



e.V. Selbsthilfe

Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

Ausgabe 34 | August 2023

TEB MAGAZIN

Motto 2023
Weitergehen
Orientieren
Handeln

10 Jahre Welt-Pankreaskrebstag

Seiten 5-8

Um was geht es?

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

www.teb-selbsthilfe.de

Zielgruppen

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

Was wir bieten

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

TEB e.V. Selbsthilfe

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, entsprechende Informationen weiterzugeben und spezifisch zu beraten.

Unser Ziel war und ist es, Betroffene und deren Angehörige dort abzuholen, wo sie gerade stehen, und sie bei allen anstehenden Fragen, die sich mit der Diagnose und dem weiteren Verlauf ihrer Erkrankung ergeben, zur Seite zu stehen. Wir sehen unsere Aufgabe darin, ein Lotse zu sein.

Wir geben stets fundiertes Wissen, erfahrene Kompetenz und aktuelle Themen ohne Vorurteile, neutral und ohne jegliche Werbung weiter.

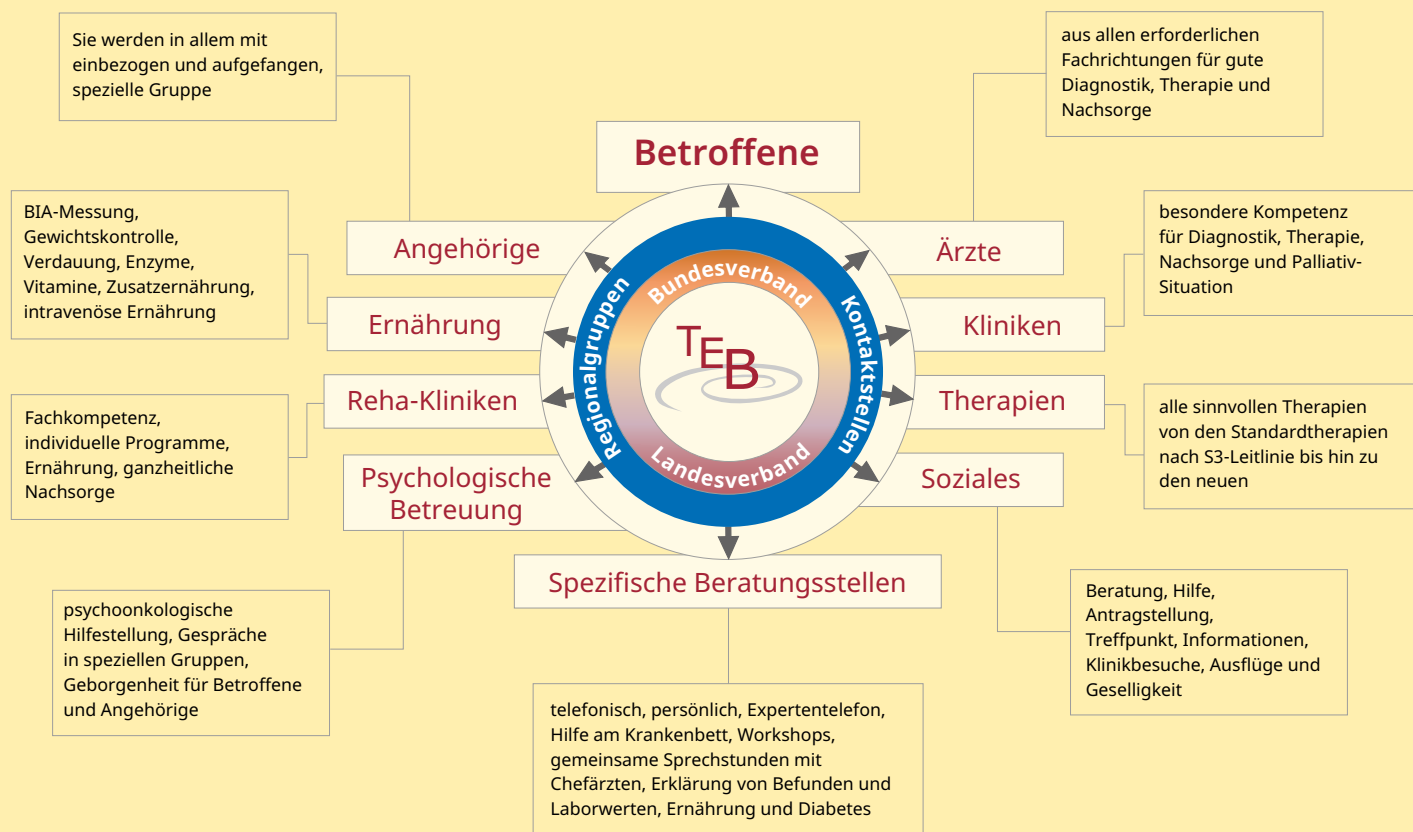
Unterschiedliche und eigene Erfahrungen werden diskutiert. Das eigene Erleben und Empfinden stehen immer an erster Stelle. Oftmals unterscheidet sich dieses von dem, was man in Büchern liest oder in wissenschaftlichen Vorträgen hört.

Viele kompetente Ärzte aus unserem wissenschaftlichen Beirat wie auch andere Ärzte unterstützen uns in vielfältiger Weise.

Unser gut funktionierendes Netzwerk bietet vielerlei Möglichkeiten, um sich Rat, Hilfe und Unterstützung bei uns oder den jeweiligen Experten der verschiedensten Fachrichtungen einzuholen.

Jeder der Hilfe sucht, bekommt sie auch!

Unser gut funktionierendes Netzwerk



Sie möchten gern unsere Arbeit unterstützen?

Spenden sind jederzeit willkommen.
Herzlichen Dank!



Unser Spendenkonto bei der VR-Bank Ludwigsburg

TEB e.V. Selbsthilfe

IBAN: DE32 6049 1430 0328 5580 36

Verwendungszweck: **Kleingeldaktion**

Auf Wunsch stellen wir gerne eine Spendenbescheinigung aus.

Vorwort



Liebe Leserinnen und Leser,

in diesem Moment halten Sie unser neues TEB Magazin in Ihren Händen. Ich kann es selbst kaum glauben, dass es bereits die 34. Ausgabe ist und bisher kein einziges Thema wiederholt wurde.

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, konfrontieren uns tagtäglich mit Fragen, Themen, sowohl menschlich wie auch medizinisch. Immer wieder kommen Betroffene oder ihre Angehörigen und suchen Hilfe und Unterstützung bei uns. Die verschiedensten Fragestellungen, wie z. B. „Soll ich mich operieren lassen, wenn ja, wo? Welche Behandlungen und Therapiemöglichkeiten gibt es heute? Was sind molekulare Therapien? Ernährung, Gewichts- und Verdauungsprobleme und die richtige und ausreichende Enzymeinnahme.“ Alles Themen, die uns nicht müde werden lassen, darüber zu berichten.

Der 10. Welt-Pankreaskrebstag (WPCD) – ein wichtiges Jubiläum, zu dem ich alle Leser einlade, mitzumachen und uns zu unterstützen, damit dieser Tag wieder ein Highlight wird.

TEB e. V. und insbesondere ich als Gründungsmitglied sind sich der Verantwortung bewusst und tun alles, damit der WPCD nicht an Bedeutung und Dynamik verliert.

Seit Jahren stellen wir diesen Tag unter ein besonderes Motto, 2023 ist dieses

„Weitergehen – Orientieren – Handeln“.

Mehr als 140 Pankreaszentren werden von uns angeschrieben und wir bitten diese um Unterstützung, dass z. B. öffentliche Gebäude in lila angestrahlt werden, Aktionen in den Kliniken und eine ausreichende Pressearbeit stattfinden. Ohne Hilfe geht es nicht!

Auch ohne die Hilfe von Ärzten, Betroffenen, Angehörigen und Interessierten, die sich mit individuellen Aktionen, wie z. B. Tragen eines Kleidungsstücks in der Farbe lila, Laufen für den WPCD, vor Ort stark machen, kann es auch nicht gelingen.

TEB-Selbsthilfe scheut weder Zeit, Mühe, Engagement noch Kosten, dass auch Deutschland sich gut unter den weltweiten Aktionen positionieren kann. Leider haben wir es noch nicht geschafft, dass tatsächlich alle Zentren mitmachen, aber was nicht ist, kann ja noch werden.

Neben vielen anderen Themen haben wir auch in diesem Heft die Verpflichtung, uns bei Betroffenen zu bedanken, die auf Geschenke anlässlich ihres Geburtstags verzichteten und uns diese als Spende zukommen ließen. Das ist keine Selbstverständlichkeit. Wir sagen von Herzen danke!

Wir gedenken auch der Mitglieder, die uns für immer verlassen haben und noch zu Lebzeiten die Weichen stellten, indem sie verfügten, dass sie auf Kränze und Blumen verzichten, stattdessen um eine Spende für uns baten. Es macht uns neben der Betroffenheit und der Trauer auch stolz, dass Betroffene selbst am Ende ihres Lebens an uns denken. Sie zeigen uns damit, dass unsere Arbeit gut und wichtig ist und sie wollen, dass es auch in Zukunft mit TEB e. V. weitergeht. Wir sagen auch hier ganz herzlich danke! Danke auch an die Angehörigen, die den Wunsch ihrer Verstorbenen umgesetzt haben.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen und weiterhin eine stabile Gesundheit.

Katharina Stang

Inhalt

- 2 TEB e. V. Selbsthilfe
- 3 Vorwort
- 4 Um was geht es?
- 5–8 10 Jahre Welt-Pankreaskrebstag
- 9–11 Gelebte Selbsthilfe
- 12–13 Gruppentreffen Elbe-Weser
- 14–15 Ich habe mich wieder zu Hause gefühlt
- 16 Rezept
- 17–18 TEB e. V. sagt danke
- 19–21 Wenn Zuhören fehlt, kann man nicht verstehen
- 22–23 Von Onlinegruppen zum Neustart in Präsenz
- 24–25 Nachruf Herr Krause
- 26 Nachruf Herr Mühlhäuser
- 27–28 Beitrittsformular
- 29–30 Termine Regionalgruppen
- 31 Termine im Überblick
- 32 Kontakt

[illegible]

An anatomical illustration of the human torso from the waist up, showing the internal organs. The liver is at the top, followed by the stomach. The gallbladder is highlighted in a bright orange color, located just below the stomach. The large and small intestines are visible at the bottom. The entire illustration is set against a blue background.



www.welt-pankreaskrebstag.de



10. Welt-Pankreaskrebstag – es wurde viel erreicht!

Am 16. November 2023 begehen wir zum zehnten Mal den Welt-Pankreaskrebstag und stellen fest, dass er sich inzwischen weltweit etabliert und weiterentwickelt hat.

Großartig, was aus einer Idee von 20 verschiedenen Organisationen, darunter auch TEB e. V. Selbsthilfe, geworden ist, die sich 2013 in Genf trafen, um einen gemeinsamen Weg zu finden, die Öffentlichkeit für die Erkrankung Bauchspeicheldrüsenkrebs zu sensibilisieren!

Lassen Sie uns gemeinsam zurückblicken, was sich in zehn Jahren getan hat und was in zehn Jahren intensiver Arbeit erreicht wurde.

Noch immer handelt es sich bei Bauchspeicheldrüsenkrebs um eine der schlimmsten und aggressivsten Krebsarten, für die es bis heute geringe Heilungschancen gibt. Jahr für Jahr wollten wir an diesem Tag ein besonderes Zeichen setzen, damit man diese schwere Erkrankung nicht aus den Augen verliert, auch wenn die Fallzahlen heute nicht deutlich höher sind als damals.

Betroffene mit Bauchspeicheldrüsenkrebs haben das Recht, dass man die Erkrankung aus dem Abseits holt. Jedem Einzelnen, der mit dem Thema Bauchspeicheldrüsenkrebs konfrontiert ist, sollte mit all seinen Ängsten und Sorgen, die damit verbunden sind, die nötige Aufmerksamkeit entgegengebracht werden.

Der Welt-Pankreaskrebstag stand von Anfang an unter keinem guten Stern:

2014 war das große Attentat in Paris und mit einem Schlag waren alle unsere Bemühungen und Vorbereitungen zunichte gemacht. Das Leid der Menschen, der Schock, den dieses schlimme Ereignis ausgelöst hat, standen im Mittelpunkt.

Dann kam Corona, und es durften keinerlei Veranstaltungen und Aktivitäten stattfinden. Ukrainekrieg und Energiekrise sind im Moment Dinge, die uns ausbremsen. So kommt es auch in diesem Jahr, dass das Residenzschloss in Ludwigsburg bereits zum zweiten Mal nicht beleuchtet wird, um Strom zu sparen.

Was haben wir von 2014 bis 2022 erreicht?

Von Beginn an stellten wir von TEB e. V. Selbsthilfe den Tag unter ein ganz besonderes Motto, das dann von Kliniken in den verschiedensten Bundesländern aufgenommen wurde.

Jedes Motto soll die Öffentlichkeit auf das schwere Thema aufmerksam machen und den neusten Stand der Wissenschaft und Forschung darstellen.

Hier unsere Mottos in chronologischer Reihenfolge:

Wir sind dabei (2014 und 2015)

Wenig bekannt – Wenig beachtet (2016)

Erkennen – Behandeln – Forschen (2017)

Alte Therapien – Neue Ansätze (2018)

Neue Wege – Chancen – Hoffnung (2019)

Erkenntnis – Bewegung – Fortschritt (2020/online)

Risikofaktoren – Symptome – Behandlungen
(2021/online)

Annehmen – Bewältigen – Perspektiven (2022/Stade)

Das Motto für 2023 lautet:
„Weitergehen – Orientieren – Handeln“

Das Logo, der Drachen, und die Farbe Lila als Symbolfarbe für den Welt-Pankreaskrebstag haben dazu beigetragen, dass wir Aufmerksamkeit in den verschiedensten Bundesländern bei den jeweiligen Beleuchtungs-Aktionen erregen konnten. Durch verschiedene Aktionen, wie z. B. „Wir laufen für den Welt-Pankreaskrebstag“ oder „Impressionen in Lila“, haben wir die Öffentlichkeit ebenfalls für diese schwere Erkrankung sensibilisiert.

Was wurde in Lila angestrahlt?

Das Residenzschloss in Ludwigsburg, die Burg Esslingen, St. Michael Kirche in Schwäbisch Hall, Musik-Pavillon in Stuttgart, die Semper Oper in Dresden, das Rathaus in Stade sowie viele andere Gebäude.

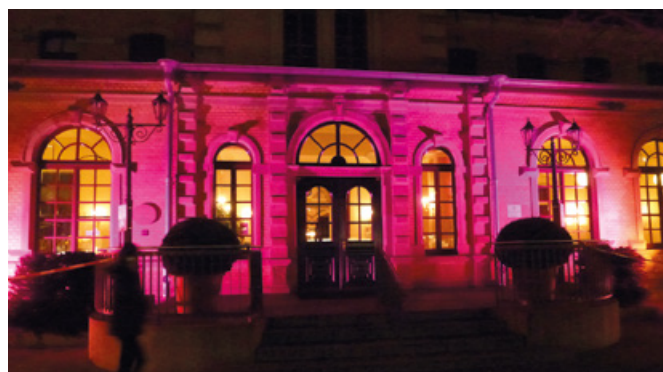
Wir waren auf einem guten Weg – es hat sich sowohl in der Medizin wie auch in der Forschung einiges getan. Ja, man konnte sagen, die Hoffnung, dass Bauchspeicheldrüsenkrebs mehr in den Fokus der Öffentlichkeit tritt, lag nahe.

Doch dann kam Corona und hat uns wieder um Jahre zurückgeworfen. Diagnosen wurden oftmals zu spät gestellt, Therapien und Behandlungen verschoben. Betroffene haben sich einer ärztlichen Untersuchung oder Kontrolle entzogen, denn die Angst vor dem Virus und der Ansteckung war zu groß.

Diese Reaktion war fatal und, ich glaube, wir werden noch lange mit den Folgen der Verschleppung zu tun haben. Denn jeder weiß, dass gerade beim Bauchspeicheldrüsenkrebs Zeit, schnelles Handeln und die richtige Therapie und Behandlung das A und O sind.

Bauchspeicheldrüsenkrebs ist nach wie vor ein Thema, das zum Verdrängen einlädt, aber gerade das genaue Hinschauen ist so wichtig, um gezielt helfen zu können.

Heute sind es weltweit 99 Organisationen aus mehr als 40 Ländern und 6 Kontinenten, die sich permanent dafür einsetzen, dass Therapien, Behandlungen und die Forschung nicht stehen bleiben.



Musikhalle in Ludwigsburg



Veranstaltung zum Welt-Pankreaskrebstag, Musikhalle Ludwigsburg



Musik-Pavillon in Stuttgart

Der Welt-Pankreaskrebstag ist für TEB e. V. Selbsthilfe der Dreh- und Angelpunkt, um auf diese Erkrankung aufmerksam zu machen und nichts unversucht zu lassen, dass er immer weiter an Bedeutung gewinnt. Wir geben nicht auf, sondern werden all unsere Kraft dafür einsetzen, dass es weitergeht.

Denn wir sind der Meinung, dies sind wir den vielen Menschen, die an Bauchspeicheldrüsenkrebs erkrankt sind und möglicherweise noch erkranken, schuldig.

Mein persönliches Anliegen, mein Engagement und meine Motivation ist der Glaube an Heilung für diese Erkrankung – der Glaube daran ermutigt mich, tagtäglich weiterzumachen.

Ich fordere alle auf, die diesen Bericht lesen, mitzuhelfen, damit der Welt-Pankreaskrebstag nicht in Vergessenheit gerät!

Tragen Sie ein Kleidungsstück, ein Accessoire in Lila oder schauen Sie auf unsere Homepage www.welt-pankreaskrebstag.de was wir an diesem Tag planen.

Was weltweit veranstaltet wird, finden Sie unter www.pancreatic.org/november/world-pancreatic-cancer-day

So wird z. B. dieses Jahr ein Tag vor dem Welt-Pankreaskrebstag, am 15. November 2023, 14 bis 18 Uhr, ein Kochkurs im Park Café im Blühenden Barock Ludwigsburg veranstaltet, finanziell unterstützt von Mylan Germany GmbH, in dem neben dem Zubereiten leckerer Gerichte Fragen zur Ernährung, insbesondere zur Einnahme von Enzymen, im Mittelpunkt stehen.

Veranstaltung in Ludwigsburg

Am Donnerstag, 16. November 2023, 14 bis 17 Uhr, findet der 10. Welt-Pankreaskrebstag in der Musikhalle Ludwigsburg statt. Die Teilnehmer erwartet vor Ort ein abwechslungsreiches Nachmittagsprogramm mit interessanten Vorträgen, auch in Fortsetzung des am vorherigen Tag durchgeführten Kochkurses, ebenso gibt es ein Quiz zum Thema Ernährung und der richtigen Einschätzung der Verdauungsenzyme. Die ersten drei Gewinner erhalten einen Preis.

Lassen Sie uns gemeinsam den diesjährigen 10. Welt-Pankreaskrebstag begehen und nehmen wir sein Motto „Weitergehen – Orientieren – Handeln“ als hoffnungsvolle Perspektive für den Umgang mit dieser Erkrankung!

Katharina Stang



Planetarium in Hamburg (Bild: Patrick Ladisch Fotografie)



Universum, Science Center in Bremen (Bild: Universum Bremen)



Katharinenhospital in Stuttgart (Bild: Leif Piechowski)



Semperoper in Dresden (Bild: Thomas Albrecht, Uniklinikum Dresden)



Weimarerhalle in Weimar (Bild: Maik Schuck, weimar GmbH)



Eintritt frei

Info-Tag zum 10. Welt-Pankreaskrebstag

16. November 2023

von 14 bis 17 Uhr in der Musikhalle Ludwigsburg
Bahnhofstraße 19, 71638 Ludwigsburg

Informationen - Vorträge - Austausch

Die Veranstaltung wird in Bild und Ton aufgezeichnet und auf unserer Homepage
www.welt-pankreaskrebstag.de teilweise veröffentlicht.





Gelebte Selbsthilfe

... ist mehr als Kaffee trinken und stricken, sie ist auch mehr als nur über Krankheit, Leid und Trauer zu reden.

Dies waren u. a. Themen in verschiedenen Regionalgruppen, in denen jeweils eine Journalistin zu Besuch war, um über unsere Gruppenarbeit in der Tageszeitung vor Ort zu schreiben.

Sehr gerne nehme ich als Gruppenleiterin und auch als 1. Vorsitzende von TEB e. V. Selbsthilfe solche Angebote an. Damit haben wir immer eine Chance und auch die Möglichkeit, uns in der Öffentlichkeit zu präsentieren und neue Betroffene, Angehörige oder Interessierte auf uns aufmerksam zu machen.

Aus Erfahrung weiß ich, dass es immer besser ist, wenn sich Journalisten, die sich mit dem Thema Bauchspeicheldrüsenerkrankungen, insbesondere Krebs, auseinandersetzen, sich ein eigenes Bild von unserer Arbeit machen oder auch persönlich mit Betroffenen und Angehörigen sprechen können.

Da niemand, auch ich als Gruppenleiterin nicht, weiß, in welche Richtung die Gruppentreffen gehen und welche Themen oder Emotionen aufkommen können, brauche ich die Zustimmung der Gruppenteilnehmer, ob sie mit dem Besucher einverstanden sind.

Aus diesem Grund ist es wichtig, dass ich mit offenen Karten spiele und den Journalisten mit seinem Anliegen vorstelle. Auch er soll die Gelegenheit haben, sich persönlich und seine Motivation, über unsere Gruppe zu schreiben, vorzustellen. Die Gruppe muss wissen, um was es geht, damit sie entscheiden kann.

Beide Journalisten wurden in der jeweiligen Gruppe herzlich aufgenommen und an diesem Tag in die Gruppe einbezogen.

Für mich kam die Frage von den Journalisten „Warum seid Ihr heute hier, was gibt Ihnen die Gruppe und was verstehen Sie unter Selbsthilfe?“ nicht überraschend.

Die Antworten ließen nicht lange auf sich warten ...

Warum seid Ihr heute hier, was gibt Ihnen die Gruppe und was verstehen Sie unter Selbsthilfe?

„Selbsthilfegruppen, so wie sie bei TEB e. V. stattfinden, sind enorm wichtig“, sagte ein Betroffener, der schon lange in einer Regionalgruppe ist. „Was man hier an fundiertem Wissen, Informationen, Erfahrungen, Tipps bekommt, ist einmalig und unbezahlbar.“

Er brachte damit zum Ausdruck, dass man sich in der Gruppe untereinander austauschen, seine Erfahrungen und Erkenntnisse gemeinsam diskutieren kann und dabei auch noch fachlich geführt und geleitet wird. Wie gesagt, „unbezahlbar“ waren seine Worte!

Menschen, die eine Erkrankung verbindet und die lernen wollen, sich mit ihrem Leben mit der Erkrankung zu arrangieren, kommen zusammen, diskutieren und hören sich zu. Sie fühlen sich unter Gleichgesinnten angenommen, jeder versteht, was der andere spricht oder in welcher Situation er sich gerade befindet.

Für mich als Gruppenleiterin sind Gruppentreffen immer hochspannend und oftmals mit vielen sensiblen Themen gespickt. Man muss genau aufpassen, dass man niemanden verletzt oder etwas Falsches sagt, was verheerende Folgen haben könnte. Mit einem unbedachten Satz kann man den Mut und die Hoffnung zerstören oder eine Lawine ins Rollen bringen, was für den Betroffenen sowie für die Angehörigen Unsicherheit oder Angst schüren würde.

Man muss als Gruppenleiterin sehr genau wissen, wo die Grenzen einer Selbsthilfe liegen.

Was sich ganz deutlich an diesen Gruppentreffen zeigte, war das Miteinander, das Gefühl, hier bin ich richtig, hier kann und darf ich mich öffnen und auch so sein, wie ich bin.

Ja, man darf seinen Gefühlen freien Lauf lassen und muss sich auch niemals für eine Reaktion schämen, egal wie sie rüberkommt.

In einer Präsenzgruppe und einer Onlinegruppe gibt es Regeln, wie z. B. den anderen ausreden zu lassen oder nicht dazwischen zu reden. Denn sonst würde der Stärkere den Schwächeren einfach übertönen und dieser würde sich nicht wohlfühlen. Ebenso gilt die Schweigepflicht und das ist gut so. Was aber eine Onlinegruppe von einer Präsenzgruppe unterscheidet, ist die direkte und gelebte Emotion, die zum Ausdruck gebracht wird und auf die direkt reagiert werden kann.

Selbsthilfe lebt das Fachliche, Menschliche und Emotionale, indem über alle Bereiche, die für den Betroffenen und seine Angehörigen im Moment wichtig und entscheidend sind, gesprochen werden kann. Über eigene Gefühle, Unpässlichkeiten, Unangenehmes oder gar über seine vermeintlichen Fehler zu reden, erfordert Mut und Vertrauen.

Es erfordert aber auch Disziplin, Respekt und Wertschätzung sowohl von der Gruppenleitung als auch von den Anwesenden.

So war es auch jeweils an diesem Nachmittag. Es wurde diskutiert und über das eine oder andere gesprochen, wofür man nach Lösungen suchte. Woher kommen Fieberschübe? Warum kann man das oder jenes nicht essen?

Genauso wurde darüber gesprochen, wie man mit der Erkrankung zurechtkommt und wie man trotz Krankheit ein erfülltes Leben führen kann.

Hier gehen die Meinungen sehr weit auseinander, denn was ich gut finde, kommt beim anderen ganz anders an. Alltag, Schmerzen, Wohlbefinden, Erfahrungen und Emotionen werden unterschiedlich erlebt und empfunden.

Eine intakte Gruppe bietet alles und jeder Einzelne kann in ihr seinen Platz finden und für sich das herausnehmen, was für ihn gerade wichtig ist. Man kann aus einer Gruppe Kraft, Mut und Zuversicht schöpfen.

Was man hier an fundiertem Wissen, Informationen, Erfahrungen, Tipps bekommt, ist einmalig und unbezahlbar.



Leserbrief

Was auch von beiden Journalisten sehr positiv aufgenommen wurde, war das enorme Fachwissen, das in den Gruppen vorhanden ist.

Hier kann ich voller Stolz sagen, dass es von Anfang an mein Anspruch war, die Gruppe fachlich zu begleiten. Ich wollte immer ein Lotse sein, der die Betroffenen und ihre Angehörigen zusammen mit ihren behandelnden Ärzten durch die vielen Behandlungen und Therapien führen kann.

Wie sagte ein Betroffener am Ende: „Was hier in der Gruppe und bei TEB e. V. geleistet wird und an wichtigen Informationen, wie z. B. das TEB Magazin, themenbezogene Infomappen oder die zuletzt erschienene Broschüre „Enzymsubstitution bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse“ weitergegeben wird, ist einfach großartig! Und wie schon eingangs erwähnt, unbezahlbar. Katharina, danke!“

Für das Lob bedankte ich mich, warf aber ein, dass mein Konzept, meine Auffassung, mein Fachwissen und Anspruch nicht üblich sind und weit über die Arbeit einer Selbsthilfe hinausgehen.

Mein Engagement und mein Idealismus sind es, was mich dazu antreibt, auch nach 24 Jahren Gruppenarbeit und über 17 Jahren als 1. Vorsitzende von TEB e. V. weiterzumachen, solange meine Gesundheit und die Kraft es zulassen.

In dieser Zeit habe ich durch die vielen Gruppen, Gespräche mit Betroffenen, Angehörigen und Ärzten viel gelernt und mein Wissen dermaßen vertiefen können, dass ich sagen kann, ich kann das, was ich heute mache!

Zum Schluss der jeweiligen Gruppe gab es ein Feedback von den Teilnehmern und den beiden jeweiligen Journalisten, das insgesamt positiv ausfiel.

Nun bin ich auf die Berichte in den Zeitungen gespannt!

Katharina Stang

Sehr verehrte, liebe Frau Katharina Stang,

Chapeau! Ich möchte Ihnen meine große Anerkennung und Wertschätzung aussprechen.

Bedingt durch die Erkrankung meines Ehepartners, die Diagnose Pankreaskarzinom mit Lebermetastasen kam Ende Januar 2023, begann ich umgehend zu recherchieren.

Viele Anregungen kamen aus unserem sozialen Umfeld. Wir haben einige Medizinkundige darunter, auch Ärzte.

Das Thema Krebs brach bereits 2021 in unser Leben ein. Unsere Tochter erkrankte mit 25 Jahren (!!) an einem aggressiven triple-negativen Mammakarzinom. Es wurde festgestellt, dass sie Trägerin des mutierten BRCA1 Gens ist.

Mein Mann und ich ließen daraufhin in der Humangenetik der UMG Göttingen untersuchen, wer diese Genmutation eingebracht hatte. Es war mein Mann.

Dass das Schicksal erneut so schnell zuschlagen würde, hatten wir nicht erwartet. Jetzt müssen wir alle verbliebenen Energiereserven bündeln und nach vorne schauen. Der Anfang war niederschmetternd. Man war fast gelähmt.

Jeder, der diese fatale Diagnose erhält, steht zunächst unter Schockstarre.

Bereits bei der Erkrankung unserer Tochter war ich es, die alle möglichen Informationen eingeholt und gebündelt hatte. U.a. die Allianz gegen Brustkrebs war es, die wertvolle Hilfestellung bot.

Was Sie, Frau Stang, da jedoch aus „dem Boden gestampft“ haben, muss jedermann/frau mit Erstaunen, um nicht zu sagen: EHFURCHT, erfüllen.

So unermüdlich sich dieser Thematik zu widmen, diese unglaublichen, unzähligen Stunden, Tage, Wochen, Monate, Jahre ...! Es fehlen einem die Worte! Was Sie sich an Fachkompetenzen draufgeschafft haben ...! Alle Achtung, das ist ganz großes Kino!

Es gibt vielleicht eine Erklärung dafür: Sie brennen für diese Mission! Allerherzlichsten Dank für Ihr Engagement

Und mein großer Wunsch: Machen Sie weiter so!
B. L.



Gruppentreffen Elbe-Weser

am 9. Februar 2023 in Stade

Voller Spannung betraten mein Mann und ich das Ärztehaus in Stade, um dort unsere heutige Gruppe abzuhalten. Spannung deshalb, weil wir nicht wussten, was uns erwarten und wie viele Teilnehmer tatsächlich heute kommen würden.

Bereits beim Eintreten wurden wir sehr liebevoll von den Mitarbeitern des Hauses empfangen und spürten, dass wir mit Freude aufgenommen wurden. Ja, man hatte das Gefühl, hier sind wir zu Hause.

Nachdem wir noch einige wichtige Informationen – wo ist der Raum, wer muss abschließen, wo dürfen wir parken und was dürfen wir aus der Küche benutzen – bekommen hatten, schauten mein Mann und ich uns den Raum an.

Wir trauten unseren Augen nicht, es waren schon sehr viele Betroffene und Angehörige da, mit einem sehr freundlichen Moin, Moin wurden wir begrüßt. Es war so, als würde man nach einem langen Urlaub wieder zurück in die Heimat kommen, alles ist erst fremd und dann doch sehr vertraut.

„Hallo Katharina, hallo Helmut, schön, dass ihr den weiten Weg auf Euch genommen habt“, sagte eine Betroffene.

Eine andere kam auf mich zu und meinte *„Ich habe alles daran gesetzt, heute hierher zu kommen, auch wenn es meinem Mann nicht gut geht, aber was sage ich, wir haben doch vorgestern erst telefoniert“.*

Da ich wusste, dass Herr Professor Stinner heute erst spät oder gar nicht kommen konnte, weil er in Hannover dienstlich zu tun hatte, sagte ich zu den Betroffenen: *„Mal sehen, ob ich es ohne Herrn Professor Stinners Hilfe schaffe, alle Fragen zu beantworten“.*

„Ach Katharina, wenn Du das nicht schaffst, wer dann? Wir alle haben bisher von Deinem Wissen über die Bauchspeicheldrüse sehr profitiert, wir haben grenzenloses Vertrauen zu Dir“.

Ja, das ist erst einmal ein großes Lob, dass einen erfreut und oftmals auch Flügel verleiht und doch, es ist auch eine große Verantwortung. Gemeinsam sind wir stark und leben getreu nach dem Motto *„Selbsthilfe – helfe Dir selbst“.*

Als mich Frau Roppers, die Sachbearbeiterin der AOK Niedersachsen, sah, war meine Freude groß. Es ist nicht selbstverständlich und schon gar nicht üblich, dass eine Sachbearbeiterin sich ein eigenes Bild von der Gruppenarbeit, deren Wünsche und auch Dynamik macht. Das zeigte mir und der ganzen Gruppe, dass man Interesse an uns hat.

Mein Mann und ich begrüßten im Anschluss die Gruppe und Frau Roppers. Da es viele Teilnehmer waren, machte ich nur eine kleine Vorstellungsrunde, denn schließlich wollten wir wissen, um was es heute hier geht.

Bereits hier waren die Themen und Fragen so vielfältig, dass man sie nacheinander abarbeiten musste.

Fragen zu Ernährung, Verdauungsproblemen, Chemotherapien, Bildgebenden Verfahren, Studien, Diabetes 3 c, fettlöslichen Vitaminen, Operationen, Narbenschmerzen, Untergewicht usw.

Fragen über Fragen, auf die die Betroffenen und ihre Angehörigen Antworten suchten. So begann ich mit der Beantwortung, indem ich die rein medizinischen Fragen zurückstellte.

Immer wieder bezog ich die Gruppe und deren Erfahrung mit ein und als ich merkte, dass Herr Professor Stinner nicht kommt, beantwortete ich auch medizinische Fragen, soweit ich das konnte.

Es ging Schlag auf Schlag: zu einer Antwort gab es eine oder mehrere Gegenfragen, wie im Flug verging die Zeit.

Aus einem aktuellen Anlass wollte ich wissen, welche Erfahrungen Betroffene mit fettlöslichen Vitaminen haben und ob das ein Thema wäre, dass sie interessieren würde.

Sofort kamen Wortmeldungen und Fragen und so mancher teilte seine Erfahrungen aus der Gruppe mit. Es war nicht zu überhören, dass durchaus Bedarf besteht, mehr über die Vitamine A, D, E, K zu erfahren.

Eine aus der Gruppe sagte: „Ich habe erst kürzlich einen Vitaminstatus bei mir machen lassen, weil ich das Gefühl hatte, dass ich besonders beim Vitamin D einen Mangel habe. Mein Gefühl war richtig, ich hatte einen erheblichen Vitamin D-Mangel und auch hochgradige Osteoporose. A und K waren grenzwertig.

Heute bekomme ich regelmäßig fettlösliche Vitamine von meinem behandelnden Arzt gespritzt. Bei der letzten Blutuntersuchung war der Vitamin D-Spiegel leicht angestiegen. Durch Dich, Katharina, habe ich erst erfahren, dass es diese Spritzen gibt, wie man sie sich verordnen lassen kann und wie man sie bekommt. Vielen Dank dafür!“

„Ja, wir lernen und erfahren in der Gruppe so manches und jeder kann von den Erfahrungen und dem Wissen der anderen profitieren“.

Bevor ich mich für heute von der Gruppe verabschiedete, bat ich noch um ein Feedback der Teilnehmer, insbesondere deshalb, weil Neue anwesend waren.

Die Resonanz war sehr positiv. Ja, ich bekam auch viel Lob für meine klaren und verständlichen Erklärungen zu den verschiedensten Fragen.

Das Lob und die Anerkennung erfüllten mich mit Freude. Zufrieden schloss ich die Gruppe mit den Worten „Leider hat es Herr Professor Stinner nicht geschafft, heute anwesend zu sein, umso mehr freuen wir uns das nächste Mal auf ihn. Kommt gut nach Hause und passt gut auf Euch auf.“

Eure Katharina

Ich habe mich wieder zu Hause gefühlt!

Das waren die Worte einer Betroffenen der Regionalgruppe Mittlerer Neckarraum, die seit fast 20 Jahren mir und TEB e. V. treu geblieben ist. Ja, sie war bereits in der Gruppe in Stuttgart, die ich unter einem anderen Verein gegründet hatte, leitete und führte.

Viele Jahre kam sie sehr regelmäßig in die Gruppe und unterstützte uns mit ihrem Wissen, das sie als Betroffene hatte und über das sie in ihrem Beruf als Krankenschwester verfügte.

Im Laufe der Zeit konnte sie mit ihrer Erkrankung besser umgehen und hatte auch gelernt, damit zu leben. Ihre Gruppenbesuche wurden weniger, bis sie irgendwann ganz aufgegeben wurden.

Wie gesagt, sie war und ist ein treues Mitglied und kam immer wieder zu großen Veranstaltungen, sodass wir uns nicht ganz aus den Augen verloren haben.

So geht es manchen. Wenn sie die Gruppe eine Weile nicht besucht haben, fällt es ihnen schwer, wieder zurückzukommen. Man fühlt sich irgendwie nicht mehr zugehörig und denkt, da kenne ich niemanden mehr und außerdem brauche ich die Gruppe nicht, komme doch gut alleine zurecht.

So war es auch hier.

Erst nachdem ein Brief von Helmut an alle Mitglieder der Gruppe und alle im nahen Umkreis von Ludwigsburg geschickt wurde, mit der Bitte, doch wieder in die Gruppe zu kommen, bewegte sich etwas.

Am 9.5.2023 fand unser Gruppentreffen statt. Voller Spannung harrten wir der Dinge, die da kommen würden. Je näher es auf 14.30 Uhr zuing, umso nervöser wurde ich und stellte mir immer wieder die Frage, wieviele wohl kommen werden. Wer von den „alten“ Gruppenteilnehmern findet den Weg wieder zu uns? Reicht der Platz?

Bereits vor 14 Uhr klingelte es an der Tür. Betroffene und ihre Angehörigen baten um Einlass. Der Raum füllte sich, Stühle mussten zugestellt werden und es wurde sehr lebhaft in unserer Geschäftsstelle.

Es kamen alte und neue Gesichter, ich konnte mich an jeden erinnern und ihn richtig einordnen.

„Katharina, ich habe auf Euer Schreiben hin den Mut gefasst, heute hierher zu kommen, aber jetzt bin ich froh.“ Sofort waren wir wieder wie einst vertraut.

Interessiert schauten sich einige in der neuen Geschäftsstelle um. „Schön habt Ihr es hier, der Gruppenraum ist ja wunderbar hergerichtet. Er lädt zum Verweilen ein.“

„Wollt Ihr Euch einmal die Geschäftsstelle anschauen?“ Zustimmung kam sofort von allen Seiten. „Na, dann kommt mal mit, wir machen jetzt eine Begehung“, scherzte ich. „Mensch, Katharina, so hatte ich mir die Geschäftsstelle nicht vorgestellt. Sicher war der Umzug viel zusätzliche Arbeit für Euch, aber so wie ich das hier sehe, hat es sich gelohnt. Ich bin begeistert!“

„Wir auch!“, sagten alle anderen im Chor.

Es schloss sich ein Gruppentreffen wie in alten Zeiten an. Reger Erfahrungsaustausch gepaart mit kompetentem Wissen, fröhlichem Beisammensein und viel Lachen.

Immer wieder musste ich innehalten bei der einen oder andern fachlichen Erklärung, weil man sich innerhalb der Runde angeregt unterhielt. Ich glaube, es ging jedem so wie mir: Man war neugierig, wie es den Betroffenen nach der langen Zeit, in der man sich nicht mehr gesehen hatte, ging.



Es war ein toller Nachmittag!

Helmut, der den Brief im Auftrag der Gruppe schrieb, und die Gruppenmitglieder, die das mit beschlossen hatten, freuten sich riesig, dass ihre Mühe nicht vergebens war und dass jetzt endlich nach Corona die Hürden der Isolierung überwunden wurden und der Raum bis auf den letzten Platz gefüllt war.

Herbert meinte: „Wenn die Gruppentreffen auch in Zukunft so wie heute besucht sind, dann, Katharina, könntest Du doch wieder dafür sorgen, dass regelmäßige BIA-Messungen stattfinden“.

„Ja, das mache ich, warten wir mal das nächste Treffen noch ab. Denn eins muss man auch sagen, wenn die BIA-Messungen bis auf die Elektroden für uns kostenlos sind, kostet es Frau Dr. Steinbeck doch eine Menge Arbeit und Geld. Deshalb muss es sich lohnen, dass Betroffene hier sind, die diese Messung in Anspruch nehmen.“

Das Ende dieses Nachmittags nahte und die ersten brachen auf. „Katharina, ich muss zur S-Bahn, aber ich komme wieder. Ich bin so froh, dass ich meine Angst überwunden habe und endlich wieder den Weg zu Euch gefunden habe.“

Es ist ganz anders, wenn man hier mittendrin ist und alles live erleben kann, als wenn man Dich anruft oder es im Magazin liest. Das habe ich mir so nicht vorgestellt!“

Viele nickten und meinten: „Es war heute wieder eine Gruppe wie vor Corona. Jetzt liegt es an uns, dass Katharina weitermacht.“

„Ja, ich bewundere Dich, Katharina, dass Du die ganze Zeit nicht aufgegeben hast.“

Dieses Kompliment nahm ich gerne an. Doch der Dank gehört nicht nur mir alleine, sondern in erster Linie meinem Mann, der mich enorm unterstützt. Egal, ob ich, Mitarbeiter oder die Technik ausfallen, er ist immer da und gibt alles, damit es weitergeht.

Danke auch an Helmut, Herbert und die gesamte Gruppe! Es war ihre Idee und ihr Wunsch, die Gruppe wieder zum Leben zu erwecken, was zumindest heute gelungen ist.

Ich wünsche mir, dass wir keine Briefe mehr versenden müssen mit der Frage: Wo seid Ihr?

Katharina Stang

Möhren-Kokos-Suppe

... mit einem Hauch von Ingwer



Bild: © paul100paul, 123rf.com

Zubereitung

1. Möhren und Kartoffeln schälen und klein schneiden.
2. Ingwer schälen und fein hacken.
3. Das Öl erhitzen und die Möhren, Kartoffeln und den Ingwer darin anbraten.
4. Mit Brühe ablöschen, Hitze reduzieren, zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen.
5. Suppe vom Herd nehmen und pürieren.
6. 100 g Kokosmilch, Honig und Orangensaft einrühren, mit Gewürzen abschmecken und nochmals kurz aufkochen lassen.
7. Suppe in Tassen oder Teller geben, jeweils 1 EL Kokosmilch locker einrühren, nochmals pfeffern und mit Petersilienblättchen garnieren.

Zutaten für 4 Personen

750 g Möhren
2 Kartoffeln (mittelgroß)
1 Scheibe Ingwer
1 l Gemüsebrühe
150 g Kokosnussmilch
3 EL Orangensaft
1 TL Honig
Salz, etwas Pfeffer, Kurkuma
1 Stängel Petersilie
1 EL Rapsöl



Foto: © womue, stock.adobe.com

Nährwerte pro Person

Kalorien:	115 Kcal / 487 KJ
Eiweiß:	3,1 g
Fett:	2,7 g
Kohlenhydrate:	19,3 g
Ballaststoffe:	7,2 g
Cholesterin:	0 g

TEB e. V. berechnet die Dosierung der Verdauungsenzyme mit 3.000 I. E. pro Gramm Fett.

Enzyme insgesamt: 81.00 I. E.

Alternativ: pflanzliche Enzyme, 1–2 Kapseln, je nach Schweregrad der exokrinen Pankreasinsuffizienz, bei Bedarf mehr.

TEB e. V. sagt danke!



Seit gut 3 Jahren ist Margarethe H. Mitglied bei TEB e. V., nachdem bei ihr die niederschmetternde Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs gestellt worden war und alles von heute auf morgen nicht mehr so war wie bisher ...

Über ihre Schwester, die mich als Angehörige bei einer Beratung vor Ort kennenlernte und nach der ersten Beratung gelöst und wieder mit einem Blick nach vorne die Geschäftsstelle verlassen konnte, erfuhr Margarethe von TEB e. V.

Seither führte ich in besonders kritischen Situationen vertrauensvolle Telefonate mit Margarethe, die in Berlin wohnt, also nicht gerade um die Ecke.

Im April hatte Margarethe Geburtstag. Ihr Mann wurde vier Tage danach 80 Jahre alt. So entstand bei ihnen die Idee, die Geburtstage zusammenzulegen und in kleiner Runde zu feiern.

Geschenke wollten sie keine. Stattdessen wurde ein TEB-Informationstisch aufgebaut und eine Spendenkasse aufgestellt. Und wie sich zeigte, war dies eine gelungene Aktion! 500 Euro kamen zusammen und die beiden konnten voller Freude und Dankbarkeit den Betrag an TEB e. V. überweisen.

„Schön, dass wir auf diese Art etwas an TEB zurückgeben können!“

Wir sagen Margarethe und Wolfhard und allen Spenderinnen und Spendern herzlichen Dank.

Katharina Stang



Seit vielen Jahren ist Rosemarie A. ein treues Mitglied bei TEB e. V. wie auch in der Regionalgruppe Mittlerer Neckarraum ...

Sie lernte unsere Arbeit und insbesondere mich in einer Situation kennen, in der die Sorge und Verzweiflung groß war, wie es in Zukunft weitergehen würde.

Noch heute kann ich mich an unser erstes Gespräch erinnern, das bereits von großem Vertrauen geprägt war. Es gab Höhen und Tiefen bei der Bewältigung ihrer Erkrankung. Zusammen mit ihrem behandelnden Arzt suchten wir immer nach der bestmöglichen Therapie und Behandlung, was bisher gut gelungen ist.

Rosemarie wurde vor kurzem 80 Jahre alt. Sie verzichtete auf Geschenke, stattdessen stellte sie für ihre Gäste eine Spendenkasse für TEB e. V. auf. Was für eine tolle Idee!

500 Euro kamen zusammen. Diesen Betrag brachte sie uns voller Stolz persönlich in der Geschäftsstelle vorbei.

Von ganzem Herzen sagen wir Rosemarie und allen, die die Kasse gefüllt haben, danke!

Katharina Stang



VR-Bank Ludwigsburg unterstützt unsere Kleingeldaktion

Seit Jahren haben wir die Erlaubnis, am Kassenschalter eine Spendenkasse für uns aufzustellen.

Bei meinem letzten Besuch auf der Bank sah ich, dass die Spendenkasse gut gefüllt war und geleert werden sollte.

Zusammen mit einem Mitarbeiter der Bank haben wir am 3.5.2023 die Kasse geöffnet und das Geld in die Zählmaschine eingefüllt, damit es unserem Konto gutgeschrieben werden konnte.

Es war sage und schreibe ein Betrag von 120,41 € Münzgeld und 55,00 € in Scheinen.

Mit großer Dankbarkeit nahmen wir das Geld entgegen.

Den Spendern – Kunden der Bank – danken wir für ihre Bereitschaft, uns ohne viele Fragen zu unterstützen.

Der VR-Bank danken wir dafür, dass sie uns erlaubt, unsere Spendenkasse dort aufzustellen.

Der Vorstand und insbesondere ich wissen dies zu schätzen und bedanken uns im Namen aller unser Mitglieder. Wir versichern, dass wir das Geld ausschließlich für unsere Arbeit zum Wohle unserer Betroffenen verwenden werden.

Der Vorstand





Wenn Zuhören fehlt, kann man nicht verstehen!

Um Betroffenen und ihren Angehörigen richtig zuhören zu können, braucht es Zeit, Ruhe und Vertrauen.

Zuhören und verstehen sind erste Schritte und die wichtigsten Grundlagen bei TEB e. V. Selbsthilfe, um Menschen, die sich krankheitsbedingt oftmals in einer Ausnahmesituation befinden, aufzufangen, zu begleiten und ihnen adäquat zur Seite zu stehen.

Um Betroffenen und ihren Angehörigen richtig zuhören zu können, braucht es Zeit, Ruhe und Vertrauen. Erst wenn diese drei Grundvoraussetzungen stimmen, öffnen sich die Menschen und sprechen an, was sie bewegt.

Dabei kommt sehr oft vor, dass ein Gespräch eine ganz andere Wendung nimmt, als ursprünglich angenommen wurde.

So erging es mir auch bei einem persönlichen Beratungsgespräch mit einer Betroffenen und ihrem Partner, die sich in der Geschäftsstelle angemeldet hatten und mit mir über ihre Situation nach der Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs und der anschließenden Whipple-Operation reden wollten.

Freundlich begrüßte ich beide in meinem Büro und fragte: „Wie geht es Ihnen, was führt Sie zu mir?“ Beide schauten sich an, ich hatte den Eindruck, dass keiner den Anfang machen wollte, um nichts Falsches zu sagen. Ich spürte eine bedrückende Atmosphäre, die von den beiden ausging.

Um ihnen eine Brücke zu bauen, schaute ich sie an und fragte erneut: „Was hat Euch heute zu mir geführt, wo drückt denn der Schuh, wie kann ich helfen?“

Sehr leise und zaghaft sagte die Betroffene: „Ich würde gerne anfangen, aber ich weiß nicht, wie und wo. Es ist so vieles, was im Moment bei mir aus dem Gleichgewicht kommt, ich bin einfach mit der ganzen Sache überfordert!“

Sofort fiel der Partner ihr ins Wort und meinte:
„Nicht nur Du bist überfordert, sondern ich auch!“

Ich hatte das Gefühl, dass die Betroffene mit einer solchen Aussage ihres Partners nicht gerechnet hatte. Ungläubig schaute sie ihn an und sagte: *„Ach, Du auch?“*. *„Ja, stell Dir vor, mir geht es ähnlich“*, war seine Antwort.

Bereits in diesem Augenblick spürte ich, dass es hier nicht nur um die Erkrankung ging, sondern auch andere Dinge, die mehr in den psychologischen Bereich gehörten, vorlagen. Aus Erfahrung weiß ich, dass eine schwere Krankheit Menschen und damit auch das Eheleben verändern kann und vieles nicht mehr so ist, wie es vor der Erkrankung war.

Da ich kein Arzt und auch kein Psychologe bin, versuchte ich, einen Weg zu finden, um den beiden zu helfen, ohne damit meine Kompetenz als Selbsthilfe zu überschreiten.

Um mir ein Bild zu verschaffen, worum es wirklich geht, habe ich jedem den Raum und die Zeit gegeben, sich ohne jegliche Unterbrechung zu äußern.

Doch bevor sich die Betroffene öffnete, bat ich, dass wir uns ab jetzt an eine Regel halten, die da lautet: Wir hören zu, reden nicht dazwischen und warten geduldig ab, bis der Redende fertig ist.

Alle waren einverstanden!

Wie so oft im Leben bekam die Frau den Vortritt und begann sogleich, aus ihrer Sicht ihre Probleme zu schildern. Ich hatte das Gefühl, dass sie plötzlich ein Ventil öffnete und alles, was sie seit Jahren und Monaten belastete, sprudelte nur so aus ihr heraus. Ihrem Mann fiel es immer schwerer zuzuhören, aber er hielt sich an die Abmachung, sie ohne Unterbrechung reden zu lassen.

Nach einer kurzen Pause, die wir brauchten, um das Gehörte einfach sacken zu lassen, durfte der Mann sprechen und alles, was ihn bewegte und belastete, sich von der Seele reden. Auch hier hörten wir aufmerksam zu.

Nachdem beide gesprochen hatten, spürte ich, dass eine ungeheure Last von diesen Menschen gefallen ist. Sie nahmen wahr, dass man beim gegenseitigen Zuhören die Sorgen und Gefühle des anderen besser verstehen konnte.

Dann versuchte ich, was ich gehört habe, so wie ich es empfand, nochmals widerzuspiegeln.

„Ja und ich? Ich kann mich auch nicht verändern! Warum hörst Du nicht, was ich Dir sage?“

Vorsichtig sprach ich beide an und sagte: *„Es ist schade, dass Ihr Euch das Leben so schwer macht, indem Ihr, statt Euch zuzuhören und zu verstehen, streitet.“*

Kann es sein, dass Ihr in den vielen Jahren Eurer Ehe verlernt habt, dem andern zuzuhören und dabei seine Ängste, Sorgen und Wünsche zu respektieren?“

„Ja, kann sein. Aber es ärgert mich, dass Du mich nicht verstehst oder verstehen willst“, sagte die Frau. *„Und ich ärgere mich, dass ich das machen soll, was Du von mir verlangst. Lass mich doch einfach sein wie ich bin! Ich fühle mich zu alt, um mich zu verändern“,* so der Mann.

„Ja und ich? Ich kann mich auch nicht verändern! Warum hörst Du nicht, was ich Dir sage?“

Nach diesem gewaltigen Gefühlsausbruch war erst einmal Ruhe. Jeder spürte, dass sich in seinem Verhalten etwas verändern muss.

„Mir hört keiner zu“, sagte die Betroffene. *„Und mir auch nicht“,* erwiderte der Partner.

„Aber ich habe sehr genau zugehört und mein Gefühl ist, dass jeder von Euch beiden in eine andere Richtung zieht und dabei will, dass der andere ohne zu murren mitgeht. Doch wie will man eine sachliche Aussprache herbeiführen, wenn man sich nicht den Raum, die Zeit und die Wertigkeit gibt, den anderen so sein zu lassen, wie er ist? Jeder Mensch hat das Recht, so zu sein wie er ist und er darf auch Fehler und Schwächen haben, denn diese machen den Menschen erst liebenswert.“

Beide nickten zustimmend und sofort kamen wieder die gegenseitigen Vorwürfe, aus denen klar hervorging, dass man in der Vergangenheit nicht an Lösungen interessiert war, sondern eher dem anderen einen Stempel aufdrücken wollte. Du musst mich verstehen, akzeptieren und respektieren, so war der Tenor.

Wie gesagt, ich bin keine Psychologin, aber aus eigener Erfahrung weiß ich, wenn das Zuhören fehlt, kann man nicht verstehen und auch nicht eine respektvolle Auseinandersetzung führen.

Wir unterhielten uns noch eine lange Zeit und jeder durfte in dieser Stunde mal so sein, wie er sein möchte, ohne dass er Angst haben musste, dass nach dem Gespräch wieder ein Ehestreit aufflammt.

Dass danach nicht alles, was war, aus der Welt geschafft ist, war uns allen klar. Doch ich spürte, zum ersten Mal seit langer, langer Zeit sprachen die beiden miteinander und stellten fest, dass sie Bedürfnisse, Wünsche, Ängste und Sorgen haben, die man mit Verständnis und Respekt vor dem anderen leicht aus der Welt schaffen könnte.

„Seit Jahren versucht Ihr, den anderen zu ändern, ohne Erfolg. Eure Ehe leidet gravierend unter diesem Zustand, die Kinder sind unglücklich. Auch die Strategie, die stressige Situation im Alkohol zu ertränken, brachte keine Lösung. Wollt Ihr wirklich so weitermachen? Wollt Ihr wirklich alles, was Ihr Euch in den vielen Jahren erarbeitet habt, wegwerfen?“

„Nein! Das wollen wir nicht! Uns war gar nicht bewusst, dass der andere auch leidet. Wir dachten immer, dem Partner macht das nichts aus. Ja, wir zogen uns immer mehr in unser eigenes Schneckenhaus zurück, damit es keinen Ärger gibt“, meinten beide.

So fragte die Betroffene: *„Warum habe ich in letzter Zeit wieder Schmerzen? Warum fühle ich mich müde, antriebslos und habe jegliche Lust am Leben verloren? Ich funktioniere und agiere nur noch!“*

Meine Antwort darauf lautete: *„Ja, wenn ich Hellseher wäre, hätte ich sicher eine Antwort, so kann ich nur dringend empfehlen, lass die Beschwerden medizinisch abklären. Vielleicht schreit auch nur die Seele nach Hilfe, was sich auf den Körper auswirkt. Holt Euch medizinische und psychologische Hilfe!“*

Wir hätten noch lange reden können, hätten dabei vielleicht das Thema in diesem Moment statt zu bereden zerreden können und machten an dieser Stelle Schluss.

„... Uns war gar nicht bewusst, dass der andere auch leidet. Wir dachten immer, dem Partner macht das nichts aus.“



Beide bestätigten mir, dass unser Gespräch ihnen sehr viel gebracht hätte und es ihnen jetzt deutlich besser ging als am Anfang. Auf meine Frage, ob sie wiederkommen möchten, gab es ein klares Ja.

Aus diesem Grund gab ich beiden eine Hausaufgabe mit, indem ich sie bat, achtsam mit sich umzugehen, den anderen ausreden zu lassen, auch wenn es schwerfällt, und einmal die positiven und negativen Dinge in ihrem Alltag gegenüberzustellen.

Wir planten, uns in zwei Wochen wiederzutreffen und jeder aus seiner Sicht sollte berichten, wie es ihm ergangen ist.

Damit waren beide einverstanden. Mit einem Lächeln im Gesicht sagten sie: *„Jetzt gehen wir noch nicht nach Hause, vielleicht gehen wir zusammen essen oder einfach nur bummeln.“*

So wurde aus einem Beratungsgespräch eine psychologische Stunde, in der es mir gelungen ist, zwei Menschen dazu zu animieren, sich an diesem Tag etwas Schönes zu gönnen und dabei vielleicht wieder miteinander ins Gespräch zu kommen und sich gegenseitig zuzuhören.

Obwohl die Beratung für mich ganz anders war als sonst, freute es mich, dass ich zwei Menschen vermitteln konnte, wie wertvoll und wichtig sie sind! Jeder ist auf seine Art einzigartig und darf das auch sein!

Katharina Stang

Von Onlinegruppen zum Neustart in Präsenz!

Um herauszufinden, wie das funktioniert, entschloss sich der Vorstand, sich der Situation zu stellen und einen Neustart zu wagen, indem er beschloss, ab Januar 2023 wieder Präsenzgruppen anzubieten.

Wohl wissend, dass es nicht leicht werden würde, nahmen wir die Herausforderung an, leiteten alles Notwendige in die Wege und konzentrierten uns darauf, dass wir Betroffenen und ihren Angehörigen wieder regelmäßige Gruppentreffen anbieten können.

Auch wenn sich während Corona einiges verändert hat, wissen wir aus vielen Gesprächen, dass den Menschen der persönliche Austausch untereinander sehr gefehlt hat. Sie fühlten sich einsam, alleine, ausgegrenzt.

Doch wir wissen auch, dass es schwer ist, Betroffene und ihre Angehörigen nach der monatelangen Isolation wieder für die Teilnahme an den Gruppentreffen zu motivieren.

Einen Neustart nicht zu versuchen, wäre keine Option für TEB e. V., denn wir stehen eher zu dem Motto „Wer nicht wagt, der nicht gewinnt“. Wir legten los und glaubten an uns.

Doch es war ein langer Weg, bis die ersten Präsenztreffen in den Regionalgruppen Mittlerer Neckarraum, Lauter/Fils, Schönbuch, Südpfalz, Rhein-Main und Elbe-Weser abgehalten werden konnten.

Was mir besonders schwer fiel, war das Umdenken, wieder ganz von vorne anfangen zu müssen, obwohl die Gruppen ja schon seit mehreren Jahren gut funktionierten.

Die Gruppen von vor Corona existierten nicht mehr. Es mussten teilweise neue Gruppenräume gefunden und Patienteninformationsveranstaltungen durchgeführt werden. Presseberichte wurden verfasst, um auf die Gruppen aufmerksam zu machen.

Dies konnten wir nur mit Hilfe unserer Ärzte im Wissenschaftlichen Beirat oder unseren Kooperationspartnern erreichen, dafür herzlichen Dank!



Selbst ich musste mich wieder neu sortieren. Dabei stellte ich mir immer wieder die Frage: Bin ich noch auf dem neuesten Stand der Wissenschaft? Kann ich mit Empfindungen, Emotionen, Trauer, Leid und Sorgen, die spontan in der Gruppe auftauchen können, noch richtig umgehen? Kann ich Betroffene und ihre Angehörigen trösten und ihnen den nötigen Halt, Mut und Zuversicht vermitteln? Werden mich die Betroffenen und ihre Angehörigen annehmen, akzeptieren, verstehen und vor allem, werden sie mir ihr Vertrauen schenken?

Mit diesen Gedanken fuhr ich zu jedem Gruppentreffen. Es waren in der Zwischenzeit schon mehrere, die stattfinden konnten.

Bei allen Gruppen war der Start sehr holprig und man musste viel von unserer Seite aus tun, wie z. B. persönliche Anschreiben mit Einladung zum nächsten Treffen versenden. Besonders schwierig bei der Umstellung ist die Tatsache, dass man sich jetzt zu den Treffen anmelden muss. Das fällt den Betroffenen und ihren Angehörigen noch sehr schwer.



Leserbriefe

Doch für uns ist dies unbedingt erforderlich, damit wir besser planen können. Hier muss der Vorstand Zeit und Kosten im Auge behalten. Also auf den Punkt gebracht: Eine Fahrt nach Dresden z. B. lohnt sich nur, wenn auch viele Betroffene und ihre Angehörigen sowie Interessierte zum Treffen kommen (mehr als 6).

Der gravierende Unterschied zwischen Online und Präsenz ist der persönliche Austausch ohne Bildschirm, der direkte Blickkontakt, die herzliche Umarmung und vieles mehr.

Präsenzgruppen sind einfach herzlicher. Und für mich als Leiterin leichter. Es strengt mich unendlich an, die gesamte Zeit den Bildschirm im Auge zu behalten und aufzupassen, dass ich alle, die sich in irgendeiner Form bemerkbar machen, auch wahrnehme.

Auch kann ich nicht jemanden spontan in den Arm nehmen und trösten, wenn ihm einfach zum Weinen ist.

Doch man muss fairerweise sagen, Onlinegruppen benötigen keine Fahrzeit, Fahrgeld und der Zeitaufwand ist um ein Vielfaches geringer. Auch kommen unsere Experten eher in die Onlinegruppen als in Präsenzgruppen vor Ort. Hier spielt der Zeit- und Kostenfaktor eine Rolle. Aber wie gesagt, die Onlinegruppe ist für mich nicht weniger anstrengend und braucht genauso ihre Vor- und Nachbereitung.

Erschwerend kommt außerdem dazu, dass man online ganz schlecht Mitglieder gewinnen kann, obwohl der Radius viel größer ist, da man ja bundesweit unterwegs ist.

Online- wie auch Präsenzgruppen haben jeweils ihre Daseinsberechtigung und werden von uns durchgeführt, um so vielen Betroffenen wie möglich das Angebot beider Gruppenformen zu machen.

Beide Gruppenformen sind zunächst für jeden offen. Nach einer gewissen Zeit des Schnupperns würden wir uns über eine Mitgliedschaft freuen.

Katharina Stang

Liebe Katharina, liebes Team,

was soll ich sagen? Ihr seid so wertvoll für mich und meine Familie!

Ich bin zusätzlich noch in einer anderen Organisation, die sich um Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs, kümmert. Aber bei Dir und TEB ist es so, dass ich mich besser aufgehoben, getragen und immer bestens informiert fühle.

Ich kann es gar nicht glauben, dass Du, Katharina, Dich mittlerweile 24 Jahre tagtäglich für uns Betroffene einsetzt. Was wären wir, was wären unsere Angehörigen ohne Dich, Deinen lieben Mann und Dein Team in dieser schweren Situation? Wir wären alleine!

Liebe Katharina, liebes Team, macht weiter so. Ohne Euch wären wir Betroffene und unsere Angehörigen um vieles ärmer.

Eine Betroffene mit Angehörigen

Liebe Katharina,

liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstelle,

ich möchte mich sehr herzlich für das Teebüchlein und die Infobroschüre „Enzymsubstitution“ bedanken.

Meine Lebensgefährtin und meine beiden Töchter sind begeistert von der umfangreichen Beschreibung der vielen Teesorten!

Der Inhalt und die Struktur der Infobroschüre „Enzymsubstitution“ ist einmalig.

Die Art des Aufbaus mit der Fragestellung und den jeweiligen präzisen Antworten habe ich noch nie in anderen Veröffentlichungen gefunden!

Eine sehr große Hilfe für die Betroffenen.

Da hat der Verein seine Erfahrung und sein ganzes Wissen zu Papier gebracht.

Große Hochachtung.

Herzliche Grüße

K. S.

Nachruf

Klaus Krause



Die Nachricht, dass Klaus für immer gegangen ist, hat mich tief getroffen, bewegt und eine unendliche Leere und Traurigkeit in mir ausgelöst. Noch vor ein paar Tagen hatte er sich schriftlich bei mir für die Glückwünsche anlässlich seines Geburtstages bedankt. Und jetzt schreibe ich diesen Nachruf – unfassbar!

Über zwanzig Jahre war Klaus an meiner Seite und auch an der Seite von TEB e. V. Selbsthilfe. Stets war er ein verlässlicher Partner und ein sehr guter Freund, der mich und TEB e. V. in vielerlei Hinsicht unterstützt hat.

Lange bevor es TEB e. V. gab, lernten wir uns im Jahr 1999/2000 bei einem meiner ersten Gruppentreffen für Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse in Ludwigsburg kennen. Bereits hier war ich von Klaus, seiner lebenswürdigen Art, seinem enormen Allgemeinwissen und auch seinem fachlichen und medizinischen Wissen im Bereich der Bauchspeicheldrüse begeistert. Wir verstanden uns vom ersten Augenblick an, keiner von uns ahnte damals, dass dieser Augenblick über Jahre anhalten und daraus eine intensive Freundschaft entstehen würde.

Immer wieder half und unterstützte Klaus TEB e. V. und insbesondere mich. Auf ihn konnten wir und ich uns blind verlassen.

Er moderierte das erste Ärzte- und Patientenseminar in der Musikhalle Ludwigsburg, damals noch unter dem Verein, für den ich seinerzeit tätig war.

Klaus führte uns menschlich wie fachlich durch diesen Tag und hat es tatsächlich geschafft, dass dieser Tag noch heute ein Thema bei Betroffenen ist.

Als es sechs Jahre nach unserer ersten Begegnung darum ging, dass ich einen neuen Verein TEB e. V. (Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse) gründen wollte, war es Klaus, der mich bei diesem Vorhaben massiv unterstützte. Er war überzeugt, dass das, was ich vorhatte, gut und richtig war.

Im Februar 2006 wurde der Verein TEB e. V. Selbsthilfe gegründet, Klaus war einer der sieben Gründungsmitglieder. Er schrieb die Satzung, die bis heute in ihrem Ursprung erhalten geblieben ist und noch immer seine Handschrift trägt.

2010/2011 hatte Klaus eine Idee: Er wollte eine Studie herausbringen, in der aufgezeigt wird, ob Betroffene gut medizinisch und psychisch versorgt sind.

Im Auftrag von TEB e. V. erstellte er eine Patientenstudie „Pankreaserkrankungen“. Dies war damals einzigartig und die erste Studie, die die Erkrankung aus der Sicht der Betroffenen beleuchtete.

Noch heute greifen wir gerne zu seinen Auswertungen, den Interviews mit Ärzten und seine fachlichen Anmerkungen im Umgang mit dieser schweren Erkrankung zurück.

Leider musste Klaus auch einige gesundheitliche Tiefschläge verkraften. Seine Kraft wurde weniger, so dass er seine aktive Hilfe bei TEB e. V. einstellen musste. Doch wann immer er konnte, schaltete er sich in die Online-Gruppen zu oder gab mir telefonische Hilfe und Unterstützung bei fachlichen Fragen.



Nun ist Klaus für immer gegangen. Was bleibt, sind Erinnerungen an einen wunderbaren, liebenswerten, freundlichen und hilfsbereiten Menschen.

TEB e. V. und insbesondere ich verlieren nicht nur einen Menschen, der uns jahrelang treu zur Seite gestanden ist, sondern auch einen guten Freund, der nie vergaß, sich zu bedanken, Lob auszusprechen oder mir zum Geburtstag einen Blumenstrauß zu schicken. Bei allem, was er tat, spürte man seine große Achtung und Wertschätzung für unsere Arbeit.

Lieber Klaus, TEB e. V., insbesondere ich, der Vorstand und viele Mitglieder, die Dich als einen besonderen Menschen kannten und schätzten, vermissen Dich sehr. Wir werden Dich nie vergessen und Du wirst ganz sicher eine Lücke hinterlassen, die nicht zu schließen ist. Ruhe in Frieden!

Unsere Gedanken sind bei Deiner lieben Frau Margret, Deinem Sohn und Deinen Enkeln sowie bei allen, die um Dich trauern.

Katharina Stang

Nachruf Manfred Mühlhäuser



Seit unserer ersten Begegnung in der Regionalgruppe Lauter/Fils verband uns großes Vertrauen und gegenseitige Wertschätzung.

Immer wieder kamen unverhoffte Anrufe von Manfred, über die ich mich sehr freute und in denen es nicht nur um seine Krankheit ging, sondern auch darum, wie er sein Leben mit der Erkrankung meisterte.

Jedes Gespräch mit ihm war und ist auch, nachdem Manfred für immer gegangen ist, eine Bereicherung für mich geblieben und hat bis heute eine nachhaltige Wirkung.

Immer wieder erlebte ich bei diesen Gesprächen Momente, in denen er mir Gelegenheit gab, ihn als einen besonderen Menschen kennen und schätzen zu lernen.

Wir sprachen über seinen innig geliebten Garten, seine ihm am Herzen liegenden Vögel, seine Familie und vieles mehr.

Auch sprachen wir über die Aufgaben und Ziele bei TEB e. V. Selbsthilfe und was mich persönlich veranlasst hat, mich für kranke Menschen, die sich oftmals in einer Notsituation befinden, einzusetzen.

„Katharina, solche Menschen wie Dich brauchen wir Betroffene und auch unsere Gesellschaft. Ich habe große Anerkennung, Wertschätzung und Respekt vor Dir und Deiner Arbeit. Du weißt, dass mein Sohn Mediziner ist und trotzdem sind mir neben seinem fachlichen Wissen Deine Erfahrung und fachliche Kompetenz unendlich wichtig. Was ich als pflichtbewusster Mensch für Dich und TEB e. V. tun kann, ist, dass ich Euch treu bleibe, solange ich lebe.“

Diese Worte berührten und bewegten mich sehr. DANKE!

Nun ist Manfred für immer gegangen, unsere Gespräche verstummen. Was bleibt, ist die Erinnerung an einen wunderbaren Menschen. Ich werde Dich nie vergessen!

Danke sagen wir der Familie, die uns auf Manfreds Wunsch eine Spende in Höhe von 1.340 Euro zukommen ließ.

In Verbundenheit
Katharina Stang

Möchten auch Sie TEB e.V. Selbsthilfe unterstützen?

Werden Sie Mitglied mit einem Jahresbeitrag ab 30 €.



Beitrittsformular

Eingescannt per E-Mail: geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de
per Fax 07141 9563637 oder per Post an:



TEB e.V. Selbsthilfe

Karlstraße 42
71638 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** ☐ **Fördermitglied** ☐

TEB-Infopost (*Termine, Magazin*) einschließlich Informationsmappen von TEB erwünscht: ☐ nein ☐ ja

Es ist eine **einmalige Aufnahmegebühr von 30 €** fällig. Bei Familienmitgliedschaft ist die Aufnahmegebühr nur einmal zu bezahlen. Der **Mitgliedsbeitrag beträgt 30 €** pro Person im Kalenderjahr. Erhöhter Mitgliedsbeitrag wird Ihnen als Spende ausgewiesen.

Mein Jahresbeitrag ist _____ €

☐ **Ich überweise** *Als Überweiser bezahlen Sie bitte Aufnahmegebühr und Mitgliedsbeitrag für das laufende Jahr bei Antragstellung und in den darauffolgenden Jahren den Mitgliedsbeitrag wiederkehrend am 8. Januar.*

☐ Ich zahle **per Lastschrift** (bitte auch Rückseite ausfüllen!)
Aufnahmegebühr und Mitgliedsbeitrag werden zum Eintritt erhoben, danach wird der Mitgliedsbeitrag 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 DE07 6049 1430 0328 5580 01

BIC (SWIFT-Code) GENODES1VBB

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

Zum SEPA-Lastschriftmandat (Einzugsermächtigung)



SEPA-Lastschriftmandat (SEPA Direct Debit Mandate)

für SEPA-Basis-Lastschriftverfahren/SEPA Core Direct Debit Scheme

Wiederkehrende Zahlung/Recurrent Payments

Name und Anschrift des Zahlungsempfängers (Gläubiger)

TEB e. V. Selbsthilfe
Karlstraße 42
71638 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 Lastschriftrücknahme 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 seinen Mitgliedern die Möglichkeit, an **virtuellen Gruppen** teilzunehmen. **Hierzu benötigen wir Ihre E-Mail-Adresse.** Zu den einzelnen Gruppentreffen werden Sie jeweils 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

Gruppenleitung: Ursula Krug, Tel. 07522-5452

Matthäus-Ratzeberger-Stift
Erzberger Straße 4
88239 Wangen im Allgäu

Termine (für beide Gruppen)
07.08.23 / 04.09.23 / 09.10.23 /
06.11.23 / 04.12.23

Uhrzeit
Gruppe 1: 15.00 bis 17.30 Uhr
Gruppe 2: 17.30 bis 19.00 Uhr

Hohenlohe + Unterland

Die Regionalgruppen werden in Patenschaft von der Regionalgruppe **Mittlerer Neckarraum** verwaltet.

Lauter-Fils

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Deutsches Rotes Kreuz (DRK)
Eichertstraße 1
73035 Göppingen

Termine (für beide Gruppen)
09.08.23 / 06.09.23 / 04.10.23 /
01.11.23 (Feiertag) / 29.11.23

Uhrzeit
Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Mittlerer Neckarraum

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Geschäftsstelle TEB e. V. Selbsthilfe
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg

Termine (für beide Gruppen)
01.08.23 / 29.08.23 / 26.09.23 /
24.10.23 / 21.11.23 / 19.12.23

Uhrzeit
Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Mittlerer Neckarraum

Gruppenleitung: Liane Bieber

Gruppe Hinterbliebene – Bei Interesse bitte die monatlichen Aktivitäten und Termine in der Geschäftsstelle erfragen.

Neckar-Alb + Nördlicher Schwarzwald

Die Regionalgruppen werden in Patenschaft von der Regionalgruppe **Schönbuch** verwaltet.

Schönbuch

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Kliniken Böblingen
Bunsenstraße 120
71032 Böblingen

Termine (für beide Gruppen)
10.08.23 / 07.09.23 / 05.10.23 /
02.11.23 / 30.11.23

Uhrzeit
Gruppe 1: 15.00 bis 17.30 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Gruppentermine unter Vorbehalt. Bitte fragen Sie in unserer Geschäftsstelle nach und melden sich, um besser planen zu können, bei Teilnahme verbindlich an:

Telefon: 07141 956 36 36 oder E-Mail: geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de



BAYERN

Allgäu-Schwaben	<i>Gruppenleitung: Ursula Krug, Tel. 07522-5452</i>	
Gruppenraum Erdgeschoss Wittelsbacher Straße 6 87700 Memmingen (Querstraße gegenüber Klinik-Parkhaus)	Termine (für beide Gruppen) 08.08.23 / 05.09.23 / 10.10.23 07.11.23 / 05.12.23	Uhrzeit Gruppe 1: 15.00 bis 17.30 Uhr 14.00 bis 16.30 Uhr Gruppe 2: jeweils im Anschluss
Unterfranken	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Universitätsklinikum Würzburg Oberdürrbacher Straße 6 97080 Würzburg Haus A3, Ebene 0, Raum 306, ZIM Seminarraum 7	Termine (für beide Gruppen) 18.08.23 / 15.09.23 / 13.10.23 10.11.23 / 08.12.23 <i>Die Gruppentermine wurden noch nicht bestätigt.</i>	Uhrzeit Gruppe 1: 16.00 bis 18.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

HESSEN

Rhein-Main	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Gruppenraum des Paritätischen, 3. OG Poststraße 9 64293 Darmstadt	Termine (für beide Gruppen) 02.08.23 / 25.10.23 / 06.12.23	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 16.30 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

NIEDERSACHSEN

Elbe-Weser	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Kassenärztliche Vereinigung Nieder- sachsen, <i>Bezirksstelle Stade (Ärztelhaus)</i> Am Bahnhof 20, 20680 Stade Raum „Wümme“	Termine (für beide Gruppen) 21.09.23 / 16.11.23	Uhrzeit Gruppe 1: 14.00 bis 17.30 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

NORDRHEIN-WESTFALEN

Kölner Bucht	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Universitätsklinikum Köln Josef-Stelzmann-Str. 20, 50937 Köln (Gebäude 42) Forum / Oratorium	Termine (für beide Gruppen) 18.09.23 / 13.11.23 <i>Die Gruppentermine wurden noch nicht bestätigt.</i>	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 16.30 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

RHEINLAND-PFALZ

Südpfalz	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Vinzentius-Krankenhaus Landau Diabeteszentrum Cornichonstr. 4, 76829 Landau (Pfalz) 1. Stock, Schulungsraum	Termine (für beide Gruppen) 15.08.23 / 12.09.23 / 10.10.23 07.11.23 / 05.12.23	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

SACHSEN

Leipziger Land	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
HELIOS Park-Klinikum Leipzig Strümpellstraße 41, 04289 Leipzig Raum 1K05 (1. Etage, vor Endoskopie)	Termine (für beide Gruppen) 21.08.23 / 16.10.23 / 11.12.23 <i>Die Gruppentermine wurden noch nicht bestätigt.</i>	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 16.30 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss
Mittel- und Südsachsen	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Städtisches Klinikum Dresden Versorgungszentrum, Haus V Wachsbleichstr. 27–29, 01067 Dresden Konferenzraum 2	Termine (für beide Gruppen) 17.10.23	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss



SPRECHSTUNDEN

Jeden Montag, 17:00 – 18:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg, 71640 Ludwigsburg
Prof. univ. Dr. med. Thomas Schiedeck,
Ärztlicher Direktor, Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie

Jeden Dienstag, 11:00 – 12:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg, 71640 Ludwigsburg
Prof. Dr. med. Karel Caca,
Ärztlicher Direktor, Medizinische Klinik I

Anmeldung erforderlich unter
Telefon 07141 956 36 36



EXPERTENTELEFON

Muss/soll/kann ich operiert werden
bei chronischer Pankreatitis/
unklarem Pankreaskarzinom / Metastasen etc.?

Montag, 28.08.2023, 15.30 – 16.30 Uhr

Prof. Dr. med. Sören Torge Mees

Pankreaszysten – wann harmlos,
wann bedenklich?

Montag, 25.09.2023, 15.30 – 16.30 Uhr

Prof. Dr. med. Bodo Klump

Operationen am Pankreas:

Für und Wider im Einzelfall

Mittwoch, 11.10.2023, 15.00 – 16.00 Uhr

Prof. Dr. med. Stefan Riedl

Gefährlichkeit von Operationen an der
Bauchspeicheldrüse

Dienstag, 14.11.2023, 15.00 – 16.00 Uhr

Prof. Dr. med. Jörg Köninger

SONDERVERANSTALTUNG TEB E. V. SELBSTHILFE

10. Welt-Pankreaskrebstag

Donnerstag, 16.11.2023, 14.00 – 18.00 Uhr

Musikhalle Ludwigsburg

Bahnhofstraße 19, 71638 Ludwigsburg



Aktuelle Therapiekonzepte Pankreaskarzinom

Donnerstag, 07.12.2023, 15.00 – 16.00 Uhr

Prof. Dr. med. Karel Caca

Alle Experten beantworten Fragen über das
gesamte Spektrum von Erkrankungen der
Bauchspeicheldrüse inklusive der spezifisch
aufgeführten Fachgebiete.

Anmeldung erforderlich unter

Telefon 07141 956 36 38

Impressum

Herausgeber: TEB e. V. Selbsthilfe, Bundes- und Landesgeschäftsstelle, Karlstraße 42, 71638 Ludwigsburg,

Telefon 07141-956 36 36, geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de, www.teb-selbsthilfe.de,

Redaktion: TEB e. V. Selbsthilfe, Katharina Stang (V.i.S.d.P.), Gestaltung und Layout: Himbeerrot GmbH, Ludwigsburg

Das TEB Magazin wird nach § 20 h SGB V durch die GKV-Gemeinschaftsförderung auf Landesebene Baden-Württemberg gefördert.





TEB e.V. Selbsthilfe

Tumore und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

Bundes- und Landesgeschäftsstelle
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg

Öffnungszeiten

Mo-Do 9-15 Uhr
Fr 9-12 Uhr

Kontakt

Telefon 07141-956 36 36
Fax 07141-956 36 37
geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

www.teb-selbsthilfe.de

www.bauchspeicheldruese-info.de

www.welt-pankreaskrebstag.de

Sie finden uns auch bei Facebook unter



TEB e.V. Selbsthilfe

TEB e.V. Selbsthilfe

gegründet in Baden-Württemberg

Schirmherr: Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär a. D.

gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

unterstützt durch den Krebsverband Baden-Württemberg

