Stunden, bis ich aktuelle und auch medizi-

Gerade in den schwierigen Zeiten von Corona ist es für mich nicht einfacher geworden, mein Ehrenamt auszufüllen. Vieles muss ich jetzt von zu Hause aus machen, anstatt mit Katharina zusammen in der Geschäftsstelle gemeinsam zu arbeiten.

Dank Telefon und Email geht alles. Doch ganz offen, es fehlt mir die freundliche Begrüßung durch die Mitarbeiter, das freudige Gesicht von Katharina und die darauffolgende Umarmung und die vielen netten Gespräche. Es ist einfach schön, dass ich ein Zahnrad in diesem großen Getriebe sein kann und darf.



Stand der Wissenschaft zu beraten und zu begleiten.

Es reicht nicht aus, sich nur auf die bestehenden medizinischen Informationen zu berufen. Vielmehr muss TEB e. V. ständig am Ball bleiben, um neue medizinische Fortschritte in Diagnostik, Behandlungen, Therapien und Forschung richtig weiterzugeben.

In vielfältiger Weise habe ich die Arbeit der TEB e. V. als Betroffene kennenlernen dürfen und dabei erleben können, wie wichtig diese Arbeit für jeden einzelnen Betroffenen und auch Angehörigen ist.

Ich wollte diese Organisation, die mir sehr viel gegeben hat, unterstützen und zurückgeben, was ich bekommen habe. Deshalb bot ich

nische Informationen zusammengestellt habe. Für die Ausarbeitung des Textes und die anschließende Absprache und Überarbeitung mit Katharina vergehen nochmals viele Stunden.

Früher las ich das TEB Magazin, ohne darüber nachzudenken, wieviel Zeit und Arbeit in jeder Ausgabe steckt. Auch weiß ich heute, was es bedeutet, ein Ehrenamt bei TEB e. V. auszuführen und wieviel Idealismus, Zeit und persönliches Engagement es erfordert.

Heute kann ich mir ein eigenes Bild von der wichtigen Arbeit, die bei TEB e. V. tagtäglich geleistet wird, machen, weil ich des Öfteren in der Geschäftsstelle bin und dort mit-

Auch wenn es manchmal stressig ist, mein Ehrenamt in die täglichen Planungen einzubauen, macht es doch riesigen Spaß, und ich möchte es nicht missen, dass ich mit dazu beitragen kann, dass TEB e. V. seinen vielfältigen Aufgaben und Zielen gerecht wird.

Ich kann nur jeden ermutigen: Helfen und unterstützen auch Sie TEB e. V.! Es gibt immer wieder Arbeiten in der Geschäftsstelle, wo sich Ehrenamtliche einbringen können.

Eure Mechthild Maiß

Die TEB Online-Gruppe

Obwohl erst im März 2020 aufgetaucht, hat das Corona-Virus inzwischen einen festen Platz in unserem Leben eingenommen. Fast haben wir uns schon daran gewöhnt, - ans Abstand halten, ans Masken tragen, an abgesagte Veranstaltungen, an die ständigen Meldungen in Presse und Fernsehen zu diesem Thema.

Das Leben hat sich verändert, wir haben uns weitestgehend arrangiert und notgedrungen angepasst.

Eine von vielen Veränderungen, mit der wir uns bei TEB konfrontieren mussten, war, wie Sie ja wissen, die Absage aller Regionalgruppentreffen. Oberstes Gebot waren und sind Kontaktbeschränkungen, die eingehalten werden müssen, gerade auch im Hinblick darauf, dass wir es bei TEB e. V. ja mit Menschen mit Vorerkrankungen zu tun haben.

Ausweichmöglichkeit bietet heute zum Glück die Technik und so begannen wir am 16.04.2020 mit unserer ersten Online-Gruppe via Bildschirm über ZOOM. Gewöhnungsbedürftig, aber sowohl wir als auch die Teilnehmer wagten uns mutig an diese neue Form der Kommunikation.

Inzwischen laden wir in der Regel alle 14 Tage zu einem Online-Gruppentreffen ein. Jedes Treffen hat ein bestimmtes Thema und fast jedes Mal haben wir einen Experten mit in der Runde, der den Fragen der Teilnehmer Rede und Antwort steht.

Die Idee, einen Newsletter begleitend zur stattgefundenen Gruppe zu verfassen, entstand gleich nach dem ersten Termin. Alle Mitarbeiter der Geschäftsstelle brachten ihre Ideen zur Gestaltung ein. Optisch ansprechend und übersichtlich fasst der Newsletter skizzenhaft den Verlauf der Online Gruppe zusammen:

Welche Fragen zum jeweiligen Thema wurden behandelt, welcher Experte hat uns unterstützt, wie war der Gesprächsverlauf, wie war die Stimmung, wann ist der nächste Termin und wie lautet das neue Thema? Gleichzeitig soll damit auch das Interesse geweckt werden, an der nächsten Online-Gruppe teilzunehmen.

Wenn uns Rückmeldungen der Teilnehmer erreichen, sind wir darüber sehr dankbar und nehmen sie im Newsletter mit auf. Sich gegenseitig die persönliche Wahrnehmung mit

zuteilen, gehört zum Austausch untereinander und für uns ist es eine Bestätigung und Ansporn zugleich, so weiter zu machen bzw. etwas zu ändern.

Insgesamt freuen wir uns über die gute Resonanz sowohl der Teilnehmer als auch über die Bereitschaft von Referenten bzw. Experten, uns zu unterstützen.

Wie es aktuell aussieht, wird uns Corona wohl noch eine Weile begleiten. Die Themen für unsere Online-Gruppe werden uns nicht ausgehen, Anregungen und Vorschläge sind jederzeit willkommen!

Weiter Informationen unter <https://www.teb-selbsthilfe.de/virtuelle-gruppentreffen>

Margit Müller/Geschäftsstelle



Hirse-Paella

Zutaten für 2 Personen

150 g Hirse
 500 ml Gemüsebrühe
 1 EL Olivenöl
 1 Knoblauchzehe (wenn man es verträgt)
 1 Zwiebel
 1 Karotte
 1 Stange Lauch
 1 Zucchini
 1 rote Paprikaschote (schälen)
 5 Garnelen
 75 g Scampi
 75 g Krebsfleisch



Zubereitung

Hirse heiß abwaschen und abtropfen lassen. Brühe zum Kochen bringen und Hirse hinzufügen. Hitze reduzieren und ca. 15 Minuten quellen lassen. Lauch, Karotte, Paprika, Zwiebel und Zucchini klein schneiden. Zwiebel mit Knoblauch in Olivenöl glasig dünsten. Gemüse zugeben und ca. 10 Minuten mitrösten. Dann Garnelen, Scampi und Krebsfleisch zugeben. Zuletzt die Hirse untermischen und mit Salz, Pfeffer und evtl. Currypulver würzen. Sofort servieren.



Pro Portion

463 kcal = 1931 kJ, 33 g E, 9 g F, 61 g KH/5 BE
 oder 6 BE, 9 g BS, 104 mg Chol
 Pro Gramm Fett mind. 3.000 I. E. Lipase
 Enzyme insgesamt 27.000 I. E.

Rezept aus: Katharina Stang/Sabine Spies, Köstliche
 Leichte Vollkost, Unsere Lieblingsrezepte, Manuela
 Kinzel Verlag 2010



Wenn der Einklang zwischen Körper und Seele gestört ist

Immer wieder erreichen mich Emails von Betroffenen, die mir schreiben: „Katharina, ich fühle mich traurig, lustlos, erschöpft und müde. Mein Körper schmerzt und meine Gefühlswelt hat enorme Schwankungen. Ich bin nicht mehr der, der ich einmal war!

Es fällt mir schwer, meinen Alltag wie z. B. kochen, putzen, essen, duschen zu bewältigen und auch Hobbys nachzugehen. Ich fühle mich oft wie gelähmt. Dazu kommt, dass ich mich an Gesprächen und Diskussionen nicht mehr beteiligen will, weil ich mich müde und erschöpft fühle, und ich mich nicht so, wie es nötig wäre, konzentrieren kann. Ich fühle mich in diesem Augenblick hilflos und wertlos. Am liebsten würde ich im Bett liegen bleiben und mir dabei die Decke über den Kopf ziehen. Einfach nichts mehr hören und sehen.

Dann gibt es Augenblicke, in denen ich völlig zerrissen bin. Mal will ich alleine sein, mal unter Freunden, mal will ich spazieren gehen, dann doch lieber zu Hause bleiben. Ich fühle mich unfähig, meine Wünsche klar und deutlich zu definieren und Entscheidungen zu treffen.

In diesem Chaos der Gefühle kommt es nicht selten zwischen meinem Partner und mir oder in der Familie

zu Spannungen, die mich dann wiederum sehr belasten.

Das Resultat ist, da ich mich selbst nicht verstehe und auch nicht konkret erkennen kann, was mit mir los ist, dass ich mich immer mehr zurückziehe. Ich komme mir vor wie eine Schnecke, die sich in ihr Haus zurückzieht. Dazu kommt, dass mir Zuversicht und Hoffnung schwinden, diesen Zustand der Hilflosigkeit jemals wieder verlassen zu können.

Katharina, kannst Du verstehen, dass ich keine Freude und Trauer verspüre und dass ich weder lachen noch weinen kann? Ich verstehe mich selbst nicht mehr!“

Was machen solche Emails oder auch Anrufe mit mir?

Sie berühren, bewegen mich und machen traurig. Ich spüre, dass Betroffene und auch ihre Angehörigen unter diesem Gemütszustand sehr leiden, und es erinnert mich an meine eigene Erfahrung mit dieser Erkrankung.

Es fühlt sich so an, als ob es gestern gewesen wäre, als bei mir damals die Diagnose „mittelgradige Depression“ gestellt wurde.

Mir ging es auf Grund meiner langen, und wie ich heute weiß, unentdeckten oder falsch erkannten Krankheit, sehr schlecht.

Mein Körper schmerzte, meine Seele schrie, und ich verlor mich jeden Tag mehr. Ich war nicht imstande, mir selbst zu helfen oder gar ein normales Leben zu führen. Es fühlte sich an wie ein Ritt auf der Rasierklinge, ich war unfähig, klare und präzise Entscheidungen zu treffen. Und dennoch wusste ich, dass ich einen Weg aus diesem Dilemma, in dem ich mich befand, finden musste. Ich war damals alleinerziehend und hatte eine große Verantwortung für mich und mein Kind, das ich unter keinen Umständen verlieren wollte. Das wäre die Konsequenz gewesen, wenn ich es nicht geschafft hätte.

Genau diese Verantwortung ließ mich eine fast 5 Jahre andauernde ambulante Psychotherapie machen, die mir letztlich geholfen hat, ins Leben zurückzufinden. Es war ein langer, schmerzhafter und trauriger Weg. Ich musste den Schlüssel, der in meiner Kindheit, Jugend und auch in meinem durch Krankheit geprägten Leben lag, finden.

Nachdem ich bereit war, den steinigen und oftmals quälenden Weg auf mich zu nehmen, konnte ich die Umstände, die nicht mehr zu

ändern waren, aufarbeiten und mein Leben neu ordnen, - es ging mit mir aufwärts.

Heute geht es mir um ein Vielfaches besser. Ich habe Frieden in mir und in der Vergangenheit gefunden. Ich habe gelernt, mit meinen Gefühlen umzugehen und kann inzwischen akzeptieren, dass es durchaus normal ist, wenn man dabei in sogenannte Fettnäpfchen außerhalb der „gängigen Normalität“ tritt. Ich bin heute mit mir im Reinen.

Ich hatte neben der Therapie auch das Glück, während der Behandlung meinen Mann kennenzulernen. Er hat mir sehr geholfen, zu dem Menschen zu werden, der ich heute bin. Er war an meiner Seite und ist mit mir jeden Schritt mitgegangen, wengleich meine extremen Stimmungsschwankungen für ihn oft sehr schwer anzusehen und zu ertragen waren.

Ich hatte sozusagen Glück im Unglück: Zwar hatte ich eine schwere Erkrankung, die mehrere Opera-

tionen nach sich zog, aber keinen Krebs. Ich musste mich nicht zusätzlich mit der Angst, die alleine das Wort Krebs auslöst, auseinandersetzen. Dennoch war meine Psyche stark in Mitleidenschaft gezogen. Wie muss es da erst Menschen gehen mit der Diagnose Krebs?

Betroffene und Angehörige haben ein Recht auf psychoonkologische Betreuung!

Oftmals benötigen Betroffene oder deren Angehörige dringend psychologische Hilfe, weil die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs sie völlig aus der Bahn geworfen hat. Darauf haben sie durchaus Anspruch und bekommen dies von der Krankenkasse auch bezahlt.

Aus vielen Beratungsgesprächen mit Betroffenen und ihren Angehörigen höre ich heraus, dass es sich häufig bei den Schilderungen ihrer augenblicklichen Lebenssituation, die durch unterschiedliche Faktoren aus-

gelöst wurde, nicht nur um eine Stimmungsschwankung handelt. Es kann sich eine weitere Erkrankung, wie z. B. Depression, dahinter verbergen.

Da ich kein Arzt bin, kann ich nicht beurteilen, ob es sich dabei um einen schlechten Tag, ein seelisches Tief oder gar um eine Depression handelt.

Jeder von uns kennt es, man hat mal einen schlechten Tag und alles geht schief, man hängt einfach durch. Das ist, so finde ich, völlig normal. Wichtig ist nur, dass man aus diesem Stimmungstief wieder aus eigener Kraft herauskommt.

Dagegen ist eine Depression etwas ganz anderes, und ein erfahrener Arzt kann sie gut von einem aktuellen oder dauerhaften Tief abgrenzen. Er ist auch der, der am besten einschätzen kann, um welche Art der Erkrankung es sich handelt, da es verschiedene Erscheinungsbilder von Gemütsschwankung bis Depression gibt. ▶▶▶

Betroffene und Angehörige haben das Recht auf psychoonkologische Betreuung



Er wird versuchen herauszufinden, wo die Ursachen liegen und welche Therapie in Frage kommt. Dabei kann er wählen zwischen den verschiedensten Therapieformen, wie z. B. Medikamente, Psychotherapie und, wenn nötig, auch einen Klinikaufenthalt in einer psychosomatischen Einrichtung befürworten.

Rückenschmerzen können ein Ausdruck dafür sein, dass die Last, die getragen werden muss, zu groß ist.



Mit welchen Themen werde ich konfrontiert?

In meiner Funktion als Vorsitzende von TEB e. V., Gruppenleiterin oder Moderatorin in den verschiedensten Regionalgruppen, auch online, werde ich immer wieder mit den unterschiedlichsten Stimmungsschwankungen, Gemütszuständen wie Freude, Trauer, Lachen, Weinen, Hilflosigkeit u. v. m. konfrontiert.

In den meisten Begegnungen meiner ehrenamtlichen Tätigkeit beobachte ich, dass sowohl körperliche als auch seelische Empfindungen, die jahrelang nicht wahr- und ernst genommen wurden, den Körper wie die Seele schädigen können.

Körper und Seele sind nicht voneinander zu trennen, sie gehören zusammen wie vieles in der Natur: kalt

und warm, Sommer und Winter, Tag und Nacht.

Ob zuerst der Körper und dann die Seele oder zuerst die Seele und dann der Körper krank waren, muss häufig in mühevoller Kleinarbeit herausgefunden werden, damit eine adäquate Behandlung eingeleitet werden kann.

Körperliche wie seelische Schmerzen hängen oft voneinander ab. Man sagt: Rückenschmerzen können ein Ausdruck dafür sein, dass die Last, die getragen werden muss, zu groß ist. Oder dass Angst und Sorge die Kehle zuschnüren und es einem die Sprache verschlägt. Alles schlägt auf den Magen und lässt das Blut in den Adern stocken und es lähmt.

Nicht immer ist es leicht zu erkennen, warum man sich schlecht fühlt, warum Schmerzen vorhanden sind und vor allem weiß man nicht, wann Körper und Seele aus dem Gleichgewicht gekommen sind, und wann sich aus einem körperlichen Schmerz ein seelischer Schmerz entwickelt hat.

Wie finde ich es heraus?

Auch hier kann ich nur von mir berichten. Es konnte mir damals keiner sagen, wie lange es dauert, bis ich wieder mit mir und meinem Körper im Einklang bin. Für mich fühlte es sich an, als würde ich nie mehr aus dieser ausgewogenen Situation herausfinden.

Aus vielen Gesprächen mit Betroffenen höre ich heraus, dass

es ihnen so ähnlich ergeht, wie ich es auch erlebt habe. Oftmals können Kleinigkeiten das „Fass zum Überlaufen“ bringen und einen Zustand der völligen Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Angst und Trauer auslösen, aus dem der Betroffene ohne fachliche und kompetente Hilfe nicht mehr herauskommt.

Auch die Angehörigen sind mit dieser Situation überfordert, hilflos und können niemals einen Arzt oder Therapeuten ersetzen. Oftmals sollten sich beide, Betroffener und Angehöriger, behandeln lassen, damit es keine Einbahnstraße wird.

Mögliche Auslöser für Erkrankungen:

- Banaler Streit zwischen Eltern und Kindern oder Ehepaaren
- Krankheit
- Trauer
- Negative Erlebnisse



Es ist für den Angehörigen sehr wichtig zu vermeiden, dass er sich selbst verliert, wenn sich ein Partner durch die Krankheit vorübergehend oder auch langfristig verändert.

So fragte mich eine Betroffene: „Katharina, wo ist der Knopf, den ich drücken muss, damit ich wieder „normal“ bin? Was kann ich tun, um wieder Kraft und Lust zu verspüren und dass mein Leben wieder lebenswert wird?“

Oft suchen Menschen in einem

seelischen Tief die Schuld oder die Fehler bei sich und glauben, dass ihr jetziger Zustand die gerechte Strafe für so manches Verhalten in der Vergangenheit ist.

Auch mir ging es so: ich machte mich für Dinge verantwortlich, für die ich gar nicht verantwortlich war, weil ich da noch ein Kind war und an so mancher Situation gar nichts ändern konnte. Ich zog mir den Schuh an, obwohl er mir nicht passte!

Dieses Denkmuster zieht sich oft

wie ein roter Faden durch das gesamte Leben.

Was können Auslöser für die Erkrankung sein?

Ein banaler Streit zwischen Eltern und Kindern oder Ehepaaren, Krankheit, Trauer oder negative Erlebnisse können einen Stein ins Rollen bringen und dadurch eine Lawine in Körper und Seele auslösen. Dies kann zu einer

Depression führen, aus der man nur noch schwer und meist nur mit professioneller Hilfe herausfindet.

Betroffene spüren häufig viel zu spät, dass ihr Akku leer ist und der Körper oder die Seele die Reißleine ziehen, um sich selbst zu schützen.

Erst bei akuten Beschwerden versucht man, sich dagegen zu wehren, indem man sich zusammenreißt und sich zurückzieht. Allerdings entsteht dabei ein weiterer Stressfaktor, weil man sich zusätzlich unter Druck setzt. Schon ist man in einer Spirale, die sich unaufhörlich weiterdreht.

Das ganze Leben ist plötzlich in Unordnung, nichts funktioniert mehr so, wie man es gewohnt war. Es entstehen dabei öfters zusätzliche Stresssituationen, aus denen Streit werden kann, den es vielleicht so nie gegeben hätte.

Botschaft meines Therapeuten

„Die Krankheit kommt zu Pferd und geht zu Fuß nach Haus.“ Das heißt, sie kommt schnell und braucht lange, bis sie wieder geht.

Noch heute kann ich mich an die Worte meines Therapeuten erinnern,

die er mir mitgab: „Sie kommen wieder aus dieser Depression heraus, lassen Sie sich Zeit.

Lernen Sie, zu sich selbst zu finden, und machen Sie sich nicht mehr abhängig von anderen. Finden Sie die Liebe und Wertschätzung in sich selbst, dann brauchen Sie sie nicht mehr von anderen einzufordern.

Wenn Sie mit sich im Reinen sind, können Sie vieles besser verstehen und abwägen, ob Sie sich mit etwas, das Ihnen nicht guttut, belasten wollen oder nicht.“

Hoffnung und Zuversicht nicht verlieren

Es kann lange, auch sehr lange, dauern, bis man wiederhergestellt ist. Ein Kennzeichen der Krankheit Depression ist, dass man oftmals keine Hoffnung auf Besserung sieht. Entscheidend für die Genesung ist, zu wissen, eine Depression ist ein vorübergehender, wenn auch manchmal

lang andauernder Zustand. Deshalb ist es unabdingbar, die Hoffnung und die Zuversicht trotz der veränderten Gemütslage aufrechtzuhalten. Dabei sind Achtsamkeit, eigene Wertschätzung und die Gewissheit, einzigartig zu sein, enorm wichtig! Ohne Hoffnung und Zuversicht ist der Weg zurück fast nicht möglich.

Alte Verhaltensmuster, negative Erfahrungen und Erlebnisse, Kindheit, Jugend, Stationen unseres Lebens haben uns geprägt und beeinflussen uns. Das gesamte Leben ist und bleibt eine Aufgabe, die wir tagtäglich zu bewältigen haben. Aus einer überstandenen Depression kann man gestärkt hervorgehen und bisher Unbekanntes in sich finden, das unbegrenzte neue Möglichkeiten eröffnet. Geben Sie sich die Chance und haben Sie den Mut, die Erkrankung anzunehmen, sich zu verändern und wieder neue Kraft und Zuversicht zu finden, um in ein Leben, das sich anders anfühlt, neu zu starten. Geben Sie die Hoffnung niemals auf!

Ihre Katharina Stang

Gehen Sie aus einer überstandenen Depression gestärkt heraus und eröffnen Sie sich neue Möglichkeiten



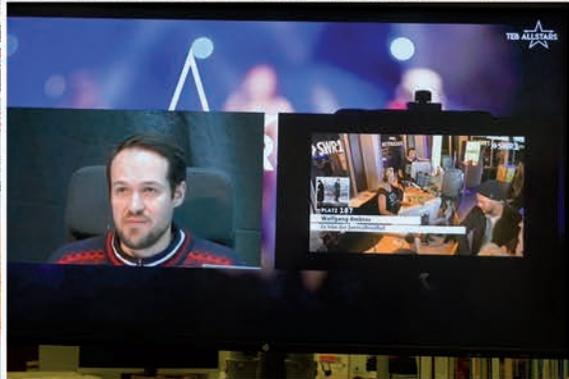
TEB ALLSTARS



PayPal: hallo @ teb-allstars . de Spendenkonto: TEB Allstars DE33 6409 1200 0507 4280 05



PayPal: hallo @ teb-allstars . de Spendenkonto: TEB Allstars DE33 6409 1200 0507 4280 05



PayPal: hallo @ teb-allstars . de

Spendenkonto: TEB Allstars DE33 6409 1200 0507



TEB ALLSTARS



Ein besonderes Highlight: der Spendenmarathon der TEB Allstars

Voller Spannung saßen wir am Samstagabend, den 4. Dezember 2020, zur besten Fernsehzeit vor dem Bildschirm und verfolgten den Livestream des Spendenmarathons der TEB Allstars auf YouTube und waren gespannt, was wir erleben würden.

Pünktlich um 20.15 Uhr begann der Marathon, der von Moritz Hermle und Matthias Wurst moderiert und von Julian Hermle begleitet wurde. Es war völliges Neuland für uns alle, die in den Jahren zuvor die Livekonzerte der TEB-Allstars besuchten.

Wie sagten Moritz und Matthias: „Warum sitzen wir heute hier und warum machen wir diese Veranstaltung? Wir hätten doch eigentlich heute in der vollbesetzten Schillerhalle in Dettingen unser 10. Benefizkonzert für TEB e. V. gehabt“.

Ja, es ging den TEB Allstars wie vielen anderen, Corona zwang sie, die Konzerte schweren Herzens abzusagen. Was uns allen besonders weh tat.

Doch sie wollten etwas tun und suchten nach anderen Wegen, um TEB e. V. auch in diesen schwierigen Zeiten finanziell zu unterstützen. Sie kamen auf die Idee, einen Spendenmarathon zu Gunsten von TEB e. V. durchzuführen, so die Worte der beiden.

Moritz und Matthias moderierten elegant durch den Abend, Julian war der dritte Mann, der die Fäden in der Hand hielt. Die Techniker haben dafür gesorgt, dass alles hervorragend funktionierte. Die verschiedenen Musiker der TEB Allstars waren mit ihren Beiträgen das Salz in der Suppe.

Bereits nach wenigen Minuten

zeichnete sich ab, dass die Jungs sich wieder einiges haben einfallen lassen und diese Sendung mit Anekdoten, Filmen, Erlebnissen, Interviews und Livemusik würzten.

Dann verkündete Julian den ersten Zwischenstand, ich glaube es waren fast 5.000,-EUR. Das war bereits mehr als das, was ich mir als Spendeneingang vorstellen konnte.

Schlag auf Schlag ging es weiter und es blieb interessant. Nun war es soweit und mir wurde bei einer erneuten Zuschaltung die Frage von Matthias gestellt: „Katharina, was glaubst Du, wie hoch der gespendete Betrag im Augenblick ist“? Ich hatte überhaupt keine Vorstellung, wie hoch das Ergebnis ausfallen würde. Die strahlenden Gesichter der beiden ließen mich erahnen, dass die Spendensumme weit höher war, als wir alle vermuteten. Spitzbübisch wurde von den beiden die Summe von 12.000,-EUR genannt, was mich so überraschte, dass es mir die Sprache verschlug. Ich war sprachlos! Doch mir ging es in dieser Situation nicht alleine so, alle Beteiligten waren überwältigt von dem Ergebnis.

Doch der Marathon ging weiter und es gingen noch weitere Spenden ein!

Es war der reine Wahnsinn, was hier passierte! Der Endstand an diesem Abend war 18.460,-EUR. Doch das war noch nicht die Summe, die wir tatsächlich von den TEB Allstars bekamen.

Bereits im Vorfeld gingen 2.025,-EUR von Sponsoren, die sonst immer die Konzerte vor Ort unterstützen, bei TEB e. V. ein und als wir nach Hause kamen, sahen wir in unseren Emails, dass weitere 1.100,-EUR eingegangen waren. Wenige Tage später kamen nochmals 250,-EUR an Spende dazu. Die TEB Allstars überwiesen vor einigen Tagen eine Spendensumme in Höhe von 16.000,-EUR.

Insgesamt bekamen wir eine Spende in Höhe von 19.575,-EUR.

Gerade in diesen schweren Zeiten der Corona-Pandemie freuen wir uns über die hohe Spende, die wesentlich zu unserer Arbeit zum Wohle der Betroffenen und deren Angehörigen beiträgt.

Wir freuen uns, dass wir mit der Spende weiterhin einen Arbeitsplatz für eine Halbtagskraft in der Geschäftsstelle erhalten können.

Von ganzem Herzen sage ich Moritz, Matthias, Julian, den TEB Allstars und Technikern und allen vor und hinter den Kulissen meinen besten Dank für dieses tolle Engagement und das Ergebnis, mit dem niemand gerechnet hatte.

Mein Dank gilt auch den vielen Spendern, die den TEB Allstars und uns ihr Vertrauen schenkten und dafür sorgten, dass diese hohe Summe zusammenkam.

Diesem Dank schließen sich der gesamte Vorstand von TEB e. V. sowie alle Mitarbeiter an.

Danke sage ich auch im Namen der Betroffenen und deren Angehörigen.

Katharina Stang

Postsendungen kommen nicht an

In den letzten Monaten bekommen wir Infomaterial, Schreiben oder Einladungen, die wir an unsere Mitglieder zeitnah und korrekt versendet haben, von der Post zurück mit dem Vermerk: Empfänger konnte nicht ermittelt werden. Empfänger konnte nicht gefunden werden. Briefkasten oder Straße war nicht einsehbar oder der Name ist nicht bekannt.

Unsere Mitarbeiter sind hoch sensibilisiert und schauen sofort nach, wenn Post zurückkommt. Denn wir wollen wissen, wo der Fehler liegt. In den meisten Fällen liegt er nicht bei uns.

Wenn der Fehler bei uns liegt, senden wir die Post umgehend oftmals noch am gleichen Tag wieder an den Empfänger.

Leider kommt es öfters vor, dass Post zurückkommt, auch wenn die Adresse vollständig und richtig ist.

So kam es, dass wir nach Weihnachten ein Päckchen mit allen unseren Infomaterialien und einer persönlichen Einladung zur Mitgliederversammlung 2020 zurückbekamen. Das Päckchen sollte nach Pirmasens gehen und war sage und schreibe ein Jahr unterwegs, bis es wieder zu uns zurückkam.

Gott sei Dank hat sich die Dame damals direkt an uns gewandt, nachdem sie ihre Informationen nicht in den nächsten Tagen bekam. Wir schickten sie erneut zu und diesmal hat es oh Wunder geklappt. Es ärgert uns, wenn unsere Post nicht ankommt, denn alles kostet Zeit und Geld und doch, wir können daran leider nichts ändern. Oftmals wissen wir gar nicht, dass unsere Post nicht ankam.

Es kommt auch vor, dass neue Mitglieder bei uns anrufen und ihrem Ärger Luft machen, weil sie keine

Unterlagen von uns bekommen haben. Sie glauben oftmals nicht, wenn wir versichern, dass die Post ihnen zugeschickt wurde. Oftmals müssen wir alle Register ziehen, dass sie nicht wieder aus unserem Verein aussteigen, was für uns sehr bedauerlich wäre.

Wir können Sie, liebe Leser, nur bitten: Rufen Sie uns an oder schreiben Sie eine Email, wenn Sie Ihre Unterlagen nicht innerhalb der nächsten Tage bekommen. Oder wenn Sie regelmäßig alle drei Monate keine Post von uns bekommen. Dann können wir zumindest nachforschen, wo der Fehler liegt. Diese Bitte gilt selbstverständlich nur für Mitglieder, die Unterlagen von uns bekommen wollen!

Katharina Stang



**In der Regel wissen unsere Mitglieder,
ob und wann Post von uns kommt.
Bitte melden Sie sich, wenn unsere Post
mal nicht bei Ihnen ankommt.**

Operation gut, Nachsorge schlecht!

Im Januar 2019 wurde bei mir die Diagnose „IPMN-intraduktale papillär muzinöse Neoplasie“ im Hauptgang gestellt.

Es folgten zur Abklärung die verschiedensten Untersuchungen, unter anderem auch eine Endosonografie mit einer Gewebeentnahme.

Nachdem alle Ergebnisse der Untersuchungen vorlagen und anschließend von den Ärzten ausgewertet waren, wurde mir dringend zur Operation geraten.

Der Arzt, der die Endosonografie durchführte hatte, erklärte mir, dass ich ein erhöhtes Risiko hätte, da diese Zyste jederzeit entarten und daraus ein Bauchspeicheldrüsenkrebs entstehen könne. „Ich würde Ihnen dringend zur Operation raten.“

In diesem Gespräch wurden die Für und Wider, die Risiken und die Folgen der bevorstehenden Operation erklärt. Weiter wurde ich darüber aufgeklärt, dass es durchaus sein könne, dass die komplette Bauchspeicheldrüse entfernt werden müsse.

„Doch ob es so sein wird, stellt sich erst während der Operation heraus. Wenn es so kommen sollte, dass die komplette Bauchspeicheldrüse entfernt werden müsste, hätten Sie sofort auch den Diabetes Typ 3 c.“

Dieses aufklärende Gespräch und die Angst, dass aus der Zyste höchstwahrscheinlich irgendwann ein bösartiger Tumor entstehen kann, war für mich ausschlaggebend, dass ich einer Operation, die so schnell wie möglich durchgeführt werden sollte, sofort zugestimmt habe.

Im Februar 2019 wurde ich operiert, es kam, wie man es vermutete, die komplette Bauchspeicheldrüse musste entfernt werden. Von jetzt auf gleich hatte ich neben den vielen Problemen und Einschränkungen, die sich durch die Operation ergaben, einen Diabetes, der nicht leicht einzustellen ist.

In der Zeit im Krankenhaus wurde ich gut versorgt und es ging mir von Tag zu Tag besser. Die Worte meines Chirurgen, als er an meinem Bett stand und sagte: „Sie können jetzt zweimal Geburtstag feiern“, waren für mich wie ein Geschenk.

Einige Tage später wurde ich aus der Klinik entlassen. Plötzlich war ich auf mich allein gestellt und musste mit der neuen Situation fertig werden, wie z. B. wieviel Enzyme muss ich zum Essen nehmen und wieviel Einheiten muss ich spritzen? Ich war völlig überfordert.

Nach dem Krankenhausaufenthalt fingen die Probleme erst richtig an!

Es war die schwerste Zeit, die ich je erlebt habe. Mein Leben veränderte sich



mit einem Schlag komplett. Ich war plötzlich nicht mehr so unbeschwert, sondern ich musste genaue Regeln z. B. in der Ernährung einhalten, damit ich gut durch den Tag komme.

So kamen die Nachwehen der Operation, die durch den kurzen Aufenthalt im Krankenhaus nicht völlig beseitigt wurden, dazu. Außerdem hatte ich plötzlich einen Diabetes 3 c (pankreopriver Diabetes), mit dem ich erst zurechtkommen musste. Für mich war es eine ungeheure Belastung, nicht zu wissen, wie spritze ich mich ausreichend und richtig.

Nach meiner Operation fühlte ich mich ziemlich hilflos und allein gelassen, da die Aufklärung vor allem im Bereich der neu dazugekommenen Situation „Diabetes 3 c“ sehr mager, nicht ausreichend und auch nicht verständlich war. Ich war noch ganz am Anfang und hatte keinerlei Erfahrung im Umgang mit den Folgen der schweren Operation.

Die gesamte Situation belastete natürlich auch meine Psyche!

Noch in der Klinik bekam ich ein Flash Glukose Messsystem (FGM) angelegt. Diese Messung hatte den Vorteil, dass nicht ständig eine blutige Messung vorgenommen werden musste.

Doch nur das FGM hilft einem nicht weiter, die vielen Zuckerentgleisungen in den Griff zu bekommen. Leider ist der Diabetes Typ 3 c sehr schlecht einstellbar, weil sowohl das Insulin als auch das Glukagon fehlen. Die Werte gingen hoch und runter und nicht selten kam es zur Unterzuckerung.

Relativ schnell wurde mir eine Reha-Maßnahme angeboten mit der Aussage, dass ich in eine



Diabetes Typ 3 c spielt in vielen Einrichtungen nur eine untergeordnete Rolle.

Mein Hausarzt empfahl mir, dringend einen Diabetologen aufzusuchen, der mich weiter betreuen sollte.

Kann ich einem Arzt vertrauen, bei dem ich spüre, dort unerwünscht zu sein?

Reha-Einrichtung komme, die sich gut mit Diabetes auskennt und ich dort bestens aufgehoben wäre.

Voller Zuversicht ging ich in die Reha und dachte, jetzt wird alles besser. Endlich bekomme ich alle wichtigen Informationen und Hilfestellungen, damit ich besser mit dem Diabetes 3 c im Alltag fertig werde. Doch leider musste ich feststellen, dass der Diabetes 3 c in dieser Klinik nur eine untergeordnete Rolle spielte. Diabetes Typ 1 und 2 standen hier im Vordergrund und wurden ausreichend behandelt. Ich dagegen fühlte mich nicht verstanden und auch nicht gut aufgehoben. Weiterhin wurde ich mit meinen Sorgen und Problemen allein gelassen. Ich kam genauso unwissend nach Hause wie ich in die Reha ging. Mein Hausarzt gab sich alle Mühe, doch auch er war mit meinem Diabetes genauso überfordert wie ich. Gemeinsam suchten wir nach Wegen und Lösungen. Die sehr unterschiedlichen Blutwerte, die mal sehr hoch oder sehr tief sein können, machten mir Angst und verunsichern mich bis heute.

Intensiv habe ich mich bemüht, selber mit mir und der Erkrankung fertig zu werden und doch sollte ich lt. meinem Hausarzt dringend einen erfahrenen Diabetologen aufsuchen, der mich weiter betreuen und mir auch die nötigen Rezepte für mein Insulin und für die Sensoren für das FGM System verschreiben sollte.

Anfang April 2019 hatte ich bei einem Diabetologen um einen Termin gebeten und bekam diesen **Anfang Juli 2019**. Wohl gemerkt drei Monate später!

Mein Hausarzt war entsetzt, als ich ihm das erzählte und meinte, ich solle doch direkt in die Sprechstunde des Diabetologen gehen, um mich dort persönlich vorzustellen.

Unangemeldet erschien ich Mitte Mai in der Praxis, sofort schlug mir pure Ablehnung entgegen. Ich spürte, dass man ganz offensichtlich nicht an mir interessiert war und ich wieder unbehindert nach Hause gehen sollte.

„Wir haben heute leider keinen Termin frei, wir sind total ausgebucht“, meinte eine Sprechstundenhilfe

Ich entgegnete: „Wieso denn das, heute ist doch eine offene Sprechstunde?“

„Ja, das stimmt, aber heute ist es sehr voll, Sie müssten sehr lange warten.“

„Gut, dann warte ich! Ich habe genügend Zeit eingeplant“, war meine Antwort.

Ich setzte mich ins Wartezimmer und wartete. Plötzlich ging es sehr schnell, bereits eine Stunde später saß ich dem Arzt gegenüber.

Auch hier schlug mir pure Ablehnung entgegen und ich hatte wieder den Eindruck, hier bin ich als Patient nicht willkommen.

Ohne große Worte fragte der Arzt

nach meinem Diabetestagebuch, das er sofort, nachdem ich es ihm gab, kopierte. Ich warf zur Erklärung ein, dass ich alles sorgfältig eingetragen habe, wie und was ich bei den Mahlzeiten an Insulin gespritzt habe.

Er sah sich mein Protokoll kurz an und meinte: „Ich schaue mir Ihre Eintragungen über das Wochenende in Ruhe an und werde Ihnen einen Brief schreiben, in dem Sie nachlesen können, wie Sie weiterhin spritzen sollten.“

Dann gab er mir die Aufgabe, zwei Wochen lang einen Ernährungsplan zu führen, in dem stehen sollte, was ich esse und spritze. Diesen ausführlichen Plan sollte ich ihm schriftlich zukommen lassen. Danach entließ er mich nach Hause.

Ich führte mein Tagebuch und wartete sehnsüchtig auf den versprochenen Brief.

Diesen Brief habe ich bis heute nicht erhalten. Ich versuchte, in der Zwischenzeit eigene Muster zu finden, mit denen ich zurechtkam und auch leben konnte.

Im Juli bin ich dann in die Sprechstunde zu dem vereinbarten Termin gegangen. Wieder hatte ich das Gefühl, dass ich unerwünscht war.

Nach ein paar einleitenden Worten nahm er die Waage und bat mich, mich darauf zu stellen. Er schaute auf die Gewichtsanzeige und meinte: „Sie haben ja schon wieder abgenommen, wenn Sie so weiter machen, sind Sie in einem Jahr nicht mehr am Leben und dann habe ich ganz umsonst gearbeitet.“ Mir fehlten in diesem Moment die Worte und auch die Kraft, mich zu wehren. Mir blieb die Spucke weg. ▶▶▶

Nachdem er merkte, dass ich völlig frustriert war, meinte er: „Ich mache Ihnen erst eine genaue Diabetes-Einstellung, wenn Sie drei bis vier Kilo zugenommen haben. Essen Sie in Zukunft mehr fettige und eiweißhaltige Nahrung“, waren seine Worte. Danach schrieb er mir ein Rezept für eine Ernährungsberatung aus, an die ich mich wenden sollte.

Wenige Tage später ging ich zur Ernährungsberatung. Diese bemühte sich sehr, aber leider konnte sie mir nichts anderes sagen als ich bereits wusste. Doch wie ich am schnellsten zunehmen kann, konnte sie mir auch nicht sagen.

Verwunderlich war für mich, dass mich weder Herr Dr.... noch die Ernährungsberaterin gefragt hatten, ob und wie ich die Enzyme einnehme. Wobei die richtige und ausreichende Einnahme für mich als Betroffene ohne Bauchspeicheldrüse enorm wichtig ist.

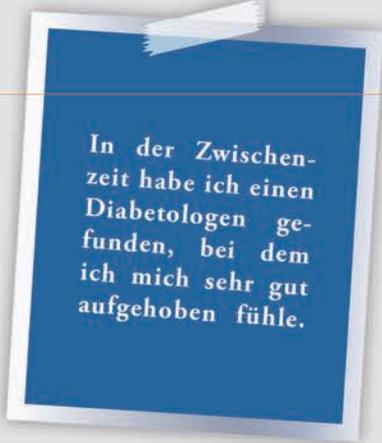
Nach meiner Operation wurde ich weder über die Enzymeinnahme noch über den Diabetes 3 c gut aufgeklärt und beraten. Ich glaube, dass Ärzte sich beim Diabetes 3 c und bei der Einnahme der Enzyme oftmals nicht gut auskennen.

Offen sprach ich den Diabetologen auf meine Vermutung an und er meinte: „Ja, das ist so, denn Typen mit einem 3 c-Diabetes, wie er bei Ihnen vorliegt, gibt es nach einem Jahr nicht mehr. Es war Ihr Glück, dass Sie keinen bösartigen Tumor hatten.“

Völlig sprachlos, enttäuscht, wütend und frustriert bin ich aus der Praxis. Ich spürte, das ist nicht der richtige Arzt für mich, mein Vertrauen zu ihm ist sehr, sehr begrenzt.

Doch wo soll ich hin? Wer nimmt mich? Heute ist das verdammt schwer, einen Arzt zu finden, oft werden keine neuen Patienten mehr angenommen.

Für mich als Betroffene ist es sehr schwer zu akzeptieren, dass man fast immer auf sich allein gestellt ist. Warum hat mir niemand erklärt, wie ich die Enzyme richtig und ausreichend einnehme und wie ich mit



In der Zwischenzeit habe ich einen Diabetologen gefunden, bei dem ich mich sehr gut aufgehoben fühle.

meinen Zuckerentgleisungen umgehen muss? Warum lässt man einen Menschen, der ja schon durch die Krankheit sehr gebeutelt ist, allein?

Wenn Ärzte keine Zeit und auch keine richtige Hilfe geben können, warum bekommt man nicht wenigstens von ihnen Adressen, wo man sich hinwenden kann? Warum verweisen sie nicht auf die Selbsthilfe, wohlwissend, dass diese im Stande ist zu helfen?

So kam es, dass ich selbst mich kundig machte und eine Selbsthilfegruppe fand.

Vor einiger Zeit nahm ich an einer Diabetes-Schulung von TEB e. V in Fulda teil. In dieser Schulung habe ich mehr erfahren als die ganze Zeit davor. Meine Sorgen und Unsicherheit wurden ernst genommen und es wurde mir während der Schulung und in einem persönlichen Beratungsgespräch mit einem Diabetologen alles sorgfältig erklärt. Mit diesen fundierten Informationen komme ich heute besser zurecht.

Ich finde es sehr traurig, dass

Betroffene und auch ihre Angehörigen nicht optimal aufgeklärt werden und man ihnen nicht hilft, mit ihrer Erkrankung besser umzugehen, damit das Leben trotz Operation und Krankheit wieder lebenswert ist.

Die richtige und ausreichende Einnahme der Enzyme ist von einer sehr hohen Bedeutung und Wichtigkeit, sie verhilft uns Betroffenen, dass wir wieder am Leben teilnehmen können. Essen und Trinken ist auch Lebensqualität.

Jede Unterzuckerung macht Angst und birgt Gefahren, die man nicht abschätzen kann. Oftmals muss man die Notfallversorgung in Anspruch nehmen und verursacht damit unnötige Kosten, die man durch eine richtige Aufklärung und Behandlung vermeiden könnte.

Auch wenn unser heutiges Gesundheitssystem sehr kostenorientiert ist, muss doch der Mensch im Mittelpunkt bleiben und dort abgeholt werden, wo er im Moment steht.

Eine gute Aufklärung und eine gute Nachsorge sparen Zeit und Kosten und schonen das Sozialsystem.

In der Zwischenzeit habe ich einen Diabetologen gefunden, bei dem ich mich sehr gut aufgehoben fühle.

Eine Betroffene



Diabetes Typ 3 c ist immer noch wenig bekannt und folglich können leider viele Ärzte uns nicht helfen.



In einer Diabetes-Schulung von TEB e. V. habe ich mehr erfahren als die ganze Zeit davor.



Spuren einer Begegnung

Am 2. September 2020 lernte ich Roland und seine Frau in einer persönlichen Beratung kennen und schätzen. Von der ersten Sekunde an verbanden uns Vertrauen und Ehrlichkeit, was man oft erst nach vielen Jahren in einer guten Freundschaft erfährt.

Ich kann mich noch sehr genau an die Worte von Roland erinnern, als er sagte: „Vor einiger Zeit haben wir uns ein Wohnmobil gekauft und wollten damit in den nächsten Tagen in Urlaub fahren. Und jetzt diese Diagnose!“ Ich spürte die Trauer und die Unsicherheit, die in diesen Worten lagen und antwortete spontan: „Fahre wie geplant in Urlaub und genieße jeden Tag.“

Er überlegte kurz und meinte: „Du hast recht, wir fahren in Urlaub und danach werden wir weitersehen.“ Neugierig fragte ich: „Wohin soll die Reise gehen und was ist das für ein Urlaub?“ Spontan antwortete er: „Wir wollen nach Bayern, wandern und uns verschiedene Orte anschauen.“

Da wir gerade eine Laufaktion für den Welt-Pankreaskrebstag geplant

hatten, fragte ich, ob er sich vorstellen könnte, mir dabei zu helfen, damit wir die geplanten Kilometer zusammen bekommen. Seine Antwort ließ nicht lange auf sich warten: „Ja, da machen wir mit! Das wollen meine Frau und ich unbedingt unterstützen. Wir werden andere finden und diese motivieren zum Mitmachen!“

Wenige Tage später kamen die ersten Urlaubsbilder an, ohne viele Worte hielt er sein Versprechen. Dann an einem Samstag erhielt ich einen Anruf, vor dem ich mich gefürchtet hatte. Er schilderte mir, wie es ihm gerade geht. Ich hörte zu und forderte ihn auf, sofort zurück zu kommen!

Auch hier vertraute er mir und trat unverzüglich die Heimreise an. Leider war es mir wegen Corona nicht möglich, ihn noch einmal zu besuchen, was ich sehr gerne getan hätte.

Leider, und das ist auch für mich kaum auszuhalten, nahm diese Erkrankung einen sehr schnellen Verlauf, den ich selber so nicht erwartet hatte.

Ich verliere einen Menschen, den ich in der kurzen Zeit der Verbundenheit sehr geschätzt und geachtet habe. Traurig und fassungslos habe ich die Nachricht aufgenommen und kann mich nur den Worten seiner Frau und Familie anschließen: „Wer ihn kannte, weiß, was wir verloren haben.“

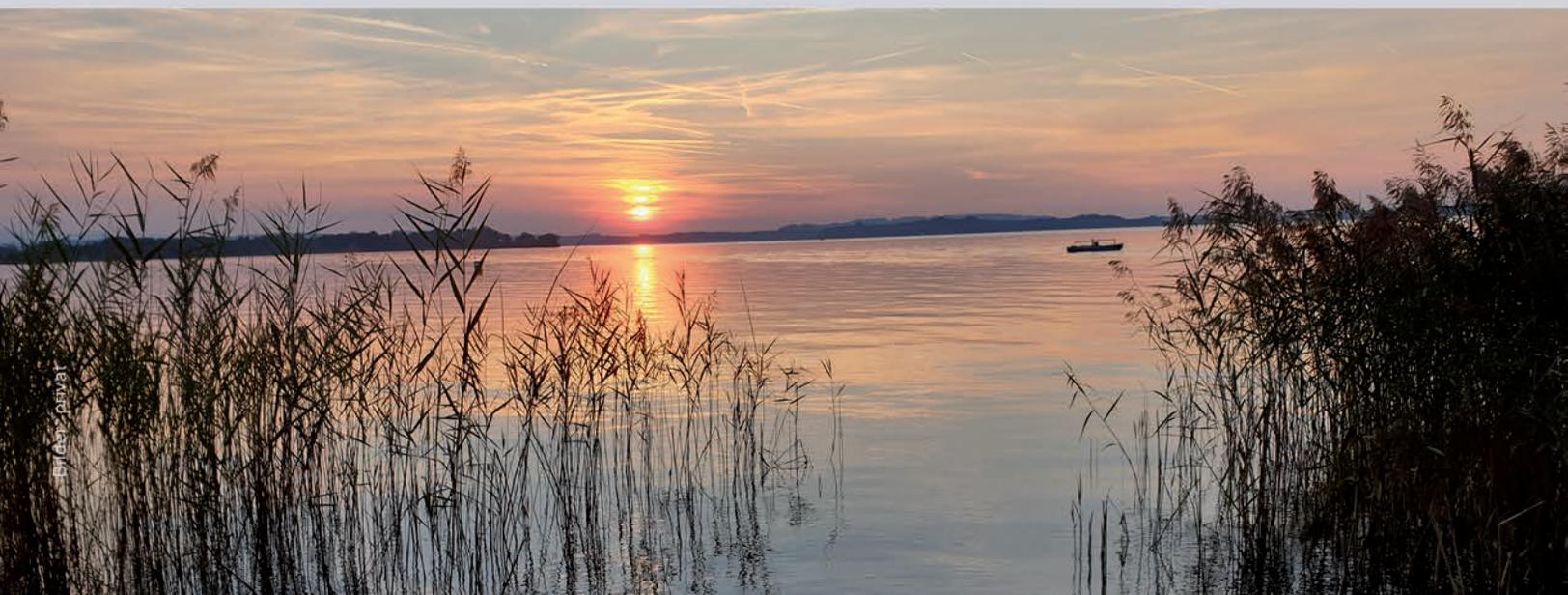
TEB e. V. und insbesondere ich haben einen ganz besonderen Menschen verloren, der in kürzester Zeit alles daransetzte, dass wir weiterhin für schwerstkranke Menschen da sein können. Er war von unserer Arbeit überzeugt und setzte sich für uns, wann immer er konnte, ein.

Auch jetzt nach seinem Tod haben er und seine Familie an uns gedacht, indem sie uns die Kranz- und Blumenspenden in Höhe von 705,- EUR zukommen ließen. Von ganzem Herzen sagen wir danke!

Danke, lieber Roland, dass ich Dich kennenlernen durfte. Danke für Dein grenzenloses Vertrauen in mich und unsere Arbeit.

Ich werde Dich nicht vergessen!

Katharina Stang





Die Unterstützung durch unsere Mitglieder ist Gold wert!

Die Unterstützung durch unsere Mitglieder ist Gold wert!

Die Ergebnisse aus unserer Fragebogenaktion „Wie steht es um die Verdauungsenzyme zur Behandlung der exokrinen Pankreasinsuffizienz?“ liegen vor.

Erstellung und Auswertung der Fragebögen wurde von Herrn Professor Bischoff, Ernährungswissenschaftler der Universität Hohenheim, begleitet und fachlich unterstützt.

Nachdem die Aufarbeitung der Fragebögen durch TEB e. V. und die daraus ermittelten Kenntnisse Herrn Professor Bischoff zur Abnahme vorgelegt wurden, machte er uns den Vorschlag, unsere hervorragende Arbeit wissenschaftlich und medizinisch weiter aufzuarbeiten, um sie dann in den verschiedensten Fachjournalen publizieren zu können.

Die Auswertung, die von unserer Seite sehr gut erstellt wurde und wichtige und sinnvolle Erkenntnisse zum Vorschein brachte, sollte noch besser aufbereitet werden, damit sie bei Ärzten, Ernährungsberatern und der Industrie auch etwas bewirkt und zum Wohle der Betroffenen besser genutzt werden kann.

Voller Stolz nahmen wir das große

Lob von Herrn Professor Bischoff an und freuten uns, dass es uns gelungen ist, mit Hilfe unserer Mitglieder eine solche Auswertung auf die Beine zu stellen. Ohne deren Hilfe wäre das nicht möglich gewesen. **Von ganzem Herzen sagen wir danke an alle, die mitgemacht und uns tatkräftig unterstützt haben, was wäre eine Fragebogenaktion ohne ihre Antworten!**

Was wollten wir wissen?

Unser Ziel war es, herauszufinden, ob Enzyme bei Bedarf richtig und ausreichend eingenommen werden, wie und wo Betroffene Hilfe, Unterstützung und fachliche Aufklärung über die Einnahme der Enzyme bekommen.

Seit Jahren beraten wir Betroffene bei Ernährungs-, Verdauungs- und Gewichtsproblemen und stellen nach wie vor fest, dass immer noch gravierende Fehler bei der Berechnung und Einnahme gemacht werden. Die Auswertung bestätigt genau

diese Erfahrung!

Wie versprochen, werden wir in dieser Ausgabe des TEB Magazins die ersten Auszüge aus unserer Umfrage veröffentlichen.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir zum gegenwärtigen Zeitpunkt nicht alle Ergebnisse bekannt geben können, um hier nicht der fachlichen und medizinischen Auswertung vorzugreifen.

Wie kamen wir zu unseren Ergebnissen?

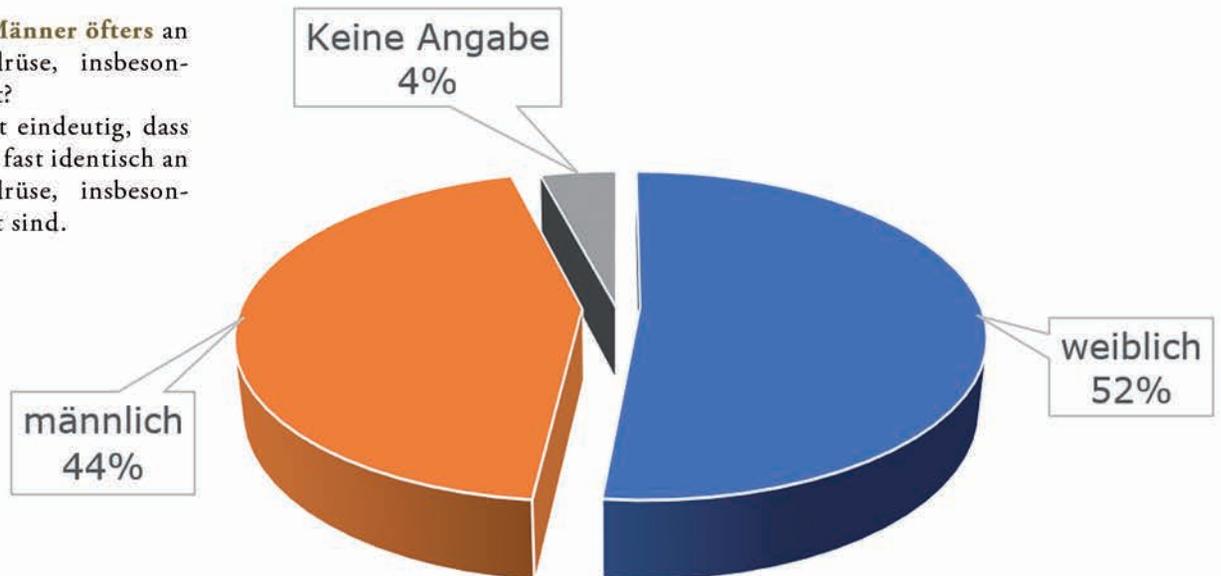
Insgesamt haben wir zu Beginn 450 Fragebögen versendet und bekamen bis zum vorgegebenen Stichtag 123 ausgefüllte Fragebögen zurück. Noch immer bekommen wir vereinzelt Fragebögen, die wir aber leider nicht mehr bei dieser Auswertung berücksichtigen können. Auch hier sind wir im Gespräch, ob wir auf die Auswertung aufbauen können und nochmals an unsere Mitglieder herantreten und sie bitten, weitere Fragen zu beantworten.

Damit Sie sich ein Bild machen können, zeigen wir nachfolgend einige Ergebnisse aus unserer Auswertung. ➡➡➡

Geschlecht

Sind Frauen oder Männer öfters an der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, erkrankt?

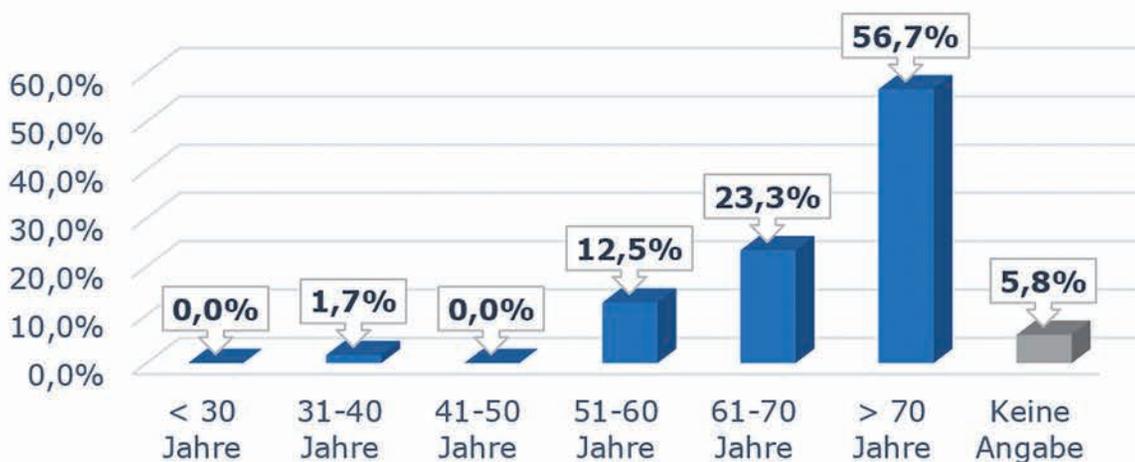
Das Diagramm zeigt eindeutig, dass Frauen und Männer fast identisch an der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, erkrankt sind.



Alter der Erkrankten

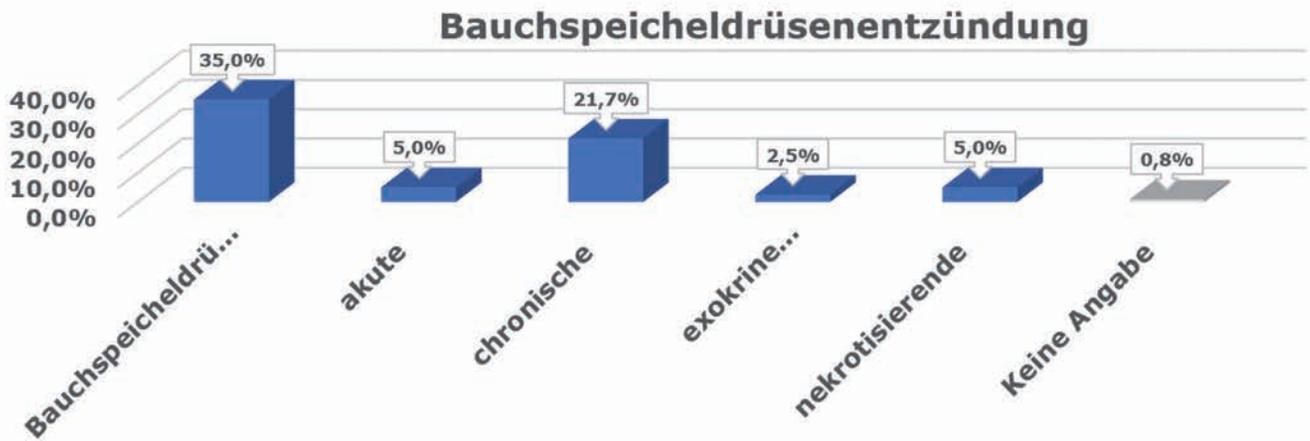
Sind ältere Menschen öfters an der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, erkrankt?

Auch hier zeigt sich deutlich, dass Menschen über 70 Jahre bei TEB e. V. häufiger erkrankt sind. Das bedeutet nicht, dass nur ältere an der Bauchspeicheldrüse erkranken, sondern dass die jüngeren oftmals nicht den Weg in die Selbsthilfe finden.

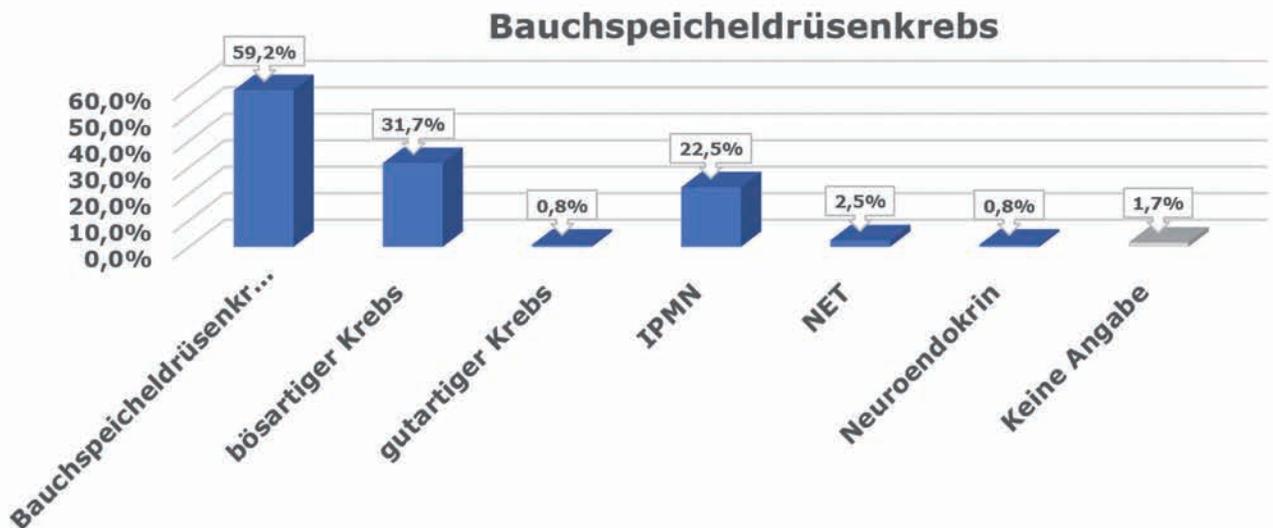


Was ist die häufigste Erkrankung der Bauchspeicheldrüse?

Hier wurde in den meisten Fällen eine Bauchspeicheldrüsenerkrankung genannt. Wenn man sich das Diagramm näher betrachtet, stellt man fest, dass viele Betroffene nur eine Bauchspeicheldrüsenerkrankung angegeben haben, auch wenn diese unter Umständen bereits ausgeheilt ist.

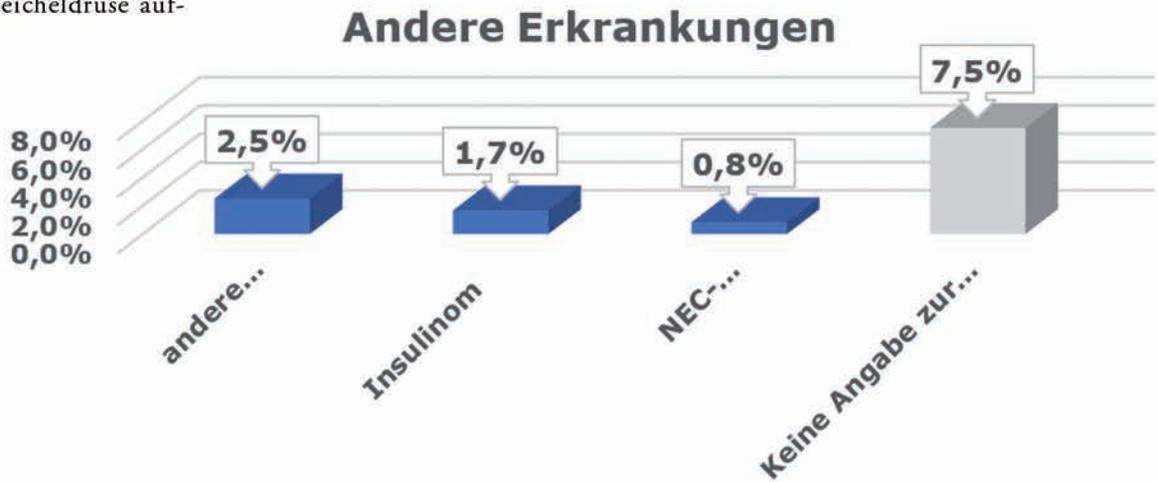


In diesem Diagramm sieht man deutlich, dass die meisten Befragten Bauchspeicheldrüsenkrebs angegeben haben. Das deckt sich auch mit unseren Erfahrungen, die wir in vielen telefonischen, persönlichen Beratungsgesprächen, Gruppen oder Onlinetreffen machen. In den meisten Fällen sind es Betroffene mit Bauchspeicheldrüsenkrebs.



Hier wurde am häufigsten „keine Angaben“ genannt.

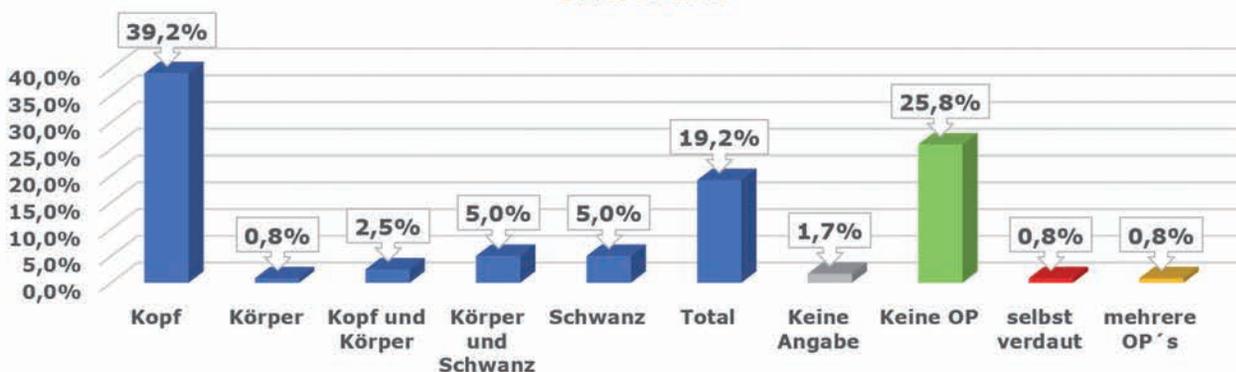
Wir glauben, dass bei diesem Diagramm die Betroffenen nicht wussten, um welche Erkrankung der Bauchspeicheldrüse es sich genau bei ihnen handelt. Hier hatten wir nicht genau vorgegeben, welche Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse auftreten können.



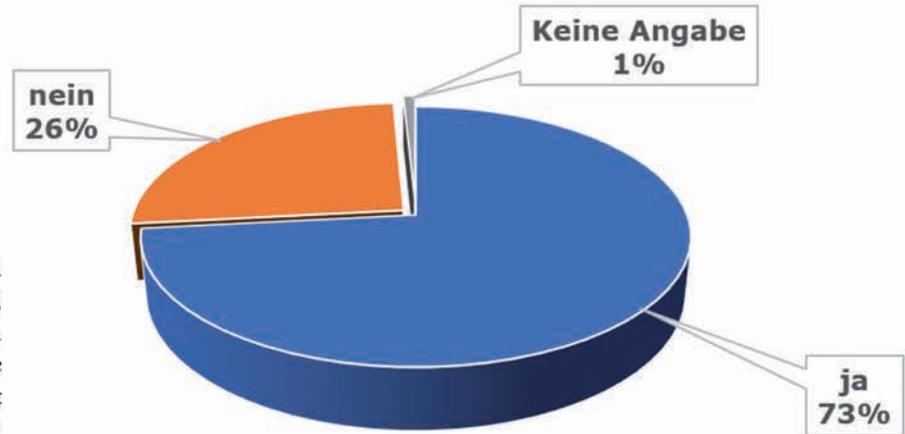
In diesem Diagramm ist die Antwort mehr als eindeutig und zeigt uns, dass viele Betroffene an den Folgen der Operation leiden und unsere Hilfe verstärkt suchen.

Kopf, Körper, Schwanz oder total, was wurde öfters operiert?

Welcher Teil der Bauchspeicheldrüse wurde entfernt?



Wurde operiert?



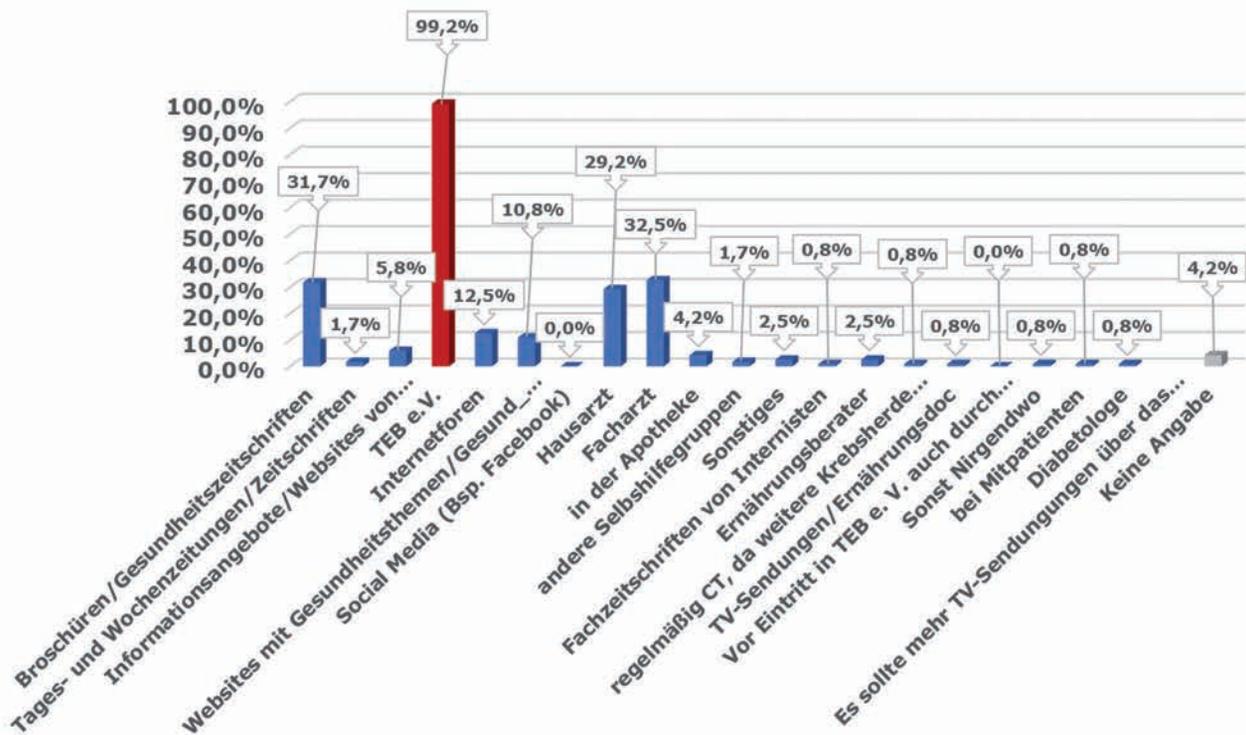
Auch dieses Diagramm deckt sich mit unseren Erfahrungen und zeigt, dass die meisten unserer Betroffenen den Kopf der Bauchspeicheldrüse entfernt bekamen. Daraus resultiert dann auch, dass viele Betroffenen Probleme mit Gewicht, Verdauung oder Einnahme der Enzyme haben.

Nun habe ich Ihnen einen kleinen Überblick aus unserer Auswertung gegeben, die aus über 60 Seiten und Diagrammen besteht und mit großem Zeit- und Arbeitsaufwand aufgearbeitet wurde.

Nach wie vor, so stellte sich heraus, werden immer noch gravierende Fehler bei der richtigen und ausreichenden Einnahme gemacht. Wichtig war für uns die Erkenntnis, dass die Selbsthilfe eine wichtige und große Rolle bei Aufklärung und Information über die richtige Einnahme der Enzyme hat.

Betroffene und ihre Angehörigen holen sich oftmals Rat bei uns ein, weil sie wissen, dass hier die eigene Erfahrung mit kompetentem Wissen gepaart ist. Wir von TEB e. V. sind sehr daran interessiert, dass unsere Mitglieder von unserem fundierten Wissen und unseren kompetenten Erfahrungen profitieren. Aus diesem Grund ist es wichtig und dies ist nicht selbstverständlich, dass wir Ärzte an unserer Seite haben, die darauf schauen, dass alles, was wir an Sie, liebe Betroffene und Angehörige, weitergeben, auch medizinisch vertretbar ist. Denn nur so können wir unser Ziel erreichen, dass eine richtige und ausreichende Aufklärung zu Dosierung und Einnahme stattfindet. Sollten Sie Fragen zu den Fragebögen und mit der damit verbundenen Auswertung haben, rufen Sie uns an, gerne beantworten wir Ihre Fragen.

Ihre Katharina Stang





Seit 15 Jahren unermüdlich im Einsatz!

Seit nunmehr 15 Jahren gibt es TEB e. V. Selbsthilfe (Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse).

Aus einer Idee gepaart mit Idealismus und einem unbändigen Willen, unsere anfänglich gesteckten Ziele und Aufgaben für Betroffene und deren Angehörige in die Praxis umzusetzen, wurde Wirklichkeit.

Seit Jahren sind wir für Betroffene und ihre Angehörigen ein kompetenter und verlässlicher Partner, der sich für ihre Belange, Sorgen und Nöte tagtäglich einsetzt. Dabei können wir auf jahrelange Erfahrung und profundes Wissen, was zwangsläufig bei einer Erkrankung der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, nach unserer Meinung unbedingt erforderlich ist, zurückgreifen.

Obwohl es mir und den 7 **Gründungsmitgliedern** am Anfang nicht leicht gemacht wurde, uns viele Steine, ja man kann sagen Brocken in den Weg gelegt wurden, haben wir es dennoch geschafft. Aus einer kleinen Selbsthilfegruppe wurde eine große Selbsthilfeorganisation, die in ihren Zielen, Aufgaben, Anforderungen, Erfahrungen, Wissen und Kompetenzen deutschland- und auch weltweit große Anerkennung und Wertschätzung erfahren durfte.

Wir sind wie Phönix aus der Asche gestiegen und haben unsere Ziele Stück für Stück umgesetzt, erweitert und entwickelt. Ja, wir haben alles darangesetzt, dass das Thema Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt wurde. Unser Ziel war damals wie heute, dieses Krankheitsbild aus dem Abseits, in dem es sich seit Jahren befand, heraus zu holen.

Es war uns von Anfang an klar, dass wir dies nicht alleine bewältigen konnten. Wir brauchten und suchten Helfer und Unterstützer. Wir wussten, nur gemeinsam sind wir stark und können etwas in der Zukunft für Betroffene und deren Angehörige erreichen! Dafür braucht es Menschen, die einem weiterhelfen und uns tragen und finanziell unterstützen.

Die Anfrage, die 2012 an uns herangetragen wurde, einen Welt-Pankreaskrebstag ins Leben zu rufen, ließ uns keinen Moment zögern. Wir wussten, dass ein solcher Tag Politik, Ärzte, Klinik und Forschung in Zukunft fordern wird, für die oftmals bis dahin wenig beachtete und wenig bekannte Erkrankung mehr zu tun.

Als Gründungsmitglied konnten wir als erste Gruppe aus Deutschland unsere Ideen, Wünsche, Erfahrungen und Wissen einbringen. ▶▶▶

Selbstverständlich war für uns auch, dass wir den Tag innerhalb Deutschlands nach vorne bringen mussten. So starteten wir die ersten Beleuchtungsaktionen in der Farbe Lila, indem öffentliche Gebäude angestrahlt wurden. Der Durchbruch war da, und heute hat der Welt-Pankreas-krebstag einen festen Platz im November. Inzwischen werden weltweit wichtige Gebäude in lila angestrahlt und immer mehr Länder und Kontinente machen an vielen Aktionen mit. Mit dieser Zusammenarbeit weltweit haben wir ein wichtiges Fenster zur Welt geöffnet!

Vieles haben wir in den letzten 15 Jahren getan, wie z. B. zahlreiche Veranstaltungen und Projekte durchgeführt. Des Weiteren haben wir 13 themenbezogene Infomappen, Broschüren, 3 Kartensets und 25 TEB-Magazine sowie mehrere Filme herausgebracht.

Dass wir bei mehreren Forschungsprojekten intensiv mitarbeiten, ist doch sicher kein Zufall, sondern eher, dass man unsere Expertise schätzt und auch braucht.

Dazu bieten wir unseren Mitgliedern telefonische und persönliche Beratungen, Experten-telefon, Präsenz- und Online-Gruppen sowie Sprechstunden in den Kliniken an, - sofern wir nicht durch Corona eingeschränkt werden.

Seit Jahren werden wir von einem hochkarätigen Wissenschaftlichen Beirat, Fachausschuss, Vorstand und ehrenamtlichen Helfern unterstützt. Ohne deren unentgeltliche Hilfe und Unterstützung könnten wir die vielfältigen Aufgaben nicht abdecken und leisten. Ihnen allen gilt unser aufrichtiger Dank!

Genauso wichtig ist es auch, denen zu danken, die uns in besonderer Weise schon jahrelang finanziell unterstützen, wie z. B. die Krankenkassen nach § 20 SGB V, die Eva Mayr-Stihl Stiftung, die Alte Apotheke Feuerbach, die Ludwigsburger Kreiszeitung, der Krebsverband Baden-Württemberg, die TEB Allstars, die Country Band R. E. A. C. H und auch verschiedene Stiftungen und Pharmaunternehmen und unsere Mitglieder.

Danke an alle ungenannten, die uns, sei es materiell oder ideell, zur Seite stehen und dafür sorgen, dass die Räder nie stillstehen.

Danke auch an unsere Mitarbeiter, die uns teilweise schon jahrelang die Treue halten und uns mit ihrer Arbeitskraft unterstützen.

Ganz besonders danke ich meinem Mann, der mich seit der ersten Minute unermüd-

lich begleitet, unterstützt und hilft. Ohne ihn wäre TEB e. V. nicht da, wo wir heute sind.

Danke an alle unsere Mitglieder, die uns durch ihre Mitgliedschaft Vertrauen, Wertschätzung und Anerkennung entgegenbringen.

Nun noch ein Wort zu mir!

Seit 15 Jahren stehe ich als 1. Vorsitzende von TEB e. V. an der Spitze und steuere die Geschicke nach innen und außen und baue dabei unser gut funktionierendes Netzwerk weiter aus. Natürlich ohne jedes Gehalt!

Als ehrenamtliche Geschäftsführerin der Landes- und Bundesgeschäftsstelle leite ich diese und versuche, alle gesetzlichen und geschäftlichen Interessen unter einen Hut zu bringen. Meine Hauptaufgabe besteht darin, unsere Mitglieder oder Hilfesuchende zu beraten, zu unterstützen und zu begleiten.

Des Weiteren habe ich, bevor Corona kam, 10 Regionalgruppen geleitet und neben der Leitung auch die Verbindung zwischen Ärzten, Betroffenen und Angehörigen hergestellt, damit wir alle auf Augenhöhe kommunizieren können.

Jetzt zu Corona Zeiten finden 14-tägig Online-Gruppen statt, die ich moderiere.

Voller Stolz können wir sagen, - die letzten 15 Jahre waren erfolgreich und haben sehr viel zum Wohle der Betroffenen und Angehörigen bewegt!

Vielleicht können wir nach der Corona Krise die 15 Jahre, unser kleines Jubiläum, mit unseren Mitgliedern, Vorstand, Ärzten, Ehrenamtlichen und Mitarbeitern gebührend feiern.

Der Erfolg von TEB e. V. ist nicht selbstverständlich, sondern das Ergebnis harter Arbeit, Disziplin und Idealismus. Das darf man ruhig auch mal feiern!

Katharina Stang





29.12.2020

Liebe Katharina,

seit 20 Jahren bin ich chronischer Bauchspeicheldrüsenpatient und seit gut 15 Jahren Mitglied in der TEB.

Im vergangenen Oktober 2020 hatte ich bereits meine 8. akute und bislang heftigste Entzündung.

Einmal mehr hast Du mich wieder mit Deiner fachspezifischen Kompetenz unterstützt und aufgerichtet. Ich kann mich, wann immer ich Dich brauche, an die TEB bzw. an Dich wenden. Sei es für beruhigende Gespräche oder aber um ein Feedback zu meinen Arztberichten zu bekommen.

Du bist eine unheimlich starke Frau, die ihre gesamte Energie und Kraft dafür aufwendet, uns, die an der BSD erkrankt sind, zu unterstützen.

Ausnahmslos nimmst Du dir immer die erforderliche Zeit und die nötige Ruhe. Dafür und für Dein unermüdliches Engagement bin ich Dir unendlich dankbar.

Auch möchte ich mich bei dem gesamten TEB Team für das Engagement hinter den Kulissen bedanken für die reibungslose, organisatorische Abwicklung der sehr umfangreichen ehrenamtlichen Tätigkeit.

Viele Grüße

Detlef Heller

Sehr geehrte Frau Stang,
vielen herzlichen Dank für das aussergewöhnlich freundliche und kompetente Telefonat.
Aufgrund der Diagnose eines Pankreaskarzinoms meiner besten Freundin war ich mehr als überfordert und habe schliesslich den Kontakt zu Ihnen über eine Internetseite gefunden. Ich fühlte mich während des gesamten Gespräches verstanden und gut aufgehoben. Ich hatte so unendlich viele Fragen, die Sie mir alle mit Empathie und Verständnis beantworten konnten. Vielen herzlichen Dank. Ich hatte im Vorfeld bereits einige Ärzte kontaktiert, die jedoch nicht bereit waren, mir weiterzuhelfen bzw. meine Situation oder die meiner besten Freundin zu verstehen. Liebe Frau Stang, Sie haben sich sehr viel Zeit genommen, mir all meine Fragen zu beantworten und mir eine Hilfestellung gegeben, wie ich mit meiner sterbenskranken Freundin umgehen darf. Somit haben Sie nicht nur mir sondern auch meiner lieben Freundin unendlich weitergeholfen. Es ist sehr schwer, zu wissen, dass ich meine Freundin, wenn nicht noch ein Wunder geschieht, bald verlieren werde. Es hat mir daher sehr geholfen, einen Ratschlag zu erhalten, wie ich sie am besten auf diesem letzten Wege begleiten darf.
Ich wünschte, die Ärzte, die eigentlich dieses Thema auch mit den Angehörigen und Freunden verbalisieren sollten, hätten das Verständnis gezeigt, welches Sie mir entgegengebracht haben. Es war mein erster Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe. Es ist schön, dass es soetwas gibt.
Vielen herzlichen Dank und alles Gute für Sie und Ihr Team.

A. P.

Liebe Frau Stang,
herzlichen Dank für den kurzfristigen Termin, den wir bekommen haben und für die Zeit, die Sie sich

für eine ausführliche Beratung in Ludwigburg oder auch telefonisch genommen haben.
Mein Mann und ich hatten das Gefühl, von Ihnen als guten Zuhörer freundlich und fachkompetent beraten worden zu sein. Wir hatten auch nicht das Gefühl, unter Zeitdruck zu stehen, das hat mal richtig gut getan in der heutigen hektischen Zeit. Die Informationsmappen mit fachlichen Berichten über die Bauchspeicheldrüse haben mir einiges Wissen vermittelt oder über Ihre Homepage mir weitergeholfen.
Liebe Frau Stang, vielen Dank für Ihre einfühlsame und liebevolle Art und dass es Sie noch lange gibt. Ich fühle mich wohler und sicherer, seit ich Sie an meiner Seite weiß. Es ist so wichtig, dass es so eine Hilfe gibt, um aus dem tiefen Loch herauszukommen.
Vielen Dank auch an das gesamte TEB-Team, das eine große Leistung erbringt.
Danke für alles und herzliche Grüße

A. W. und Ehemann

Hallo liebe Katharina und liebes TEB-Team,

ersteinmal hoffe ich, dass es Dir und dem gesamten Team gut geht. Mit dem Welt-Pankreaskrebstag hat Ihr wieder was Tolles auf die Beine gestellt. Ich war nicht live dabei, aber habe mir gestern das Experten-Video angeschaut und ich finde, dass Du, Herr Prof. Dr. Riedl sowie Frau Dr. Berthold super auf die Fragen geantwortet habt. Frau Dr. Berthold hat mit ihrer überzeugenden Art meine letzten Zweifel zur Covid-Impfung aus dem Weg geräumt.

Auch die Moderation durch Herrn Bulling fand ich äusserst gelungen. Ebenso gefällt mir das Video zur Symptomerkennung. Das ist wirklich sehr gut dargestellt. Ich frage mich, wie man möglichst viele Menschen damit erreichen kann.

Liebe Grüße aus W. und bleibt gesund!

Y. Sch.



Schreiben Sie uns Ihre Erfahrungen und Erlebnisse, die Sie durch uns erfahren haben und schicken diese zur Veröffentlichung bitte an unsere Mailadresse katharina.stang@teb-selbsthilfe.de.
Adresse und/oder Telefondaten werden nicht veröffentlicht.

Achtung - Corona zwingt uns zu Änderungen

Unser
14. Ärzte- und Patientenseminar
 findet diesmal nicht in der Muskhalle
 Ludwigsburg, sondern Online statt!



Wir sehen uns online



*Wir bitten Sie, sich den
 Termin vorzumerken:
 24. April 2021 von 14 - 17 Uhr*

Es ist uns ein besonderes Anliegen, das Ärzte- und Patientenseminar durchzuführen und es nicht wie im vergangenen Jahr Corona bedingt abzusagen.

Sie können sicher sein, dass wir Ihnen interessante und wissenschaftlich fundierte Beiträge von erfahrenen und kompetenten Pankreasspezialisten anbieten.

Wichtig war es uns dabei, dass es den Charakter aller unserer vorherigen Veranstaltungen nicht verliert. Das heißt: kurze, laienverständliche Vorträge und viel Raum für Fragen und Diskussion. Lassen Sie sich überraschen!

Alles weitere wie z. B. das Programm und den Zugangsdaten finden Sie auf unserer Homepage teb-selbsthilfe.de.

Wir würden uns freuen, wenn Sie sich zahlreich zuschalten und damit der Online-Veranstaltung die nötige Aufmerksamkeit und Wertschätzung entgegenbringen.

Vielen Dank!

Katharina Stang

Möchten auch Sie TEB e. V. Selbsthilfe unterstützen?

Dann werden Sie Mitglied mit einem Jahresbeitrag ab 25,00 €.



Beitragsformular

per Telefax 07141 9563637



TEB e. V. Selbsthilfe
Ruhrstraße 10/1
71636 Ludwigsburg, Württ

Wodurch sind Sie auf uns aufmerksam geworden?

- Klinik, welche? _____
- Arzt, welcher? _____
- Internet Medien
- durch Betroffene Hilfe am Krankenbett
- sonstiges _____

Beitrittserklärung

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zur TEB e. V. Selbsthilfe gegründet in Baden-Württemberg als Betroffene/r Angehörige/r Interessierte/r Fördermitglied TEB-Infopost (Termine, Magazin) einschl. Informationsmappen von TEB erwünscht NEIN JA

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 25,00 € pro Person im Kalenderjahr. Abweichender Betrag wird Ihnen als Spende ausgewiesen.

Mein Jahresbeitrag ist _____ Euro

Ich überweise Als Überweiser bezahlen Sie bitte Ihren Beitrag für das laufende Jahr bei Antragstellung und in den darauffolgenden Jahren wiederkehrend am 8. Januar.

Ich zahle per Lastschrift (bitte auch 2. Seite ausfüllen)
Der Jahresbeitrag wird zum Eintritt und danach zum 8. Januar des Jahres wiederkehrend eingezogen.

Name _____ Vorname _____

Ortsteil _____ Straße/H-Nr. _____

PLZ _____ Ort _____

Geburtsdatum _____ Bundesland _____

Telefon _____ Land Deutschland

Mobiltelefon _____ Telefax _____

E-Mail _____

Hinweise zum Datenschutz: Die Daten werden ausschließlich für die Verarbeitung der Vereinszwecke verwendet. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht statt.

Datum _____ Unterschrift

Als Selbstzahler überweisen Sie den Mitgliedsbeitrag bitte auf unser Konto

TEB e.V.Selbsthilfe BW

IBAN **DE 21 6049 0150 0328 5580 01** BIC (SWIFT-Code) **GENO DE S1 LB G**

bitte im Verwendungszweck **J-Beitrag**, und ggf. Name des Mitglieds (falls Kontoinhaber abweicht) angeben.

Zum **SEPA-Lastschriftmandat** (Einzugsermächtigung)



SEPA-Lastschriftmandat (SEPA Direct Debiti Mandate)
für SEPA-Basis-Lastschriftverfahren/SEPA Core Direct Debit Scheme

Wiederkehrende Zahlung/Recurrent Payments

Name und Anschrift des Zahlungsempfängers (Gläubiger)

TEB e. V. Selbsthilfe
Ruhrstr. 10/1
71636 Ludwigsburg, Württ

Gläubiger-Identifikationsnummer (CI/Creditor Identifier)

DE20ZZZ00000350167

Mandatsreferenz (wird von TEB e. V. nachgetragen)

TEBeVJ-BeitragM0

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige

Name des Zahlungsempfängers

TEB e. V. Selbsthilfe

Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von

Name des Zahlungsempfängers

TEB e. V. Selbsthilfe

auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Bitte kontaktieren Sie TEB e. V., bevor Sie die Lastschrift rücknahme durch ihre Bank veranlassen.

Kontoinhaber (Vorname, Name, Straße, Hausnummer, PLZ, Ort)

Kreditinstitut

BIC

IBAN

Ort, Datum

Unterschrift

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Bauchspeicheldrüsenkrebs, sind leider sehr ernste Diagnosen, die Betroffene meistens ganz unvorbereitet treffen.

Gruppe 1: Bietet Angehörigen, Betroffenen und Interessierten einen regelmäßigen Treffpunkt, Erfahrungsaustausch und Beratung und Begleitung (TEB).

Gruppe 2: Angehörige finden eine Anlaufstelle, in der sie ihre eigenen, spezifischen Sorgen und Nöte bei der Betreuung und Begleitung ihres Partners ansprechen können.

Online-Gruppen: Seit Mitte April 2020 bietet TEB e. V. seinen Mitgliedern die Möglichkeit, an Online-Gruppen teilzunehmen. Hierzu benötigen wir Ihre eMail-Adresse. Zu den einzelnen Gruppentreffen werden Sie je weils eingeladen mit der nötigen Erklärung der Anwendung. Für alle, die noch nicht daran teilgenommen haben: es ist ganz leicht und findet über Computer oder Telefon statt.

BADEN-WÜRTTEMBERG

Bodensee-Oberschwaben Ort: Matthäus-Ratzeberger-Stift, Erzberger Straße 4, 88239 Wangen im Allgäu
 Gruppenleitung Ursula Krug Tel. 07522/5452
 Gruppe 1 12.04.21 / 10.05.21 / 07.06.21 / 05.07.21 Uhrzeit 15.00 – 17.30
 Gruppe 2 12.04.21 / 10.05.21 / 07.06.21 / 05.07.21 Uhrzeit 17.30 – 19.00

Hohenlohe Die Regionalgruppe wird in Patenschaft von der Regionalgruppe Mittlerer Neckarraum verwaltet

Lauter/Fils Ort: Geschäftsstelle Deutsches Rotes Kreuz (DRK), Eichertstr. 1, 73035 Göppingen
 Gruppenleitung Katharina Stang Tel. 07141/418 35
 Gruppe 1 21.04.21 / 19.05.21 / 16.06.21 / 14.07.21 Uhrzeit 14.30 – 17.00
 Gruppe 2 21.04.21 / 19.05.21 / 16.06.21 / 14.07.21 Uhrzeit 17.00 – 18.30

Mittlerer Neckarraum Ort: Geschäftsstelle TEB e. V. Selbsthilfe, Ruhrstraße 10/1, 71636 Ludwigsburg
 - in Patenschaft mit RG Unterland
 - in Patenschaft mit RG Hohenlohe

Gruppenleitung Katharina Stang Tel. 07141/418 35
 Gruppe 1 13.04.21 / 11.05.21 / 08.06.21 / 06.07.21 Uhrzeit 14.30 – 17.00
 Gruppe 2 13.04.21 / 11.05.21 / 08.06.21 / 06.07.21 Uhrzeit 17.00 – 18.30

Mittlerer Neckarraum Gruppe Hinterbliebene
 Gruppeneitung Liane Bieber
 Geplante Aktivitäten Bei Interesse bitte die monatlichen Aktivitäten und Termine in der Geschäftsstelle erfragen!

Neckar-Alb Die Regionalgruppe wird in Patenschaft von der Regionalgruppe Schönbuch verwaltet

Nördlicher Schwarzwald Die Regionalgruppe wird in Patenschaft von der Regionalgruppe Schönbuch verwaltet

Schönbuch Ort: Kliniken Böblingen, Bunsenstraße 120, 71032 Böblingen
 - in Patenschaft mit RG Nördlicher Schwarzwald
 - in Patenschaft mit RG Neckar-Alb

Gruppenleitung Katharina Stang Tel. 07141/418 35
 Gruppe 1 22.04.21 / 20.05.21 / 17.06. 21 / 15.07.21 Uhrzeit 15.00 – 17.30
 Gruppe 2 22.04.21 / 20.05.21 / 17.06. 21 / 15.07.21 Uhrzeit 17.30 – 19.00

Unterland Die Regionalgruppe wird in Patenschaft von der Regionalgruppe Mittlerer Neckarraum verwaltet



BAYERN

Allgäu-Schwaben

Ort: Gruppenraum Erdgeschoss, Wittelsbacherstr. 6, 87700 Memmingen
 Querstraße gegenüber Klinik-Parkhaus

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Ursula Krug
 13.04.21 / 11.05.21 / 06.06.21 / 06.07.21
 13.04.21 / 11.05.21 / 06.06.21 / 06.07.21

Tel. 07522/5452
 Uhrzeit 15.00 - 17.30 Uhr
 Uhrzeit 17.30 - 19.00 Uhr

Unterfranken

Ort: Universitätsklinikum Würzburg, Haus A3, Ebene 0, Raum 306, (ZIM Seminarraum 7)
 Oberdürrbacher Str. 6, 97080 Würzburg

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 30.04.21 / 28.05.21 / 25.06.21 / 23.07.21
 30.04.21 / 28.05.21 / 25.06.21 / 23.07.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 16.00 - 18.00
 Uhrzeit 18.00 - 19.30

HESSEN

Rhein-Main

Ort: Klinikum Darmstadt GmbH, Gebäude 83 (Infektionsambulanz)
 Bleichstr. 19/21, 64283 Darmstadt

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 14.04.21 / 15.05.21 / 09.06.21 / 07.07.21
 14.04.21 / 15.05.21 / 09.06.21 / 07.07.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 16.00 - 18.30
 Uhrzeit 18.30 - 20.00

NIEDERSACHSEN

Elbe Weser

Ort: Klinikum Stade (Raum Lühe), Bremervörder Str. 111, 21682 Stade

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 08.04.21 / 03.06.21 / 29.07.21
 08.04.21 / 03.06.21 / 29.07.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 14.00 - 16.00
 Uhrzeit 16.00 - 17.00

NORDRHEIN-WESTFALEN

Kölner Bucht

Ort: Universitätsklinikum Köln, (Gebäude 42) Forum / Oratorium
 Joseph-Stelzmann-Str. 20, 50937 Köln

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 31.05.21 / 26.07.21
 31.05.21 / 26.07.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 14.30 - 16.30
 Uhrzeit 16.30 - 17.30

RHEINLAND-PFALZ

Südpfalz

Ort: Vinzentius-Krankenhaus Landau, Hauptgebäude 6. Stock / Panoramacafé
 Cornichonstraße 4, 76829 Landau in der Pfalz

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 27.04.21 / 25.05.21 / 22.06.21 / 20.07.21
 27.04.21 / 25.05.21 / 22.06.21 / 20.07.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 14.30 - 17.00
 Uhrzeit 17.00 - 18.30

SACHSEN

Leipziger Land

Ort: Helios Park-Klinikum, Strümpellstraße 41, 04289 Leipzig
 Raum 1K05, 1. Etage, direkt vor der Endoskopie

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 03.05.21 / 28.06.21
 03.05.21 / 28.06.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 14.30 - 16.30
 Uhrzeit 16.30 - 17.30

Mittel- und Südsachsen

Ort: Volkssolidarität-Dresden e.V., Begegnungsstätte Friedrichstadt EG,
 Alfred-Althus-Straße 2a, 01067 Dresden

Gruppenleitung
 Gruppe 1
 Gruppe 2

Katharina Stang
 29.06.21
 29.06.21

Tel. 07141/418 35
 Uhrzeit 14.30 - 16.30
 Uhrzeit 16.30 - 17.30

**Auf Grund von Corona können sich die Termine jederzeit ändern. Bitte fragen Sie in unserer Geschäftsstelle nach
 Tel. 07141 9563636. Änderungen der Termine sind kurzfristig möglich.**

TEB e.V.

Termine im Überblick

April - Juli 2021

Regelmäßige Sprechstunden mit Fachärzten

Jeden Montag von 14:00 bis 15:00 Uhr

Ort: 70174 Stuttgart, Klinikum Stuttgart, Katharinenhospital
 Facharzt: Prof. Dr. med. Dr. h.c. Wolfram G. Zoller
 Ärztlicher Direktor der Klinik für Allgemeine Innere Medizin, Internist und Gastroenterologe
 gemeinsam mit Frau Katharina Stang, Vorsitzende TEB e.V.

Jeden Montag von 17:00 bis 18:00 Uhr

Ort: 71640 Ludwigsburg, Klinikum Ludwigsburg
 Facharzt: Prof. Dr. med. Thomas Schiedeck,
 Ärztlicher Direktor, Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
 gemeinsam mit Frau Katharina Stang, Vorsitzende TEB e.V.

Jeden Dienstag von 11:00 bis 12:00 Uhr

Ort: 71640 Ludwigsburg, Klinikum Ludwigsburg
 Facharzt: Prof. Dr. med. Karel Caca
 Ärztlicher Direktor Medizinische Klinik I,
 Facharzt für Gastroenterologie, Hämatologie und Onkologie
 gemeinsam mit Frau Katharina Stang, Vorsitzende TEB e.V.

Telefonische Anmeldung erforderlich
Telefon: 07141 - 956 3636

Befunde erläutern

Beratungstermine bitte mit der Geschäftsstelle vereinbaren.
 Expertin: Katharina Stang. Offen für Betroffene und Interessierte

Telefon: 07141 - 956 3636

Alle Veranstaltungen sind vorbehaltlich wegen möglicher Änderungen durch Corona. Bitte fragen Sie in unserer Geschäftsstelle nach (Tel. +49 (0) 7141 9563636).

Freischaltung Expertentelefon

Offen für Betroffene und Interessierte

06.04.2021 von 15:00 bis 16:00 Uhr

Thema: Operationen von gut- und bösartigen Erkrankungen
 Experte: Prof. Dr. med. Stefan Riedl

05.05.2021 von 14:00 bis 15:00 Uhr

Thema: Pankreaskarzinom - Behandlungskonzept und experimentelle Ansätze
 Experte: Prof. Dr. med. Thomas Seufferlein

14.06.2021 von 15:00 bis 16:00 Uhr

Thema: Diabetes mellitus Typ 3 / Diagnostik bildgebendes Verfahren / Neues vom Ultraschall / Sonografie-Endosonografie
 Experte: Prof. Dr. med. Andreas Schuler

Alle Experten beantworten Fragen über das gesamte Spektrum von Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse inkl. den jeweils aufgeführten Fachgebieten.

Expertentelefon
07141 - 956 3638

Sonstige Veranstaltungen

TEB Mitgliederversammlung

Geplant über online
 Termin wird auf der Homepage bekannt gegeben

24.04.2021 von 14:00 - 17:00 Uhr

14. Ärzte- und Patientenseminar
 findet diesmal nicht in der Musikhalle Ludwigsburg, sondern Online statt, Zugangsdaten werden auf der Homepage bekannt gegeben



TEB e. V. Selbsthilfe gegr. in Baden-Württemberg
Tumore und **E**rkrankungen der **B**auchspeicheldrüse

TEB e. V. Selbsthilfe

Bundes- und Landesgeschäftsstelle
Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

Ruhrstr. 10/1
71636 Ludwigsburg

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag: von 09:00 Uhr - 15:00 Uhr
Freitag von 09:00 Uhr - 12:00 Uhr

Telefon: 07141 - 95 63 63 6

Telefax: 07141 - 95 63 63 7

eMail: geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

Internet: www.teb-selbsthilfe.de

Twitter: https://twitter.com/TEB_Selbsthilfe

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/TEB-eV-Selbsthilfe/1496533820609347>