

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 2

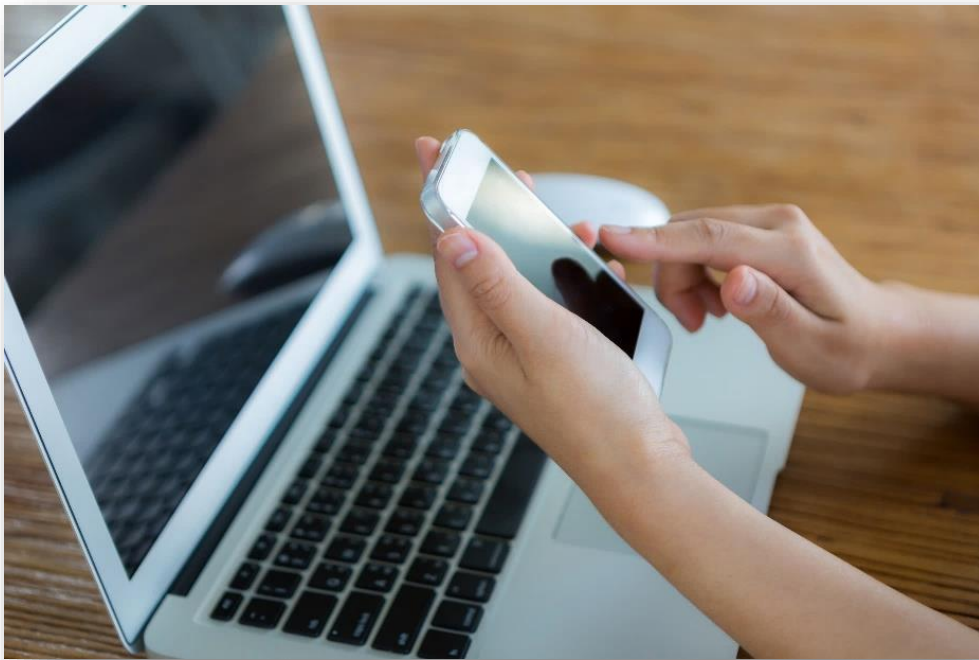


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

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

Online Gruppentreffen

wurden aus der Not heraus geboren, um unseren Mitgliedern auch in schwierigen Zeiten eine adäquate und kompetente Anlaufstelle zu bieten.

Allen Teilnehmern, die uns durch die Zusendung ihrer

E-Mail-Adresse

ihre Zustimmung geben, an der Gruppe teilzunehmen, wollen wir zeitnah ein kleines Protokoll des letzten Treffens zusenden: den

TEB- Newsletter!

Unsere Email-Adresse:

geschaeftsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 14.05.2020

von 16:00-18:30 Uhr.

Thema: Diabetes 3c

Pünktlich starteten wir mit der Online Gruppe, zu der Teilnehmer aus den verschiedensten Bundesländern zugeschaltet waren.

Nach einer kurzen Begrüßung wurden bereits die ersten Fragen zu unterschiedlichen Themen gestellt, wie z.B.:

- Welche Auswirkungen hat Corona auf unsere Erkrankung?
- Gewichts- und Verdauungsprobleme?
- Was hat sich seit der letzten Online Gruppe getan?
- Rückmeldung einer Teilnehmerin
- Anstehende Operation
- Allgemeine Diskussion

Für den heutigen Termin hatten wir als Referent **Herrn Dr. Stephan Kress**, Oberarzt Med. I, Diabetologe DDG, Ernährungsmediziner aus dem Vincentius-Krankenhaus Landau mit in der Runde.

Aus Erfahrung wissen wir, dass der Diabetes 3c (pankreoпрiver Diabetes) auch ein sehr wichtiges Thema ist, und Betroffene sehr viele Fragen zu den oftmals massiven Zuckerentgleisungen und vieles mehr haben.

Im Vorfeld spielten wir einen kurzen Vortrag von Herrn Dr. Kress zu dem heutigen Thema ein, aus dem sich Fragen ergaben, wie z.B.:

- Was ist der Unterschied zwischen Diabetes Typ 1, 2 oder 3c?
- Diabetes Entwicklung?
- Brauche ich Tabletten oder muss ich spritzen?
- Niedrige oder hohe Zuckerwerte – was kann ich tun?
- Was bedeuten hohe Zuckerwerte für unser Immunsystem?
- Wann spricht man von einer Unterzuckerung?
- Was ist eine Ketoazidose?
- Haben schwankende Zuckerwerte Einfluss auf unser Immunsystem?

Nächster

Termin:

**Donnerstag,
28.05.2020**

16:00 Uhr

**Thema: Ernährung
und Enzyme**

**mit unserer Expertin
Anja Stedtler**

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

- Wie hoch soll der Langzeit-Zuckerwert sein und welche Bedeutung hat er?
- Starker Durst – kann das ein Anzeichen von Diabetes sein?
- Das Glukagon-Nasenspray ist erhältlich.

Über all diese Fragen wurde lebhaft diskutiert und immer wieder wurden eigene Erfahrungen und Erlebnisse mit eingebracht. Dabei wurde festgestellt, dass sich der Diabetes 3c bei allen anders verhält und er seiner Bezeichnung als „schwer einstellbar“ alle Ehre macht.

Herr Dr. Kress beantwortete in seiner offenen und zugänglichen Art alle Fragen und endete mit den Worten: „Zucker ist ein Blick in die Seele“. Jede Gemütsschwankung, jedes außergewöhnliche Ereignis kann die Zuckerwerte, sowohl im positiven wie im negativen Sinne, verändern.

Bevor ich die Gruppe schloss, bedankte ich mich bei Herrn Dr. Kress für seine Zeit und die Beantwortung der gestellten Fragen. Meinem Mann dankte ich für die technische Unterstützung und allen Teilnehmern für die gute, konstruktive und harmonische Gruppe.

Symbolisch umarmte ich alle und wünschte eine stabile Gesundheit. Ich freue mich auf die nächste Online Gruppe!

Katharina Stang
(Moderation/Gruppenleitung)

Rückmeldungen zu diesem Treffen:

Hallo Katharina,

es war das erste Mal, dass ich an einem virtuellen Treffen teilnahm und ich war überrascht, dass es so einfach ist. Sehr gut vorbereitet von TEB! Das Thema war Diabetes 3c, von dem ich betroffen bin. Zu Beginn wurde erst über die Enzymeinnahme gesprochen, und es zeigte sich wieder, dass hier die verschiedensten Einnahmen und Mengen von Ärzten und Kliniken empfohlen werden. Frau Stang erklärte dazu in ihrer kompetenten Art, wie die richtige Einnahme und vor allem die richtige Menge sein soll, damit Durchfälle vermieden werden. Zum Thema Diabetes 3c war Herr Dr. Stephan Kress dann zugeschaltet, und wir konnten unsere Fragen stellen. Für mich war es sehr interessant zu hören, wie die Betroffenen mit ihrem Diabetes umgehen.

Wie Herr Dr. Kress betonte, ist jeder Mensch anders und reagiert daher auch anders auf die unterschiedlichen Einflüsse wie etwa Stress, schlechter Schlaf, Wetter, Freude u. a. Weitere Themen waren dann die unterschiedlichen Insuline und Ratschläge dazu, wann und wieviel gespritzt werden soll. Es war für mich ein interessantes und erkenntnisreiches Treffen, bei dem ich einiges an Neuem erfuhr.
Herzliche Grüße, U.

Liebe Katharina,
der letzte Donnerstag war für mich persönlich sehr informativ. Offene Fragen - betreffend Enzyme - wurden von dir sehr gut beantwortet und erklärt. Auch die direkte Einbeziehung von Dr. Kress fand ich sehr gut. Alles in allem war es ein gelungenes Treffen und es wäre schön, wenn sich in Zukunft weitere Personen der Gruppe anschließen würden.
Liebe Grüße, R.

Liebe Frau Stang,
trotz Bauchschmerzen wegen technischer Unzulänglichkeiten unsererseits war ich froh, dass ich es letztlich doch noch geschafft habe, an der Online-Konferenz teilzunehmen. Die Atmosphäre war sehr locker und unkompliziert. Meine Ängste nach einem Jahr Operation haben sich durch Erklärungen und Fragen der Teilnehmer doch sehr verringert und ich habe Hoffnung, die Ernährung in den Griff zu bekommen. Ihre Empfehlung, die Enzymdosis zu erhöhen, habe ich befolgt und es geht mir schon besser.
Die Umstellung des Insulins durch meinen Diabetologen hat auch bessere Zuckerwerte gebracht. Durch den Vortrag von Herrn Dr. Kress und die anschließende Fragezeit habe ich einen besseren Überblick über den Diabetes 3c bekommen.
Mit dem 18. Mai habe ich mich vertan und möchte mich für den 28. Mai für die Online-Gruppe anmelden. Meinen Ernährungsplan schicke ich demnächst.
Mit freundlichen Grüßen und Ihnen allen alles Gute
Ihre A.

Rückmeldung zum Treffen vom 30.04.2020:

Aufgrund der durch das SARS-Cov2 hervorgerufenen nach wie vor bestehenden fehlenden Möglichkeit, sich persönlich zu treffen, hat Frau Stang und das Team der TEB die fantastische Möglichkeit geschaffen, ein online Selbsthilfetreffen zu organisieren.

Ich wurde freundlicherweise gefragt, ob ich dem Treffen in virtueller Weise nachkommen möchte, was ich natürlich gerne gemacht habe. Für mich sind Treffen im Rahmen der Selbsthilfegruppen immer sehr interessant und lehrreich, da hier häufig Themen und Probleme erörtert werden, die wir im Rahmen der klinischen Versorgung häufig in der Dringlichkeit nicht ausreichend genug mitbekommen und die Fragen auch nicht ausreichend beantworten können. Daher bietet dieses Forum natürlich die ideale Möglichkeit, außerhalb der normalen Patient-Arzt Beziehung in Kontakt zu kommen und auftretende Fragen und Probleme ohne Zeitdruck zu besprechen.

Mich beeindruckt immer wieder, wie gut die Patienten in der Regel über ihre Erkrankung informiert sind und mit welchen tiefgreifenden Detailfragen sie mich beim letzten Treffen „gelöchert“ haben. Ich denke aber, dass ein grundlegendes Verständnis einer Bauchspeicheldrüsenerkrankung für den Patienten unumgänglich ist, damit die zum Teil sehr komplexen Therapien auch verstanden und mit hoher Motivation umgesetzt werden können.

Es freut mich im Anschluss an ein solches Treffen zu hören, dass ich den Patienten oder Angehörigen in einigen Fällen eventuelle Unsicherheiten nehmen konnte oder vielleicht sogar einen Kontakt zu einem Spezialisten herstellen kann, so dass nach Möglichkeit allen Patienten die bestmögliche Therapie zukommt.

Ich freue mich schon auf das nächste Treffen, mit den besten Grüßen,

PD Dr. Florian Gebauer

Oberarzt
Leiter Pankreaschirurgie
Uniklinik Köln