

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

Schirmherr Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär
• Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Newsletter

Ausgabe 16 / 2021

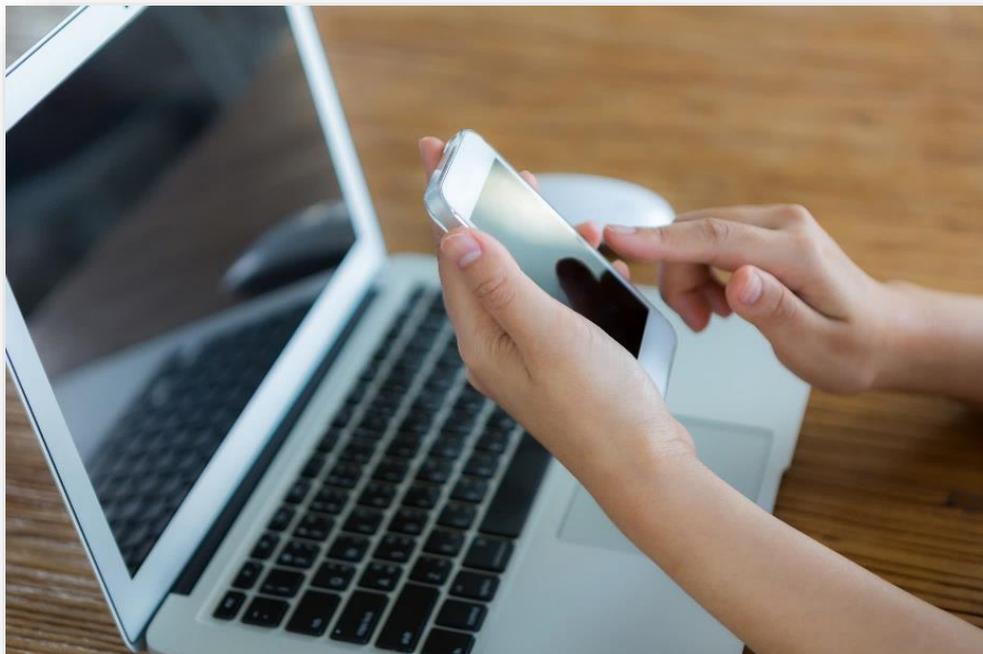


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

TEB e. V. geht neue Wege – Online-Gruppen

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 Zustimmung 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 19.08.2021

von 16:00 bis 18:15 Uhr

Mit: Katharina Stang, 1. Vorsitzende TEB e. V. Selbsthilfe

Thema: Austausch untereinander

Für das heutige Treffen hatte ich mich bewusst entschieden, keinen Mediziner aus einer speziellen Fachrichtung einzuladen. Als langjährige Gruppenleiterin weiß ich, dass der Austausch von Betroffenen und Angehörigen untereinander sehr wichtig ist.

Erfahrungen, Erlebnisse oder auch Sorgen und Nöte mit Gleichgesinnten zu teilen, empfinden Betroffene und auch ihre Angehörigen oftmals persönlicher.

Um 16:00 Uhr ließ ich alle Teilnehmer eintreten. Nach einer kurzen Begrüßung fragte ich in die Runde: „Wie geht es Euch im Moment? Worüber wollen wir heute sprechen?“

Sofort meldete sich eine Betroffene und stellte eine Frage, die ich aber erst einmal zurückgestellt habe, da es TEB e. V. direkt betraf, und ich erst später darauf eingehen wollte.

Ein Blick auf den Monitor zeigte mir, dass heute drei neue Betroffene zugeschaltet waren, um in die Gruppe hineinzuschnuppern. Aus Erfahrung weiß ich, dass Betroffene nicht sofort reden können. Aus diesem Grund sprach ich eine der Neuen an, die heute zum ersten Mal bei uns war:

„Wie geht es Ihnen? Warum sind Sie heute zugeschaltet?“ „Mir geht es noch ganz gut“, war die Antwort. Aufmerksam hörte ich zu und fragte nach: „Was heißt das, - noch?“ In wenigen Worten erklärte sie uns, wo sie im Moment stand und wie es ihr gerade ging.

Um mir einen Überblick zu verschaffen, fragte ich jeden einzelnen, wie es ihm im Augenblick geht.

Es kamen Antworten, die gleichzeitig auch Fragen waren, die uns heute beschäftigten, wie z. B.:

„Mir geht es soweit ganz gut, doch ich habe Angst vor der nächsten Untersuchung, - was kommt da wieder raus?“

Nächste Online
Gruppe:

Donnerstag,
02.09.2021

16:00 Uhr

Mit:

Prof. Dr. Carl C.
Schimanski
Direktor der Medizin.
Klinik II, Klinikum
Darmstadt

Thema:

**Wann ist eine Endo-
sonographie sinnvoll,
wann ist sie erforder-
lich?**

Machen Sie mit, die Zu-
schaltung ist ganz ein-
fach. Bei Problemen
melden Sie sich in der
Geschäftsstelle.

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-
selbsthilfe.de

Mein Tumormarker steigt und steigt?

Meine Hände und Füße bitzeln.

Wann kann ich eine Chemo-Pause machen?

Was kommt nach der Chemo, Immun-Gentherapie?

Wie wichtig sind Zweitmeinungen?

Ich bin traurig und niedergeschlagen, was kann ich tun?

Was kann selbst für ein besseres Wohlbefinden tun?

Omega 3-Fettsäuren, - sind sie wichtig?

Was mache ich bei Wadenkrämpfen?

Diabetes 3c, im Bereich von 500, - was kann ich tun?

Es gab einen riesigen Strauß von Fragen, die ich nicht alle beantworten konnte, vor allem dann, wenn sie ausschließlich medizinisch waren und ich mir nicht hundertprozentig sicher war. So gab ich z. B. den Tipp, unseren Experten für Diabetes zu befragen.

Auch die Frage zur Zweitmeinung ist mir sehr wichtig gewesen. Viele denken, dass eine Zweitmeinung von der Kasse nicht genehmigt wird oder dass sie kein Anrecht darauf haben.

Ich selbst rate immer zur zweiten und dritten Meinung, weil ich glaube, dass das durchaus Sinn macht und Betroffene sich dann besser entscheiden können.

Es wurden viele Fragen und Gegenfragen gestellt, Antworten kamen auch von Betroffenen.

Nachdem es keine Fragen mehr gab, beantwortete ich noch die erste Frage von U. ausführlich.

Zum Schluss bat ich alle Teilnehmer um ein Fazit, - die Rückmeldungen waren überwiegend positiv.

Das Schlusswort einer Betroffenen war wie folgt:

„Ich bin sehr dankbar, dass es diese Online Treffen gibt und bitte Katharina, so weiter zu machen. Wo bekommen wir Betroffenen und auch unsere Angehörigen sonst unser Wissen her? Leider haben Ärzte meist nicht die Zeit, uns alles bis ins Kleinste zu erklären. Ja, und wo können wir so viele verschiedene Experten hautnah erleben und sie zu unseren Sorgen und Nöten befragen?

Was mir aber auch besonders gut gefällt, ist, dass sich Mitglieder aus den verschiedenen Regionalgruppen in den Online Gruppen treffen. Das wäre in den Präsenz-Gruppen nicht möglich. Danke, dass es Euch gibt und dass Du, Katharina, die Aufgabe übernommen hast und diese Online Gruppen so gut moderierst. Danke dafür!"

Nach diesen Worten blieb mir nur noch, mich von allen Teilnehmern zu verabschieden: „Bleibt gesund, bis zum nächsten Mal, Eure Katharina!"

Katharina Stang
(Gruppenleitung/Moderation)

Rückmeldungen:

Guten Abend Frau Stang,

gerade ist die Onlinegruppe zu Ende gegangen. Technisch hat bei mir und meinem Mann alles geklappt, wir wurden ja auch von Ihnen angesprochen und mein Mann konnte von sich berichten.

Vielen Dank für den heutigen Austausch, einen schönen Abend und vielleicht können Sie uns noch kurz hinsichtlich dem Problem informieren.

Herzliche Grüße

B. D.

Liebe Frau Stang,

herzlichen Dank, dass ich am letzten Donnerstag in die Zoom-Gruppe zusammen mit meiner Mutter reinschnuppern durfte.

Die Erzählungen der anderen haben meiner Mutter (C. L.) viel Mut gemacht. Sie sah, dass die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs kein Todesurteil sein muss. Für mich war es auch sehr informativ. Die Atmosphäre war sehr angenehm, meine Fragen wurden beantwortet und ich hatte das Gefühl, dass ich/wir hier beim TEB einfach gut aufgehoben sind. Ich habe den Brief mit dem Mitgliedsantrag für mich bereits abgeschickt. Ich denke, meine Mutter wird auch beitreten.

Für meine Mutter waren es fast zu viele Informationen und die Zeit zu lange. Sie arbeitet nie am Computer und ist von ihrem Krankenhausaufenthalt noch etwas schwach. Sie wird aber jeden Tag ein kleines bisschen kräftiger. Wir haben verabredet, dass ich im Moment bei den Zoom-Meetings dabei sein werde und wenn immer es möglich ist, werde ich mit ihr zusammen teilnehmen.

Vielen Dank für alles und viele Grüße aus L. und F.

B. R.