

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

Schirmherr Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär a. D.

- Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt
- Unterstützt durch den Krebsverband Baden-Württemberg

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Newsletter

Ausgabe 02/2022

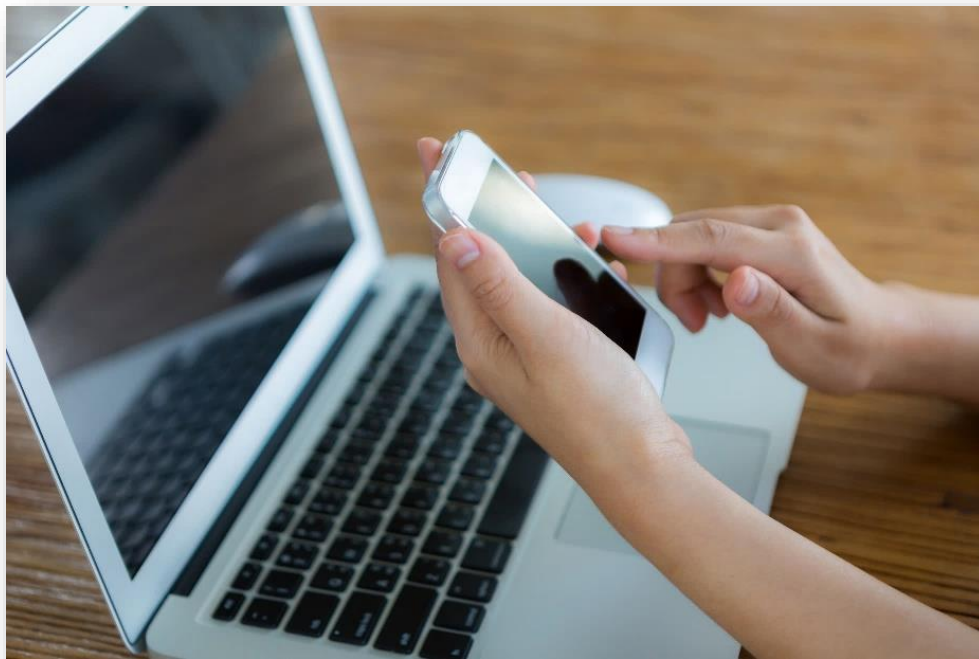


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

Online

Gruppentreffen

wurden aus der Not heraus geboren. Heute sind sie ein fester Bestandteil geworden und werden von unseren Mitgliedern aus den verschiedensten Bundesländern sehr gut angenommen. Sie sind sicher auch nach Corona nicht mehr wegzudenken.

Allen Teilnehmern, die uns durch die Zusage ihrer

E-Mail-Adresse

ihre Zustimmung gaben, an der Gruppe teilzunehmen, senden wir zeitnah ein Protokoll des letzten Treffens zu, unseren

TEB-Newsletter!

Unsere Email-Adresse:

geschaefsstelle@
teb-selbsthilfe.de

2. Online Treffen am 03.02.2022

von 15:45 bis 18:10 Uhr

Mit: Professor Dr. Hans-Josef Beuth, Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren an der Universität Köln

Thema: Schulmedizin und Komplementärmedizin, - wo sind die Schnittstellen?

Das Thema Komplementärmedizin ist unerschöpflich und immer wieder hoch interessant. Noch dazu, wenn wir hochkarätige Experten als Referenten gewinnen können.

So war es auch heute. Einige Minuten vor der Zeit sahen wir, dass Herr Professor Beuth, den wir alle mit Du und Josef ansprechen dürfen, bereits zugeschaltet war. Mein Mann und ich nutzten die Gelegenheit und ließen ihn eintreten.

Unsere erste Frage an ihn war: „Wie geht es Dir? Hast Du Corona gut überstanden?“ „Ja, ich hatte einen ganz milden Verlauf“, lautete erfreulicherweise seine Antwort.

Die Viertelstunde vor dem offiziellen Beginn, in der wir noch über dies und das redeten, verging sehr schnell. Inzwischen war es Zeit, die anderen eintreten zu lassen, und es hatten sich bereits 15 Teilnehmer zugeschaltet. Insgesamt waren wir heute 19 Teilnehmer. Daran sieht man immer, wie interessant die Themen für unsere Betroffenen und Angehörigen sind.

Nach einer kurzen Begrüßung von mir und auch vom Referenten stiegen wir ins Thema ein. Zuerst erläuterte Josef, was jeweils Schul-, Komplementär- und Alternativmedizin bedeuten.

Schulmedizin ist der wissenschaftliche Ansatz und oft mit fundierten Studien belegt.

Komplementärmedizin ist ein Teil der Medizin und beinhaltet Sport, Bewegung, Ernährung, Psychoonkologie. Sie ist keine Krebsmedizin! Man setzt sie häufig ergänzend ein, um Nebenwirkungen zu verringern oder gar zu vermeiden.

Alternativmedizin ist die Suche nach einem anderen Weg als dem der Standard-Medizin.

Nächste Online Gruppe:

**Donnerstag,
17.02.2022**

16:00 Uhr

Gemeinsam mit:

Dr. med. Matthias Kraft,
Chefarzt Innere Medizin,
Endokrinologie und Diabetologie,
Gastroenterologie,
Ernährungsmedizin, Bio-Med
Klinik Bad Bergzabern

Thema:

Komplementär-onkologische
Tumorthherapie
bei Bauchspeicheldrüsensenkrebs

Machen Sie mit, die Zuschaltung ist ganz einfach. Bei Problemen melden Sie sich in der Geschäftsstelle.

Tel. 07141 9563636
geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

Nach dieser sehr guten Einführung und Erklärung der Begriffe gingen wir über zur Fragerunde.

Diese betraf folgende Bereiche:

Polyneuropathie

Vitamin D

Nebenwirkungen von Chemotherapie

Lindenextrakt

Ananas- und Papaya-Enzyme

Selen

Mariendistel

Brokkoli

Mistel

Immunsystem

Kurkuma

Vitamin E

A, D, E, K Vitamine

Schweißausbrüche

Richtiges Ein- und Ausatmen

Welche komplementären Möglichkeiten bestehen bei IGG4?

Einen großen Blumenstrauß von Fragen überreichten wir Herrn Professor Beuth und, - wie konnte es anders sein-, wollten wir natürlich Antworten von unserem Experten auf all diese Fragen!

Geduldig, ruhig und mit etwas Kölner Humor wurden alle Fragen verständlich und sachlich erklärt. Alle Teilnehmer waren rundum zufrieden und hatten einiges über die Komplementärmedizin erfahren.

Bevor ich zum Feedback übergang, fragte ich unsere Brigitte, ob sie bereit wäre, mit Sport und Bewegung die Gruppe zu schließen.

„Ja, ich dachte schon, Du hast es vergessen.“ „Wie könnte ich so ein Angebot vergessen?“, erwiderte ich.

Dann fragte ich die, die heute zum ersten Mal an dem Treffen teilgenommen hatten, wie sie die heutige Gruppe erlebt haben und ob etwas dabei war, was sie weiterbringen konnte.

Eine Rückmeldung lautete: „Ich war heute das erste Mal in Vertretung meiner Schwester dabei. Ich fand es interessant und abwechslungsreich, und ich werde wiederkommen!“

Plötzlich gingen am Bildschirm alle Daumen hoch!

Ich wandte mich an unseren heutigen Referenten: „Josef, Du hast das letzte Wort.“

„Ja, auch mir hat es sehr gut bei Euch gefallen, und ich komme gerne wieder. Irgendwann, wenn Corona es zulässt, kommt Ihr alle einmal zu mir nach Köln. Ich lade Euch alle ein.“

Ich versprach, dass ich auf dieses besondere Angebot bestimmt irgendwann zurückkommen werde!

Zum Ausklang dieses Nachmittags war der Moment für Brigitte und für ein wenig Bewegung gekommen.

„So, liebe Brigitte, jetzt bist Du dran.“ Mit ein paar einführenden Worten ging es los, alle, auch Josef, machten mit. Erst wurden Übungen im Sitzen und dann im Stehen gemacht.

Der Kopf, die Halswirbelsäule, die Schultern, der Rücken, die Arme und die Beine wurden bewegt. Es waren Übungen, die man jederzeit leicht zu Hause in den Alltag einbauen kann.

Brigitte kam nochmals auf die bereits angesprochene Atmung zurück und machte noch ein paar spezielle Übungen hierzu mit uns.

Nach dem langen Sitzen und Reden tat die körperliche Bewegung gut, vor allem, da es in der Gemeinschaft passierte. Selbst über den Bildschirm entstand somit eine Verbindung, die ein Gefühl der Zusammengehörigkeit auslöste.

Abschließend klatschen wir alle in die Hände und spendeten unserem Josef und auch mir für das heutige Treffen einen kräftigen Applaus. Zwar war es nur am Monitor, dennoch konnte man es deutlich hören.

Josef fasste zusammen: „Der Dank gehört uns allen. Dir, liebe Brigitte, für die tolle Einlage, allen Teilnehmern für die rege Teilnahme und Dir, liebe Katharina, für die gute Moderation.“

Nach diesem Schlusswort winkten wir uns alle noch einmal zu und klinkten uns nacheinander aus.

Katharina Stang
(Gruppenleitung/Moderation)