

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 06/2022

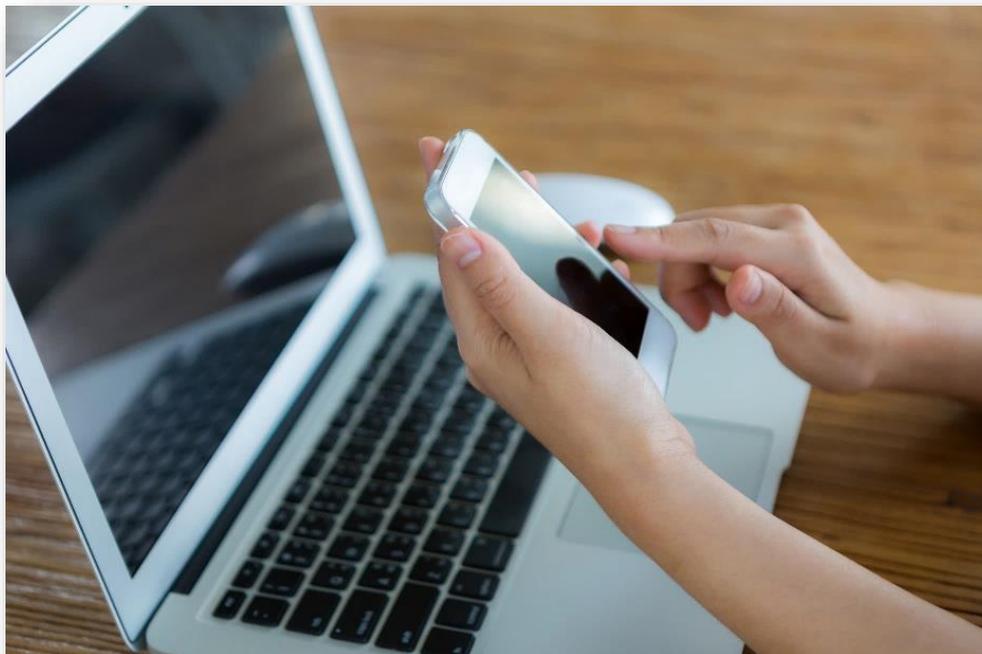


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

TEB e. V.– 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:

geschaeftsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 31.03.2022

von 16:00 bis 18:15 Uhr

Mit: Katharina Stang

Thema: Welche Erfahrungen machen Sie gerade? Wo haben Sie Defizite?

Bereits beim Festlegen dieses Themas wusste ich, dass es gerade der Austausch unter den Betroffenen und deren Angehörigen ist, was sie sich in dieser schwierigen Zeit wünschen.

Pünktlich um 16:00 Uhr ging es nach einer kurzen Begrüßung weiter mit sportlicher Bewegung. Wie gehabt, - unter fachlicher Anleitung unserer Brigitte. Gerade diese „Kleinigkeiten“ zeigen mir, dass unsere Treffen sehr vielseitig sind, und jeder etwas zum Gelingen beitragen kann.

Jede Gruppe ist anders besetzt, und heute waren wieder Betroffene dabei, die sich längere Zeit nicht zugeschaltet hatten.

So wurde eine Teilnehmerin besonders herzlich begrüßt: „Hallo Petra, schön dass Du wieder an Bord bist, wir haben Dich sehr vermisst. Wie geht es Dir, und was kannst Du uns heute berichten?“

In kurzen Sätzen erzählte sie uns, wie es ihr in den letzten Monaten ergangen ist, und dass die letzte Zeit für sie fast unerträglich war. Die ständigen Schmerzen und die Suche nach der Ursache der Schmerzen hatten sie sehr mitgenommen. Doch heute strahlte sie und meinte: „Mir geht es endlich wieder besser, ich bekomme regelmäßig Spritzen in die Wirbelsäule, die nicht angenehm sind, aber ich habe wieder ein Leben ohne Schmerzen.“

Wie so oft war das der Auftakt, und wir konnten gemeinsam in das heutige Thema einsteigen.

„Ja Katharina, ich sehe ein erhebliches Defizit in meiner Behandlung. Ich fühle mich von meinem behandelnden Arzt nicht gut verstanden. Fragen oder Sorgen werden nicht gehört oder ich bekomme nur unzureichenden Antworten. Oft habe ich das Gefühl, dass ich meinem Arzt eine Last bin.“

Dazu meinte ein anderer Teilnehmer: „Ja, mir geht es ähnlich. Auch ich habe das Gefühl, dass mein behandelnder Arzt nur wenig Zeit hat, und alles sehr schnell

Nächste Online

Gruppe:

**Donnerstag,
14.04.2022**

16:00 Uhr

Gemeinsam mit:

Dr. med. Stephan Kress,
Vinzentius-Krankenhaus
Landau,
Leiter Diabeteszentrum

Thema:

Was ist möglich: Lebensqualität bei Diabetes Typ 3c zu erhalten oder wiederherzustellen? Neue Erkenntnisse 2022

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

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

gehen muss. Corona und jetzt der Ukrainekrieg haben vieles in der Medizin verändert. Man sollte einfach nicht krank sein oder krank werden.“

Immer wieder spürte man, dass sich die Betroffenen alleine gelassen fühlen und sie sich auch nicht trauen, ihrem Arzt zu widersprechen, weil sie befürchten, dass dieser sie dann nicht mehr weiterbehandelt.

Auch mir ist durch viele Gespräche bekannt, dass vieles heute anders läuft und dennoch denke ich, man darf keine Angst haben und muss mit seinem Arzt vertrauensvoll sprechen. Vielleicht ist es gut, wenn man sich auch dementsprechend äußert.

Ich würde in einem solchen Fall immer in der „Ich“ Form mit meinem Arzt reden. Also: „Mir geht es nicht gut, ich fühle mich nicht verstanden und auch nicht gut aufgehoben.“

Denn das nimmt oftmals den negativen Druck aus dem Gespräch und das Gegenüber fühlt sich nicht persönlich angegriffen.

Ich weiß, es ist sehr schwer, wenn man sich nicht verstanden fühlt, bei sich zu bleiben und das Gespräch so zu lenken, dass es nicht mit Vorwürfen, Enttäuschungen oder gar Angriff endet.

Leider, und das ist auch eine Tatsache, nicht jeder von uns ist psychologisch geschult und findet in der durch die Krankheit bedingten Ausnahmesituation die richtigen Worte, um das auszudrücken, was man im Augenblick spürt und empfindet.

Das heutige Treffen passte mehr in die psychologische Schiene, denn es ging tatsächlich darum, wie ich meine Wünsche, Sorgen Bedenken, Ängste so verpacken kann, damit sie gehört werden.

Ich bin mir sicher, Ärzte, Pflegepersonal merken in ihrem täglichen Zeitdruck gar nicht, dass hier bei den Betroffenen ein Defizit besteht. Ich könnte mir auch vorstellen, sie sind dankbar, wenn man offen anspricht, was man fühlt und denkt.

Alle Themen, die in diesen zwei Stunden untereinander diskutiert wurden, konnte man in die Kategorie Menschlichkeit, Kommunikation, Verständnis, Zuwendung einordnen. In der heutigen Zeit, die durch Mehraufwand, Stress, Überforderung und Zeitmangel gekennzeichnet ist, fehlt es an vielem, und am Ende bleibt leider häufig der Mensch, insbesondere der kranke Mensch, auf der Strecke.

Da ich kein Arzt und auch kein Psychologe bin, konnte ich nur sagen, wie ich es machen würde, und was ich in vielen unterschiedlichen Kursen erfahren habe.

Am Schluss meinte eine Betroffene: „Ja, ich muss vielleicht klarer ansprechen, was ich möchte und was ich empfinde, und nicht alles mit mir machen lassen. Ich darf keine Angst haben und muss für meine Rechte eintreten, denn sonst werde ich durch die ganze Situation noch kränker.“

„Ja, auch wir Kranke haben das Recht, dass man uns ernst nimmt und sich die Zeit nimmt, um uns alles richtig und ausreichend zu erklären.“

Diese Worte ließ ich so stehen und schloss die Gruppe gegen 18:15 Uhr.

Katharina Stang
(Gruppenleitung/Moderation)