



TEB MAGAZIN

Treffpunkt
Erfahrung
Beratung
Begleitung

A D E K

Fettlösliche Vitamine

Welche Rolle spielen die Vitamine A, D, E, K
bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse?

Seiten 5-7

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.

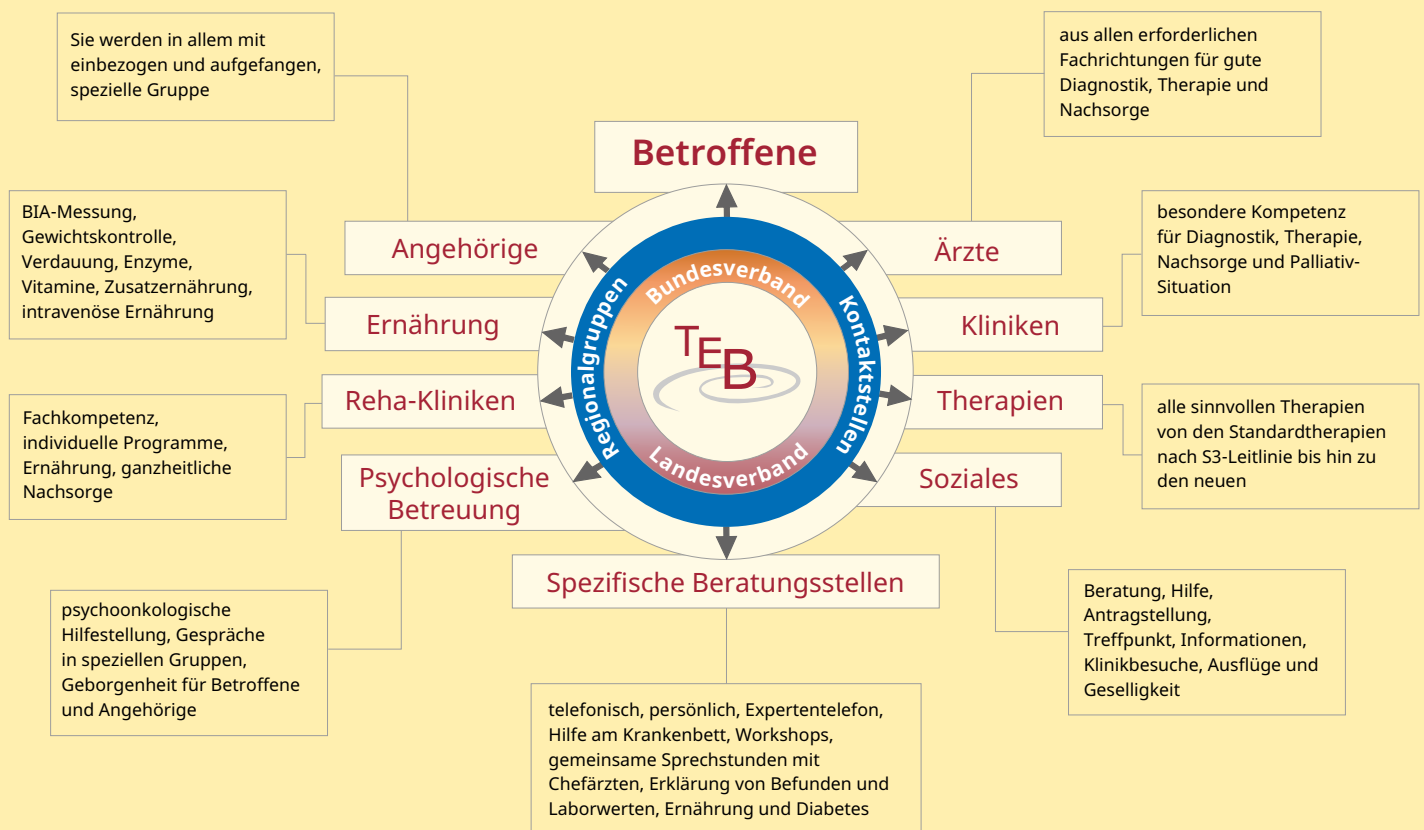
Unterschiedliche und eigene Erfahrungen werden diskutiert. Das eigene Erleben und Empfinden stehen immer an erster Stelle. Oftmals unterscheidet sich dieses von dem, was man in Büchern liest oder in wissenschaftlichen Vorträgen hört.

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, liebe Leser,

heute halten Sie die Ausgabe 40 unseres TEB Magazins, die zugleich unsere letzte ist, in Ihren Händen. Wie Sie sicher schon erfahren haben, wurde TEB e. V. Selbsthilfe in einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 26.07.2025 aufgelöst. Ich brauche nicht zu erwähnen, dass das eine schwere Entscheidung war. Doch sie war unvermeidbar, da sich kein Nachfolger finden ließ. Hinzu kam, dass mein Mann schwer an Krebs erkrankte und am 18.08.2025 verstarb.

Mein Mann und ich ergänzten uns perfekt und oft wurde gesagt, wir sind wie Hardware und Software. Zusammen waren wir stark! Deshalb ist es umso verständlicher, dass ich aufhören musste. Er war meine Stütze und meine rechte Hand.

In diesem Magazin finden Sie nochmals wertvolle Informationen zu den fettlöslichen Vitaminen, verschiedene Berichte, ein Rezept und vieles mehr.

Ich denke, auch wenn es das letzte Magazin ist, bleibt es interessant zu lesen.

Von allen Seiten wurde ich während und nach der Vereinsauflösung gebeten, weiterzumachen und nach Lösungen zu suchen, damit mein fundiertes Wissen nicht verloren geht.

Nun habe ich mich entschlossen, mit der **Ursula Zyschka & Katharina Stang Stiftung** weiterzumachen. Ich will weiterhin an der Seite von Betroffenen und ihren Angehörigen stehen und mich vermehrt für Therapien, Behandlung und Forschung einsetzen.

Doch auch dazu benötige ich finanzielle Hilfe und Unterstützung – ansonsten funktioniert es nicht.

Im Januar 2026 wird es eine neue Homepage geben, auf der Sie alles Wichtige finden können.

Von Herzen danke ich Ihnen für die jahrelange Treue und Ihr Vertrauen.

Danken möchte ich Frau Gabriele Fremgen, die das Projekt „TEB Magazin“ von Beginn an unterstützte und immer Korrektur las. Es war eine tolle Zusammenarbeit! Danke auch an alle, die das Magazin mit wertvollen Beiträgen bereicherten.

Ich wünsche Ihnen für die Zukunft alles Liebe und Gute und vor allem eine stabile Gesundheit.

Ihre Katharina Stang

Inhalt

- 2 TEB e. V. Selbsthilfe
- 3 Vorwort
- 4 Um was geht es?
- 5–7 Fettlösliche Vitamine A, D, E, K
- 7 Aktuelle Informationen zur Erstattung von Rizoenzymen
- 8–9 Gruppentreffen in Stade
- 10 Rezept
- 11 Treffen der Regionalgruppe Kölner Bucht
- 12 Mitgliederversammlung
- 13 Verabschiedung Professor Stinner
- 14–15 Themen sind oft nicht planbar!
- 16 Außerordentliche Mitgliederversammlung
- 17 Nachruf Rudolf Winter
- 18–19 Selbsthilfe aus einer anderen Perspektive erleben!
- 20 12. Welt-Pankreaskrebstag
- 21 Benefizkonzert TEB Allstars
- 22 Nachruf Helmut Stang
- 23 Termine im Überblick
- 24 Kontakt

[illegible]

TEB e. V. ist eine Bundesselbsthilfeorganisation, deren Tätigkeitsbereich sich auf das Gebiet der Bundesrepublik Deutschland erstreckt.

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, z. B. im Bereich der chronischen Bauchspeicheldrüsenentzündung oder im Sektor der bösartigen Tumore, sind leider sehr ernste Diagnosen, die einen Betroffenen meistens ganz unvorbereitet treffen.

Einige Beispiele:

- Soll ich mich operieren lassen und wenn ja, wo?
- Kann mir eine Chemotherapie helfen und wenn ja, welche?
- Wo finde ich die besten Spezialisten?
- Kommt eine Gen- oder Immuntherapie in Frage?
- Ist eine Operation bereits durchgeführt, steht oftmals die Frage im Vordergrund: Wie organisiere ich das komplexe Gebiet der Nachsorge?
- Wie sind die Möglichkeiten einer Verrentung?
- Wo finde ich Betroffene, mit denen ich mich austauschen kann?

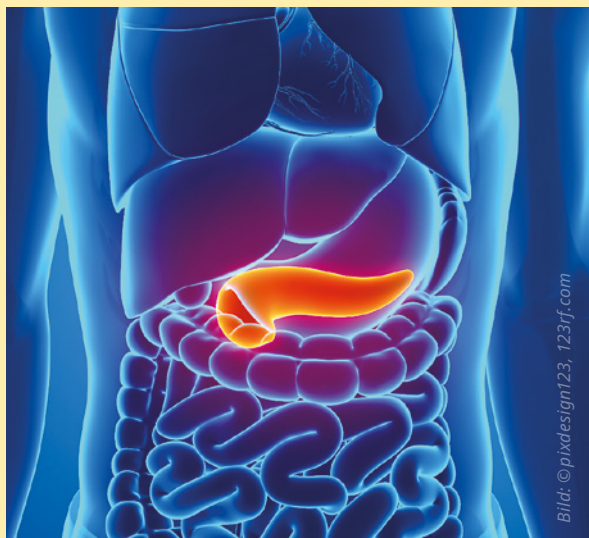
Man könnte die Liste der Beispiele beliebig fortsetzen. Es handelt sich insgesamt um komplexe medizinische und soziale Fragestellungen, die das zukünftige Leben bestimmen.

*Genau hier liegt der Ansatz von
TEB e. V. Selbsthilfe*

TEB e. V. Selbsthilfe ist ein Zusammenschluss von Betroffenen, die sich zur Aufgabe gemacht haben, durch intensiven persönlichen Kontakt ihre Erfahrungen auszutauschen und entsprechende Informationen in den verschiedenen Regionalgruppen weiterzugeben.

Darüber hinaus gibt es vielfältige Telefon- und Besuchskontakte sowie Online- Gruppen und Skype.

Inzwischen ist TEB e.V. Selbsthilfe regional-, landes-, bundes- und auch weltweit unterwegs. Mehrere Mitarbeiter und viele ehrenamtliche Helfer sind damit beschäftigt, Betroffenen und ihren Angehörigen in unserer Geschäftsstelle mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.





Fettlösliche Vitamine

Gerade bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse spielen die Vitamine A, D, E, K oftmals eine wichtige Rolle. Hier könnte der Vitaminmangel erhebliche negative Folgen wie z. B. Osteoporose haben.

Unterschiedliche Krankheiten wie Bauchspeicheldrüsenerkrankungen, Zöliakie, Morbus Crohn, Gallenwegerkrankungen, Lebererkrankungen sowie operative Eingriffe im Magen-Darmbereich können überraschender Weise eine Reihe von ähnlichen Symptomen aufweisen. Schlechtes Sehen bis hin zu Nachtblindheit, brüchige und schmerzende Knochen, plötzliche Probleme mit der Haut und eine starke Reizbarkeit können selbst bei unterschiedlichen Krankheitsbildern die gleiche Ursache haben.

Was löst diese Symptome aus und was kann getan werden, um diese Leiden zu lindern?

Die fettlöslichen Vitamine A, D, E und K sind lebensnotwendig und spielen für viele lebenswichtigen Funktionen des Körpers eine wichtige Rolle, zum Beispiel für die Sehkraft der Augen, für die Stabilität der Knochen und vieles mehr. Diese fettlöslichen Vitamine werden vom Körper nicht oder nur in unzureichendem Maße selber hergestellt. Ein gesunder Mensch nimmt sie zusammen mit Fett durch die Nahrung auf.

Bei vielen Krankheiten wie Bauchspeicheldrüsenerkrankungen, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa, Zöliakie, Leber- und Gallenwegerkrankungen, Mukoviszidose, depressive Episoden, sowie durch chirurgische Eingriffe im Magen-Darmbereich kann der Fettstoffwechsel massiv gestört werden. Das löst dann Folgereaktionen aus, da die Vitamine A, D, E, K nur zusammen mit Fett vom Körper aufgenommen werden können. Bei einer Störung des Fettstoffwechsels werden diese Vitamine möglicherweise gar nicht oder nur in viel zu geringer Menge aufgenommen.

Wenn es dazu kommt, sind Nahrungsergänzungsmittel in Form von Tabletten meist wirkungslos. Die zugeführten Vitamine werden einfach nicht ausreichend vom Körper verwertet. Eine Aufnahme durch die Nahrung kann den Vitaminmangel in einem solchen Fall also nicht mehr beheben. Ein Mangel der fettlöslichen Vitamine wird häufig erst zeitversetzt in Form von Schwäche, Müdigkeit, Muskelkrämpfen, Sehbeschwerden, Immunschwäche, Haarausfall, Knochenschmerzen oder Hautproblemen bemerkt.

Wenn diese Symptome auftreten, empfiehlt es sich, einen **Vitaminstatus** zu machen, um herauszufinden, ob ein Mangel vorliegen könnte. Die Bestimmung des Vitaminstatus kann Gewissheit verschaffen, ob dem Körper fettlösliche Vitamine fehlen. Zur Sicherstellung der lebenswichtigen Versorgung müssen dann die vier fettlöslichen Vitamine gegebenenfalls parenteral, das heißt nicht über die Nahrung, sondern mittels Injektionen oder Infusionen, zur Verfügung gestellt werden.

Achten Sie auf Ihren Körper!

Wenn Sie Symptome erkennen, die auf einen Mangel in der Ernährung hinweisen könnten, dann lassen Sie sich von den ärztlichen Fachleuten Ihres Vertrauens beraten, um vermeidbare Folgeerscheinungen zu verhindern. Jedes einzelne der fettlöslichen Vitamine A, D, E, K erfüllt lebensnotwendige Funktionen und sollte daher ausreichend für Sie verfügbar sein.

Katharina Stang und Mechthild Maiss

Vitamin A

Vitamin A wird als Retinol und als Beta-Carotin verabreicht. Vitamin A ist der Schutzstoff, der sich aus dem Ektoderm entwickelt, also Haut, Zähne, Nervensysteme und Sinnesorgane. Der Sehvorgang ist sehr stark abhängig von Vitamin A. Nachtblindheit ist das erste Anzeichen von Vitamin A-Mangel.



Vitamin A kann von gesunden Menschen über Leber oder Leberwurst, Vollmilch, Ei und Käse aufgenommen werden.

Vitamin D

Vitamin D, die Calciferole, werden vom Körper hauptsächlich selbst aus Cholesterin unter Einwirkung von UV-Licht, also Sonnenlicht, gebildet. Calcidiol und Calcetrial sind in diesem Fall die Metaboliten, also die Substanzen, die durch den Stoffwechsel umgesetzt werden. Die Aufgabe von Vitamin D besteht vorwiegend darin, die Calciumhomöostase, also den Stoffwechselhaushalt für die Knochenbildung, aufrecht zu erhalten. Als klassische Mangelerscheinung gelten depressive Episoden, Rachitis, eine Knochenerkrankung bei Kindern und besonders bei älteren Menschen Osteoporose.



Vitamin D findet man in einigen Lebensmitteln: Lebertran, Fisch, Champignons, Avocado, Eier, Käse.

Vitamin E

Vitamin E, die Tocopherole, sind vor allem als Radikalfänger bekannt. Radikalfänger neutralisieren aggressive chemische Verbindungen und verhindern, dass freie Radikale die Zellmembran zerstören. Dieses hemmt die Entzündungsprozesse und kann zudem Erkrankungsrisiken reduzieren.

Zu den typischen Mangelerscheinungen gehören Müdigkeit, Reizbarkeit, innere Unruhe, Konzentrationsstörungen, Störungen des Nerven- und Muskelstoffwechsels und schlechtere Funktionen des Immunsystems.



Vitamin E kommt vor allem in Vollkornprodukten, Blattgemüse, Weizenkeim-, Oliven- und Sonnenblumenöl vor.

Vitamin K

Vitamin K dient der Regulation der Blutgerinnung und spielt außerdem eine wichtige Rolle für den Knochenstoffwechsel. Ein Mangel von Vitamin K ist bei Erwachsenen relativ selten. Lediglich bei Menschen, die unter Osteoporose leiden oder bei Alkoholikern mit Leberschäden kann es notwendig sein, das Vitamin K zu ergänzen. Eine Überdosierung ist nicht möglich.



Blattgemüse, Zwiebeln, Kohl, Schweine- oder Hühnerfleisch, Eier und Milch enthalten Vitamin K.

Aktuelle Informationen

Seit dem **09.05.2025** gilt Folgendes zur Verordnung und **Erstattung von Rizoenzymen**:

Die OTC-Liste Nr. 36 der Anlage I der Arzneimittelrichtlinie (AM-RL) wurde durch einen Beschluss des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) geändert (BANz AT 08.05.2025 B5).

Rizoenzyme (Verdauungsenzyme aus Reispilzen) werden ab sofort für Erwachsene nicht mehr durch die gesetzlichen Krankenkassen erstattet, auch dann nicht, wenn eine Ausnahmeindikation vorliegt.

Bei Kindern bis 12 Jahren und Jugendlichen mit Entwicklungsverzögerung bis zum vollendeten 18. Lebensjahr sind sowohl Pankreatin als auch Rizoenzyme zu Lasten der GKV-en verordnungs- und erstattungsfähig.

Was bedeutet die Änderung für die Betroffenen?

Für **Privatversicherte** ändert sich nichts.

Gesetzlich Versicherte müssen nach dem Willen des Gesetzgebers ab sofort die Kosten für die Behandlung selbst tragen.

Es bleiben folgende Möglichkeiten:

Verordnung auf **grünem Rezept** (Selbstzahler), die beim Arzt eingefordert werden sollte. Nur mit dieser Vorlage und dem Kaufbeleg aus der Apotheke können die Kosten bei der Einkommenssteuer als außergewöhnliche Belastung geltend gemacht werden.

Verhandlung mit der eigenen **Krankenkasse** zur Kostenübernahme als außergewöhnliche Satzungsleistung (besondere Leistungen für rezeptfreie Medikamente).

Katharina Stang, Mai 2025



Gruppentreffen in Stade

am 29.04.2025

Es war ein besonderes Treffen, das von allen Teilnehmern mit Sehnsucht erwartet wurde. Ja, Stade liegt leider nicht um die Ecke und es ist für mich als Gruppenleiterin sehr schwer, alles von Ludwigsburg aus zu managen und doch, wenn es darauf ankommt, gelingt es. So war es auch hier!

Rechtzeitig haben wir zu dem Treffen eingeladen, in dem es auch darum gehen sollte, uns von **Herrn Professor Stinner**, der sehr viel für diese Gruppe getan hat, zu verabschieden.

Bis auf ein paar wenige, die leider aus gesundheitlichen Gründen nicht kommen konnten, waren alle anwesend. Es machte Freude zu sehen, dass der Raum voll war – ja, man musste noch nach Stühlen suchen, damit jeder einen Platz bekam.

Zunächst übergab ich das Wort an Herrn Professor Stinner. Wie so oft begann er, von sich zu erzählen: „Ich kann selbst noch nicht sagen, wie ich meinen Ruhestand annehmen werde und was mir am Ende fehlen oder nicht fehlen wird. Mir geht es wie vielen anderen, es ist erst einmal ein komisches Gefühl, mit dem man lernen muss umzugehen.“

Wer ihn kennt, weiß, dass er in den letzten 25 Jahren für seine Klinik und seine Patienten gelebt hat. Er war ein Professor zum Anfassen und wir hörten ihm gerne zu, wenn er uns mit Rat und Tat unterstützte oder auch nur so zum Gespräch kam.

Es war ein toller letzter Nachmittag mit ihm. Doch irgendwann hat alles ein Ende und er verabschiedete sich von uns. Doch bevor er ging, fragte er, wie es mit der Gruppenarbeit weitergehen würde. Wie er von mir im Vorfeld unterrichtet wurde, kann die Gruppe nur weiter bestehen, wenn sich jemand vor Ort bereit erklärt, diese mit zu übernehmen. Deshalb sagte Herr Professor Stinner:

„Ich kann verstehen, dass Frau Stang, die die Gruppe jahrelang sehr gut geführt und geleitet hat, jetzt aus gesundheitlichen und altersbedingten Gründen kürzertreten will. Sie braucht dringend Eure Unterstützung. Irgendjemand muss hier vor Ort ein Ansprechpartner sein und so manche Aufgabe übernehmen.“

Alle schauten sich an und schüttelten den Kopf. *„Ich bin einfach zu alt. Ich habe die Kraft nicht. Meine Gesundheit lässt das nicht zu. Mir fehlt das Wissen.“* Es gab viele Einwände dagegen – keinen einzigen dafür! Wir werden sehen, wie es weitergeht, ohne Unterstützung aus der Gruppe sieht es nicht gut aus, lassen wir es erst einmal so stehen.

Bevor Herr Professor Stinner sich endgültig verabschiedete, übergaben wir ihm ein Geschenk der Gruppe. Alle hatten gesammelt, um ihm eine Freude zu machen. Ja, man sah, er war überrascht und die Freude war groß! Er bedankte sich bei jedem von Herzen, nahm mich noch einmal in den Arm und verließ den Raum. Wir alle hatten das Gefühl, ein großartiger Mann verlässt die Bühne.

Nun war ich an der Reihe und versuchte, die Gruppe wieder auf das Wesentliche – nämlich auf unsere Gruppenarbeit – zu lenken.

„Ich kann selbst noch nicht sagen, wie ich meinen Ruhestand annehmen werde und was mir am Ende fehlen oder nicht fehlen wird ...“

Professor Stinner

Allein die Frage *„Wie geht es Euch?“* reichte aus, damit eine lebhaftige Diskussion entstand. Jeder hatte etwas auf der Seele. Jeder musste mit seiner Erkrankung lernen umzugehen. Ja, man sprach offen an, dass man sich oft hilflos und allein in unserem Gesundheitssystem wiederfindet. Ich sprach auch die Schwierigkeit an, die mir immer wieder von Seiten der Krankenkassen ins Gesicht bläst. Es ist ermüdend und macht müde, immer wieder zu rechtfertigen, dass Fördergelder benötigt werden, um Fahrt- und Reisekosten abzurechnen.

Sorgen, Nöte, Ängste – alles war vertreten und doch spürte ich, dass es einfach nur guttat, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen.

„Katharina, es ist so hilfreich, mit Dir vor Ort oder am Telefon zu sprechen. Du bist da, wenn wir nicht mehr weiterwissen, bitte bleib uns erhalten! Wie es aussieht, kann Dich niemand aus der Gruppe unterstützen, schade.“

Da war es wieder, wie geht es weiter? Doch dazu konnte und wollte ich im Moment kein Versprechen abgeben. Man sah die Enttäuschung und auch die Traurigkeit in den Gesichtern aller.

So ging ein turbulenter Tag zu Ende.

*Katharina Stang
Gruppenleiterin*

Auberginen-Hackfleisch-Auflauf



Zutaten für 4 Personen

700 g Auberginen
Salz
1 EL Olivenöl
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
500 g Rinderhack
Pfeffer
4 EL Tomatenmark
2 Dosen (à 400 g) stückige Tomaten
1 TL getrockneter Oregano
200 g Frischkäse (16 % Fett)
100 ml Milch (1,5 % Fett)
Muskatnuss
100 g geriebener Emmentaler

Zubereitung

1. Auberginen putzen, waschen, längs in dünne Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, salzen und ca. 5 Minuten ziehen lassen. Trocken tupfen, mit Öl bestreichen, im heißen Ofen bei 200 Grad in der Mitte ca. 10 Minuten garen. Abkühlen lassen.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Das Fleisch ca. 5 Minuten krümelig anbraten, dann Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und weitere 4 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und Tomatenmark würzen. Tomaten, Salz, Pfeffer und Oregano zugeben und ca. 20 Minuten köcheln.
3. Frischkäse und Milch verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
4. Auberginen mit etwas Hackfleischsoße und Frischkäse in eine Auflaufform schichten. Den Vorgang zweimal wiederholen und mit Frischkäse abschließen.
5. Mit Emmentaler bestreuen und im heißen Ofen (200 Grad in der Mitte) ca. 30 Minuten backen.

Guten Appetit!

Mechthild Maiß





Treffen der Regionalgruppe Kölner Bucht

Am 5. Juli 2025 traf sich die Regionalgruppe Kölner Bucht, 16 bis 18 Uhr, zu einem gemeinsamen Erfahrungsaustausch im Café Goldmund.

Beim Eintreten ins Café wurden wir liebevoll mit den Worten „Wenn Sie möchten, können Sie auch gerne draußen sitzen“, begrüßt.

Ein Blick durchs Fenster auf das herrliche Wetter nahm uns die Entscheidung unmittelbar ab, so dass die Gruppe vom Lokal in den Biergarten des Lokals wechselte. Hier saßen wir, genossen die Sonne und die wohltuende Wärme und es entstand eine angenehme Atmosphäre unter freiem Himmel, die spürbar zur entspannten und offenen Stimmung beitrug.

Nachdem die ersten Getränke bestellt waren, stand der persönliche Austausch im Mittelpunkt. Die Betroffenen berichteten offen von ihren individuellen Erfahrungen, Symptomen, medizinischen Behandlungen sowie dem Umgang mit den täglichen Herausforderungen.

Besonders wertvoll war auch die Perspektive der begleitenden Partnerinnen und Partner. Sie schilderten, wie sie den Krankheitsverlauf miterleben und welche emotionalen sowie organisatorischen Belastungen auch für Angehörige entstehen können. Der gegenseitige Austausch machte deutlich, wie wichtig das Verständnis und die Unterstützung innerhalb der Partnerschaft sind und dass bei TEB e. V. Selbsthilfe Betroffene wie auch Angehörige ihren Platz haben. Jeder kann hier Hilfe und Unterstützung finden.

Im Laufe des Treffens wurden zahlreiche Gemeinsamkeiten entdeckt – sowohl im Umgang mit der Erkrankung als auch bei den Sorgen, Ängsten und Fragen, die viele Teilnehmende teilen. Das Gespräch war geprägt von Empathie, gegenseitiger Anerkennung und dem Wunsch, einander beizustehen.

Insgesamt herrschte eine durchweg harmonische und wohltuende Atmosphäre. Alle Teilnehmenden äußerten sich positiv über das Treffen – es tat gut zu wissen, mit den eigenen Erfahrungen und Problemen nicht allein zu sein. Der offene Dialog bot nicht nur Trost, sondern auch neue Impulse und das Gefühl von Gemeinschaft.

Es zeigte sich wieder, dass Präsenztreffen neben den Onlinetreffen, die für diese Gruppe auch regelmäßig angeboten werden, unendlich wichtig sind und letztendlich nicht mit einander verglichen werden können.

Eva und Katharina

Mitgliederversammlung

am 29.03.2025

Pünktlich um 14.30 Uhr begrüßte ich die Mitglieder sowohl am Bildschirm als auch in der Geschäftsstelle auf das Herzlichste. Am Bildschirm waren 13 Mitglieder zugeschaltet und vor Ort waren 8 anwesend.

Es folgte:

TOP 2 – Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und der Beschlussfähigkeit der Mitgliederversammlung

Frau Stang stellte die Beschlussfähigkeit fest.

TOP 3 – Rechenschaftsbericht des Vorstandes über das abgelaufene Geschäftsjahr

Es wurde ausführlich dargelegt, was alles im Jahr 2024 abgeleistet wurde und wie der Verein sich präsentiert hat. Man konnte feststellen, dass der Vorstand, die Mitarbeiter und ehrenamtlichen Helfer dazu beigetragen haben, dass wir wieder eine gute und positive Bilanz unserer Tätigkeiten abgeben konnten.

Top 4 – Kassenbericht des Jahresabschlusses 2024

Frau Frech berichtete über die Einnahmen und Ausgaben, die für jedes Mitglied ersichtlich auf den Bildschirm projiziert wurden, nahm ausführlich Stellung und beantwortete alle Fragen. Alles in allem war es eine sehr positive Bilanz.

TOP 5 – Entlastung des Vorstandes

Frau Liane Bieber, Kassenprüferin, berichtete über den Umfang der Prüfung am 22.02.25. Sie stellte fest, dass es keinerlei Beanstandungen gab und schlug vor, den Vorstand einzeln zu entlasten.

Einstimmig wurden Frau Stang, Frau Meyer, Frau Frech, Herr Bibow und Herr Hölsch entlastet.

Die Entlastung der Kassenprüfer erfolgte en bloc. Die Entlastung der beiden Kassenprüferinnen, Frau Liane Bieber und Frau Arjeta Gervalla, erfolgte einstimmig.

Der Vorstand und die Kassenprüfer bedankten sich für das Vertrauen. Voller Stolz nahmen wir das Lob des Steuerberaters und der Kassenprüfer über die ordentliche und saubere Buchführung an und freuten uns sehr darüber. Wie in der Vergangenheit hatte nichts gefehlt und alle Einnahmen und Ausgaben konnten belegt werden.

TOP 6 – Vorstellung und Beschlussfassung Haushaltsplan 2025

Frau Frech stellte den Haushaltsplan ausführlich vor und beantwortete alle Fragen zufriedenstellend. Der Haushaltsplan wurde einstimmig angenommen.

Top 7 – Zukunft von TEB e. V. Selbsthilfe

Bei diesem Punkt ging es dann doch sehr turbulent zu. Plötzlich merkten die Mitglieder, dass die Zukunft von TEB e. V. nicht wie bisher gesichert ist. Allein die Tatsache, dass der gesamte Vorstand sich nicht mehr wählen lassen wird, zeigte deutlich, dass wir dringend Nachfolger brauchen, damit es weiter geht. Vorschläge, die Beiträge um mehr als das dreifache zu erhöhen, bringen keine Lösung.

TEB e. V. Selbsthilfe braucht dringend Nachfolger und planbare Gelder, um eventuell einen Geschäftsführer bezahlen zu können. Wir glauben nicht, dass dieser es wie Frau Stang ehrenamtlich machen kann und will.

Wir baten alle Mitglieder um ihre Vorschläge, wie es weitergehen könnte.

Um die letzten Fristen der Kündigung des Mietvertrages einhalten zu können, werden wir alle Mitglieder (hoffentlich kommen sehr viele) zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung nach Ludwigsburg einladen. Diese muss in Präsenz abgehalten werden, so verlangt es der Gesetzgeber.

In dieser MV müssen die Mitglieder die Entscheidung – weitermachen oder Auflösung des Vereins – treffen.

TOP 8 – Verschiedenes

Es gab nichts Verschiedenes zu bereden. Die anwesenden Mitglieder waren traurig und enttäuscht, dass nur so wenige Interesse an der Zukunft von TEB e. V. gezeigt haben.

Sie alle hoffen auf ein Wunder! TEB e. V. Selbsthilfe darf nicht untergehen, so war die Meinung aller Anwesenden.

Katharina Stang

DANKE, Herr Professor Stinner, für die gemeinsame Zeit!

Die Zeit bleibt nicht stehen, kaum schaut man auf die Uhr, beginnt auch schon der wohlverdiente Ruhestand.

Die persönliche Einladung zu seiner Verabschiedung machte mich sehr stolz, es war Anerkennung und Wertschätzung zugleich.

Er würdigte damit auch die Arbeit der Selbsthilfe, insbesondere die Regionalgruppe Elbe Weser, die er seit Jahren unterstützte. Er ist überzeugt, dass der Austausch von Betroffenen und Angehörigen unendlich wichtig ist. Kurz gesagt, er war ein großer Befürworter der Selbsthilfe und der Regionalgruppe in seiner Klinik.

Es war eine bewegende Feier. Unendlich viele Menschen aus den verschiedensten Bereichen und Fachrichtungen nahmen daran teil.

Nach fast 25-jähriger erfolgreicher Tätigkeit als Chefarzt im Elbe Klinikum Stade geht Herr Professor Stinner in den verdienten Ruhestand, so stand es in der Einladung.

An diesen Nachmittag stand das langjährige Wirken von Herrn Professor Stinner im Mittelpunkt. Alle Redner brachten es auf den Punkt, indem sie sein Wirken, seine große fachliche Anerkennung, seine Menschlichkeit und die daraus entstandenen Freundschaften hervorhoben.



Ein großer Mann verlässt die Bühne!

Herr Professor Stinner war sichtlich bewegt und gerührt, was wiederum den Menschen in ihm zeigte.

Für uns war es eine sehr bewegende und emotionale Feier, die aber auch traurig machte. Wir von der Selbsthilfe verlieren einen Menschen, dem unsere Selbsthilfe wichtig war. Er wollte immer, dass seine Patienten gut versorgt, aufgehoben und begleitet werden.

Voller Dankbarkeit, dass wir jahrelang eng mit Herrn Professor Stinner zusammenarbeiten durften, führen wir nach Hause.

*Katharina Stang
1. Vorsitzende*

Themen sind oft nicht planbar!

Immer wieder werde ich in den verschiedenen Regionalgruppen mit Themen oder Situationen konfrontiert, die mir sehr viel abverlangen.

Trotz vorheriger Anmeldung kamen an diesem Tag leider nicht so viele Teilnehmer. Dadurch konnten wir intensiver über ein aktuelles Thema sprechen.

Nachdem der Raum gerichtet, der Kaffee gekocht und der frischgebackene Kuchen von I. auf dem Tisch stand, wurde ich von I. gefragt: „Katharina, was ist mit Dir heute los, geht es Dir nicht gut?“ Ich war total überrascht von der Frage, denn sonst frage ich das immer. „Ja,“ gab ich offen zu, „es geht mir heute tatsächlich nicht gut.“ Damit war das Thema erst einmal erledigt.

Nach und nach trafen die anderen ein, jeder fragte, was ist denn heute los, wo sind die anderen? Mir lagen keine Entschuldigungen oder Abmeldungen vor: „Vielleicht kommen sie später oder sie stecken im Verkehr fest oder es kam bei ihnen etwas Wichtiges dazwischen,“ war meine Antwort.

Wie gewohnt begrüßte ich alle Anwesenden auf das Herzlichste und wie so oft kam auch gleich ein intensiver Austausch in Gang. Dabei kamen wir auch auf das heutige Gesundheitssystem und wie Betroffene und Angehörige sich immer weniger darin aufgehoben fühlen, zu sprechen.

Was können wir in Zukunft von der neuen Regierung bei dem zentralen Thema Gesundheit und wie es in Zukunft mit der Versorgung weitergeht, erwarten, wenn immer mehr Notaufnahmen und Krankenhäuser schließen und ein Ärzte- und Pflegenotstand besteht?

Leider konnten wir insgesamt auf dieses heikle Thema keine Antwort finden. Doch man spürte, Sorgen und Ängste bei den Betroffenen und Angehörigen waren groß. Sie stehen der Zukunft eher skeptisch gegenüber.

Beim Blick in die Runde merkte ich, dass neben diesen alltäglichen Themen es einem Angehörigen nicht gut ging. Spontan fragte ich ihn, ob er mit uns darüber sprechen möchte. Seine Antwort war klar und deutlich, indem er sagte: „Ich suche Lösungen, mit der Erkrankung meiner Frau besser umzugehen“.



Das war der Aufhänger, sich des Themas

„Annehmen – Bewältigen – Perspektiven“

anzunehmen.

Aus meiner langjährigen Erfahrung weiß ich, dass das Annehmen der Erkrankung an erster Stelle steht. Ohne das Annehmen geht es nicht.

Sofort nach der Überbringung der Diagnose beginnt das Kopfkino. Gedanken schießen Tag und Nacht durch unsere Köpfe und lassen oftmals den Alltag und insbesondere die Nacht zum Alptraum werden.

In der Regel laufen die sieben Phasen in unterschiedlicher Reihenfolge ab.

Welche Phasen gibt es?

Depression, Aggression, Verdrängung, Verhandeln, Anpassen Akzeptanz, Selbsterhaltung.

Erster wichtiger Schritt = annehmen!

Annehmen bedeutet: akzeptieren, nicht dagegenstellen, keine Schuld in sich oder seiner Vergangenheit suchen.

Man darf seiner Wut freien Lauf lassen.

Nicht mit dem Schicksal hadern.

Gangbare Wege entscheiden und gehen.

Sich der Krankheit stellen.

Selbst damit klarkommen.

Wozu bin ich bereit?

Was will ich?

Nach Lösungen, die für mich sinnvoll und wichtig erscheinen, suchen.

Andere Meinungen zulassen, aber sich nicht davon beeinflussen lassen.

Offen darüber reden.

Sich wichtig nehmen.

Es ist heute bewiesen, dass es **ohne den ersten Schritt „Annehmen“ nicht geht**. Je eher man seine Erkrankung annimmt und sich ihr innerlich wie äußerlich stellt, umso leichter fällt es wichtige Entscheidungen zu den verschiedensten Therapien und Behandlungen zu akzeptieren.

Man sollte versuchen, **seine Kräfte so zu bündeln**, um aus der gegebenen Situation für sich einen gangbaren Weg zu finden und diesen auch konsequent umzusetzen.

Immer auch die **aktuelle Situation**, den **Stand der Wissenschaft** und seinen **eigenen Willen berücksichtigen**.

Nie die Hoffnung aufgeben, es gibt bei jeder Erkrankung auch Verläufe, die nicht normal sind.

Setzen Sie Ihre Kräfte und Energie sinnvoll ein!

Geben Sie niemals auf! Glauben Sie an sich!

Das Annehmen muss man tagtäglich neu in seinen Lebensplan einbinden.

Zweiter Schritt = bewältigen!

Was kann man tun?

Welche Behandlungen und Therapien gibt es?

Welche Behandlungen und Therapien kommen für mich in Frage?

In Operationen gestärkt gehen, dem Operateur vertrauen.

Chemotherapien annehmen, auch wenn sie Nebenwirkungen haben.

Ziele setzen, die man erreichen kann und will.

Seriöse Informationen einholen.

Alternativen suchen.

Hilfe in Anspruch nehmen (Pflegestufe beantragen) und psychologische Hilfe einholen.

Schmerzen minimieren.

Sport und Bewegung einbauen.

Mündiger Patient sein.

Annehmen ist der erste Schritt, damit eine Bewältigung möglich ist und Perspektiven gefunden werden können.

Freunde und Bekannte einladen, sich nicht isolieren.

Sich wichtig nehmen und auch für ein gutes Aussehen sorgen.

Familie einbinden.

Gefühle zulassen.

Wenn die Lebensqualität verloren geht, den Mut zum Beenden der Therapie haben.

Austausch mit Betroffenen.

Ernährung – Essen und Trinken, was schmeckt – zu sich nehmen.

Den Alltag einbeziehen, eine gewisse Normalität leben.

Nachsorge.

Man kann eine Erkrankung nur bewältigen, wenn man versteht, um was es geht, was man tun kann und auch zu was man bereit ist.

Ein gut informierter Betroffener weiß, worauf es ankommt, welche Behandlung und Therapieformen es gibt.

Über allem muss eine gute Lebensqualität stehen, denn eine gute Lebensqualität bedeutet auch eine längere Lebenszeit.

Dritter Schritt: Perspektiven

Wo gibt es Zentren?

Wie ist der Stand der Wissenschaft?

Welche Therapien/Studien gibt es?

Den Ärzten, den Behandlungen und Therapien vertrauen und gemeinsam nach Lösungen suchen und diese zulassen.

Annehmen ist der erste Schritt, damit eine Bewältigung möglich ist und Perspektiven gefunden werden können.

Katharina Stang

Außerordentliche Mitgliederversammlung

am 26.07.2025 in der Musikhalle Ludwigsburg

Nachdem Rechtsanwalt Marcel Widmaier, Versammlungsleiter, erläuterte, dass es heute um die **Auflösung des Vereins** ging, wurde es sehr emotional und es flossen viele Tränen. Am Ende stimmten die Mitglieder einstimmig der Auflösung zu.

Jeder der Teilnehmenden und insbesondere ich waren sehr traurig. Ein letztes Mal bedankte ich mich als erste Vorsitzende bei allen Anwesenden für das mir entgegengebrachte jahrelange Vertrauen.

Besonders bewegend war der Moment, als mein Mann, sichtlich von seiner schweren Erkrankung gezeichnet, das Wort ergriff und eine sehr persönliche Rede hielt. Man spürte, der Abschied fiel ihm sehr schwer. Sein Wunsch war, dass es irgendwie weitergeht!

Bis zum 31.12.2025 geht es weiter und alles, was 2024 für das Jahr 2025 geplant war, wurde und wird noch umgesetzt. Es fanden zahlreiche Beratungen, Regionalgruppentreffen, Onlinegruppen-Treffen und Expertentelefone statt. Zwei TEB Magazine wurden herausgebracht.

Seit dem 26.07.2025 gibt es keinen TEB Vorstand mehr, sondern drei Liquidatoren – Katharina Stang, Herbert Hölsch und Elisabeth Frech. Diese haben die Aufgabe, alle nötigen Schritte zur Vereinsauflösung durchzuführen, damit TEB korrekt abschließen kann. Um Kosten zu sparen und damit unsere Organisation nicht von Fremden zu Ende geführt wird, haben sie sich dazu bereit erklärt.

Katharina Stang

E-Mail vom 12.08.2025

Liebe Katharina,

am letzten Samstag im Juli habe ich an der außerordentlichen Mitgliederversammlung teilgenommen. Verständlicherweise war es für Dich eine schwere Entscheidung, die Auflösung des Vereins beschließen zu lassen. Ich kann mir vorstellen, dass auch viele TEB-Mitglieder sehr traurig über die Auflösung sind.

Du hast sehr viel Lebens-Zeit, Energie und fundiertes Fachwissen eingebracht und hast über 20 Jahre lang vielen verzweifelten Menschen geholfen. Auch ich durfte diese hochgeschätzte Erfahrung mit Dir machen.

An Deiner Seite ist immer Dein lieber Ehemann Helmut, der Dich in allem Wirken tatkräftig unterstützt. Euch beiden danke ich von ganzem Herzen und schicke Euch die allerbesten Wünsche!

Liebe Grüße, B.

Nachruf Rudolf Winter



Obwohl ich mit der Nachricht, dass Rudi für immer gegangen ist, gerechnet hatte, war ich doch tief betroffen und bewegt, als mich Gerlinde, seine Frau, anrief, um mir die traurige Gewissheit mitzuteilen. Dieses Gespräch hat eine unendliche Leere und Traurigkeit in mir ausgelöst.

Tief betroffen schreibe ich diesen Nachruf in meiner Funktion als 1. Vorsitzende von TEB e. V. Selbsthilfe, und auch, weil ich lange Jahre mehr als freundschaftlich mit Rudi verbunden war.

Seit Beginn war Rudi an meiner Seite und an der Seite von TEB. Stets war er ein zuverlässiger Partner und ein sehr guter Freund, der mich und den Verein jederzeit in vielerlei Hinsicht unterstützt hat.

Wir lernten uns 1999 kennen, nachdem ich ihn zu einem ersten Gruppentreffen schriftlich eingeladen hatte. Ich gründete damals eine Gruppe für Betroffene mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Krebs.

Vom ersten Tag an war und blieb er mir und TEB verbunden. Wir wurden echte Freunde!

Wir verstanden uns vom ersten Augenblick an und unsere gegenseitige Wertschätzung wuchs. Die Menschlichkeit, das grenzenlose Vertrauen, gegenseitige Wertschätzung und Respekt – all das hielt über die Jahre an und schloss sowohl seine Frau Gerlinde als auch meinen Mann mit ein.

Immer wieder half und unterstützte Rudi TEB und insbesondere mich. Auf ihn war jederzeit Verlass. Egal wo oder wann ich Hilfe benötigte – Rudi war da!

Ich kann mich an unzählige Begebenheiten, Begegnungen und Erlebnisse erinnern, wie z. B. an die vielen Treffen der Regionalgruppe Mittlerer Neckarraum, bei denen er über 16 Jahre die Anwesenden mit Kaffee und Kuchen versorgte. Er war das Mädchen für alles, wie er liebevoll von der Gruppe genannt wurde. Bei Veranstaltungen in Heidelberg, Ulm, Tübingen, Stuttgart, Ludwigsburg war er dabei und vertrat an unserem Infostand die Interessen von TEB e. V.

Bei allen Ausflügen, Ärzte- und Patiententagen, Jahresabschlussfeiern, Jubiläen und Mitgliederversammlungen – Rudi war immer vor Ort und half mit. Er war für mich eine wunderbare Stütze.

Ganz besonders gut haben mir die Besuche im „Café Winter“ nach diversen Veranstaltungen gefallen. Es war bemerkenswert, wie er und Gerlinde uns nach getaner Arbeit bewirteten.

Ich kam mir wie ein Kaiser vor, wenn ich wieder einmal eine meiner Lieblingsspeisen, wie z. B. gebackenen Käse oder einen Ochsenmaulsalat, der immer von Rudi zubereitet wurde, bekam. Oft wurde augenzwinkernd bemerkt: „Sag Rudi Deine Wünsche – er wird sie Dir erfüllen.“

Für ihn war es selbstverständlich, dass er das Ehrenamt des Kassenprüfers bei TEB e. V. von Anfang an bis Februar 2024 mit übernahm.

Bis zu seiner schweren Erkrankung war er voller Freude und Leidenschaft dabei. Jede Kassenprüfung wurde durch seine offene Art, seinen Humor und so manche Anekdote aus seinem Leben zu einer besonderen. Auch sparte er nie an Lob und freute sich, dass er immer wieder die Mitglieder über die gute Arbeit von TEB e. V. informieren durfte. So sagte er einmal: „Die Kassenprüfung bei TEB e. V. ist für mich ein Spaziergang – es stimmt einfach alles!“

Leider musste Rudi in den letzten Monaten einige gesundheitliche Tiefschläge erleben. Seine Kraft wurde weniger und damit auch seine aktive Hilfe und Unterstützung.

Doch die Verbindung riss nie ab, wir telefonierten, ich besuchte ihn sowohl im Krankenhaus wie auch in der Kurzeitpflege.

Es ist noch nicht lange her, da standen Herr Hölsch und ich an seinem Bett. Es sollte eigentlich ein aufmunternder Besuch sein, doch es kam anders. Spätestens jetzt wussten wir, dass wir uns von Rudi verabschieden müssen.

Ein letztes Mal strich ich über seine Wange, ein letztes Mal drückte ich seine Hände und ein letztes Mal sagte ich danke für die schönen gemeinsamen Jahre.

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

Lieber Rudi, TEB e. V., insbesondere ich, der Vorstand und viele Mitglieder, die Dich als einen besonderen Menschen kannten und schätzten, werden Dich nie vergessen. Du wirst uns allen fehlen! Wir verlieren nicht nur einen Menschen, der jahrelang treu an unserer Seite war, sondern auch einen guten Freund. Unsere Gedanken sind bei Deiner lieben Frau Gerlinde, Deiner Schwägerin Ingrid und Deiner Familie sowie bei allen, die um Dich trauern.

Katharina Stang

Selbsthilfe aus einer anderen Perspektive erleben!

Ein Gruppentreffen, das kombiniert war mit dem Projekt „**Seitenwechsel**“, fand unlängst in der Geschäftsstelle in Ludwigsburg statt.

Seitenwechsel ist ein Projekt, das der Vorstand der Kreisliga in Ludwigsburg des paritätischen Wohlfahrtsverbandes, in dem ich seit Jahren ehrenamtlich tätig bin, auf den Weg brachte.

Im Rahmen dieses Projekts wurde von Herrn Peter Heydegger, Dezernentin Gesundheit und Verbraucherschutz Frau Dr. Karlin Stark und Flüchtlingsbeauftragte Frau Jasmine Finckh in die Regionalgruppe Ludwigsburg eingeladen. Das Ziel war, unsere Gruppenarbeit vorzustellen und eine breite Öffentlichkeit auf uns aufmerksam zu machen.

Wir wollten als Gruppe mit unseren Gästen ins Gespräch kommen und gemeinsam über die verschiedensten Anliegen, die sich im Moment sowohl in der Gesundheit als auch in vielen anderen Bereichen ergeben, diskutieren.

Bei einer guten Tasse Kaffee oder Tee, einem leckeren Hefekranz und mit vielen Betroffenen und Angehörigen durften wir einen wunderschönen Nachmittag mit Frau Dr. Stark erleben. Leider hatte Frau Finckh wegen eines anderen wichtigen Termins kurzfristig abgesagt.

Frau Dr. Stark nahm sich viel Zeit und man spürte, dass ihr dieser Termin wichtig war. Es war für uns alle hochspannend und interessant, Frau Dr. Stark mal aus einer ganz anderen Perspektive zu sehen.

Wir waren alle erstaunt, als sie uns sagte, dass sie Bevölkerungsmedizinerin sei; keiner in der Gruppe wusste, dass es diesen Berufszweig gibt. Noch mehr waren wir davon beeindruckt, was zu ihren Aufgaben zählt.

Es war hochspannend, wie sie uns ihre Sichtweise darlegte und dabei auch mal kritische Anmerkungen über das Gesundheitssystem, den vielen Hürden und Gesetzesvorgaben, machte. Aber egal wie, immer hatte sie am Ende eine positive Botschaft, wie z. B. „Ja, das Gesundheitssystem ist im Moment an manchen Stellen nicht optimal, doch es geht uns immer noch verhältnismäßig gut, wenn wir mal in andere Länder schauen.“

Hier mussten wir ihr zustimmen, oftmals jammern wir auf einem hohen Niveau, war unsere Antwort.

Was sie besonders menschlich erscheinen ließ, war ihre Offenheit, ihre sehr menschlichen Züge und Einstellungen. Man spürte ihre Leidenschaft für ihren Beruf.

Durch das Gespräch und die Diskussionen, die mit vielen persönlichen Anekdoten gespickt waren, entwickelte sich in der Gruppe eine eigene Dynamik, die von Offenheit und Ehrlichkeit geprägt war.

Die Teilnehmer erzählten von sich, von ihrer Erkrankung und wie sie die Versorgung sowohl beim Arzt als auch in der Klinik erleben.



„ ... Doch bei einem Gruppentreffen wie heute bekommt man einen anderen Einblick, was Gruppentreffen in der Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige bedeuten. Sie sind wichtig und unverzichtbar. Für mich hat die Selbsthilfe einen hohen Stellenwert.“ Frau Dr. Karlin Stark

Es gab keinen Zweifel daran, dass Menschen mit einer schweren Erkrankung sich nicht gut versorgt und aufgehoben fühlen. Unser Gesundheitssystem, das soziale Verhalten, Ärzte- und Pflegemangel, steigende Kosten: die ganze Versorgung hat sich verändert.

Doch woran es letztendlich liegt, konnten wir auch an diesem Nachmittag nicht klären.

Wie immer geht die Zeit, wenn es spannend und interessant ist, viel zu schnell vorbei. Frau Dr. Stark musste sich langsam verabschieden. Bevor sie ging, machte sie deutlich, dass die Idee, das Projekt Seitenwechsel gepaart mit einem Gruppentreffen bei TEB e. V. eine gute war und sie gerne der Einladung gefolgt ist. Sie sagte: „Ich kenne TEB schon länger, durfte auch bei einem Ärzte- und Patiententag ein Grußwort halten und wurde spontan mit ins Programm eingebaut. Doch bei einem Gruppentreffen wie heute bekommt man einen anderen Einblick, was Gruppentreffen in der Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige bedeuten. Sie sind wichtig und unverzichtbar. Für mich hat die Selbsthilfe einen hohen Stellenwert.“

Bevor sie ging, verabschiedeten wir sie mit einem kräftigen Applaus und einem kleinen Präsent.

Die Gruppe ließ den Besuch und die Gespräche Revue passieren. Einstimmig wurde festgestellt, es war ein erfolgreicher Nachmittag, bei dem sowohl die Selbsthilfe als auch das Projekt Seitenwechsel zur Geltung kam.

Erfreulich war es, dass ich als Gruppenleiterin sagen konnte, dass die Eva Mayr-Stihl-Stiftung dieses Projekt unterstützt.

Katharina Stang



Am 20. November 2025 fand der 12. Welt-Pankreaskrebstag in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Ludwigsburg unter der Leitung von Professor Karel Caca statt.

Dieser Tag hatte das Motto

„Offenheit – Klarheit – Vertrauen“

Das Motto steht für die Transparenz, die Betroffene und Angehörige in der Behandlung, in den Therapien und im Zugang zu neuesten Forschungserkenntnissen erwarten.

Spannende Themen rund um die Bauchspeicheldrüse wurden in der Veranstaltung ebenfalls vorgestellt, darunter **„Forschung im Fokus“** und **„Neue Horizonte in der Bauchspeicheldrüsenkrebsdiagnose und -therapie“**.

In der Medizin und der Forschung hat sich in den letzten Jahren vieles bewegt. Neue Ansätze geben Anlass zur Hoffnung. Die vergangenen elf Welt-Pankreaskrebstage haben weltweit und auch in Deutschland viel verändert – Bauchspeicheldrüsenkrebs rückt zunehmend in den Fokus der Forschung.

Das sind Chancen, die Mut machen!

Noch immer läßt diese Erkrankung zum Verdrängen ein. Doch gerade das genaue Hinschauen ist entscheidend, um wirksam helfen zu können. Heute sind es bereits **109 Organisationen aus 36 Ländern auf 6 Kontinenten**, die sich dafür einsetzen, dass Therapien, Behandlungen und die Forschung nicht stillstehen.

Gemeinsam können wir erreichen, dass Bauchspeicheldrüsenkrebs die nötige Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit erfährt, damit es auch in Zukunft weitergeht und Heilung unser Ziel bleibt.

Hoffen wir, dass uns das Schiff – *als Symbol* – in eine positive Richtung steuert und der Welt-Pankreaskrebstag Betroffenen und Angehörigen eine gute Perspektive bietet, die vermittelt – es geht weiter!

Die Welt-Pankreaskrebstage, die seit 2014 jedes Jahr stattfanden, wurden durch TEB e. V. Selbsthilfe in Deutschland zu dem gemacht, was sie heute sind. Hoffen wir, dass sie sich in all den Jahren so stabil etabliert haben, dass sie auch in Zukunft – auch ohne TEB e. V. Selbsthilfe an Bord – eine feste Größe bleiben und die jahrelange intensive Arbeit nicht umsonst war!

Katharina Stang
Gründungsmitglied WPCD



*Rickmer Rickmers Hamburg 2017
(Foto: Carsten Mocarski)*

TEB Allstars spielen wieder für TEB e.V. Selbsthilfe – Seien Sie dabei!

Seit vielen Jahren setzen sich Musikerinnen und Musiker für die gute Sache ein. Sie haben sich zur Aufgabe gemacht, unsere Selbsthilfeorganisation zu unterstützen.

*Ihr Motto:
Mit Musik Gutes tun!*

Dass diese Konzerte bei den Menschen gut ankommen, ja ein fester Termin in ihren Kalendern sind, zeigte im vergangenen Jahr die großartige Spendensumme von 40.000 €. Eine Summe, die uns Schnappatmung verursachte!

Das Ziel war, aus all den bisher stattgefundenen Konzerten die 200.000 € zu erreichen – es ist gelungen!

Man muss ganz deutlich sagen: Ohne die Hilfe und finanzielle Unterstützung der Musikerinnen und Musiker, der Moderatoren, des Vorstands, der Techniker, der vielen Helfer vor und hinter den Kulissen, der Konzertbesucher sowie aller Sponsoren hätten wir vieles bei TEB e.V. nicht erreicht und umsetzen können. Alleine schon, dass wir jahrelang eine Halbtagskraft einstellen und mit den Spendengeldern mit bezahlen konnten, war ein Segen.

Wie bereits in den letzten Jahren freuen wir uns auf die Konzerte, die sicher wieder ein toller Erfolg werden und so manches Highlight bereithalten.

Ich würde mich sehr freuen, Sie bei den Konzerten zusammen mit den TEB Allstars persönlich begrüßen zu können.

Ihre Katharina Stang

BENEFIZKONZERT

TEB ALLSTARS

05. & 06. DEZEMBER 2025
SCHILLERHALLE DETTINGEN

VORVERKAUF AB 01.10.2025

Dorfladen (Hülben)	Feinkost Schmohl (Bad Urach)	Musik Beck (Dettingen)
-----------------------	---------------------------------	---------------------------

ODER ONLINE

www.teb-allstars.de

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON:

LEHNER
wk-bau Bauunternehmung
EB-CON experienced and consistent
DÜMMELE WERKZEUGFABRIK
mauerwerk Gartendesign
Maisch&Pawlik
eventtechnik
www.eventtechnik.gmbh
ARUBUS
2K
mabu

Nachruf Helmut Stang

Als wir von Katharina Stang erfuhren, dass ihr Mann Helmut nach kurzer schwerer Krankheit am 18.08.2025 friedlich eingeschlafen ist, waren wir alle tief betroffen und erschüttert.

Seit mehr als 25 Jahren lebte er für TEB e. V. Selbsthilfe und war stets darauf bedacht, dass Menschen, die Hilfe und Unterstützung brauchten, diese auch bekamen. Zusammen waren Katharina und er ein unschlagbares Team!

Helmut war ein sehr liebevoller, hilfsbereiter, gewissenhafter, korrekter, ehrlicher und zuverlässiger Mensch. Er lebte und brannte für TEB e. V. Selbsthilfe.

Sein Organisationstalent sowie seine Planungen für verschiedene Veranstaltungen waren perfekt und nicht zu übertreffen. Als ruhender Pol behielt er immer den Überblick, setzte seine Ideen wohl überlegt um und bewahrte auch in turbulenten Situationen einen kühlen Kopf.

Egal, was bei TEB e. V. Selbsthilfe anstand, seine Meinung, Ideen, Planung, Organisation und Umsetzung gaben immer den Anstoß, dass es am Ende zum Erfolg wurde. Ohne ihn wäre TEB e. V. Selbsthilfe niemals zu dem geworden, was es heute ist.

Für Helmut war es kaum auszuhalten, dass TEB e. V. Selbsthilfe nicht weitergeführt werden kann. Monatelang suchten seine Frau und er nach Lösungen. Es war sein Wunsch, dass Katharina in irgendeiner Weise, die für sie erträglich und verkraftbar ist, weitermacht. Selbst daran hat er noch in den letzten Stunden seines Lebens gedacht und Weichen gestellt.

Wir alle sind ihm unendlich dankbar!

Helmut war mit seiner Frau Katharina die Seele von TEB e. V. Selbsthilfe, besonders der Geschäftsstelle in Ludwigsburg. Alles, was er anpackte und umsetzte, hatte Hand und Fuß.

Seine ruhige und besonnene Art, sein großes Wissen, seine Art der Kommunikation wurden vom Vorstand, Wissenschaftlichen Beirat, allen Mitarbeitern und allen, die mit ihm zusammenarbeiteten, sehr geschätzt. Er war dafür bekannt, dass sein Wort galt!

Sein Tod ist für uns alle unfassbar und hinterlässt eine schmerzliche Lücke, die nur schwer zu schließen sein wird.

Im Namen des früheren Vorstands, des Wissenschaftlichen Beirats, der Mitarbeiter von TEB e. V. Selbsthilfe wünschen wir seiner Frau Katharina sowie seinen Angehörigen viel Kraft in dieser schweren Zeit.

Herbert Hölsch, 19.08.2025





SPRECHSTUNDEN

Jeden Montag, 17:00–18:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg, 71640 Ludwigsburg
Prof. 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

Was gibt es Neues in Diagnostik und Therapie?

Dienstag, 09.09.2025, 15.00–16.00 Uhr

Herr Professor Dr. med. Sören Torge Mees

Gut- und bösartige Pankreaserkrankungen – wann ist eine Operation sinnvoll?

Mittwoch, 08.10.2025, 14.00–15.00 Uhr

Herr Professor Dr. med. Stefan Riedl

Pankreaszysten, Chemotherapie

Mittwoch, 15.10.2025, 13.30–14.30 Uhr

Herr Professor Dr. med. Bodo Klump

Zystische Läsionen des Pankreas

Dienstag, 18.11.2025, 15.00–16.00 Uhr

Herr Professor Dr. med. Jörg Köninger

Wege zur schnellen Genesung bei Pankreasoperationen – Prähabilitation und Fast Track Chirurgie

Montag, 01.12.2025, 15.00–16.00 Uhr

Herr PD Dr. med. Friedrich Anger

Was tun bei Mangel- und Unterernährung wegen einer Bauchspeicheldrüsenerkrankung? (Ernährung, Vitamine und Enzyme)

Dienstag, 02.12.2025, 15.00–16.00 Uhr

Herr Professor Dr. med. Stephan Bischoff

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

Teilnahme unter

Telefon 07141 956 36 38

Weitere Termine für das Expertentelefon
entnehmen Sie bitte unserer Homepage
www.teb-selbsthilfe.de

Impressum

Herausgeber: TEB e. V. Selbsthilfe i. L., 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 i. L., 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 i. L.
Tumore und Erkrankungen
der Bauchspeicheldrüse**

Bundes- und Landesgeschäftsstelle
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg

Öffnungszeiten

Mo-Do 9-12 Uhr und 13-15.30 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 i. L.
gegründet in Baden-Württemberg
Schirmherr: Steffen Bilger MdB
gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt
unterstützt durch den Krebsverband Baden-Württemberg*

