

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 02 / 2021

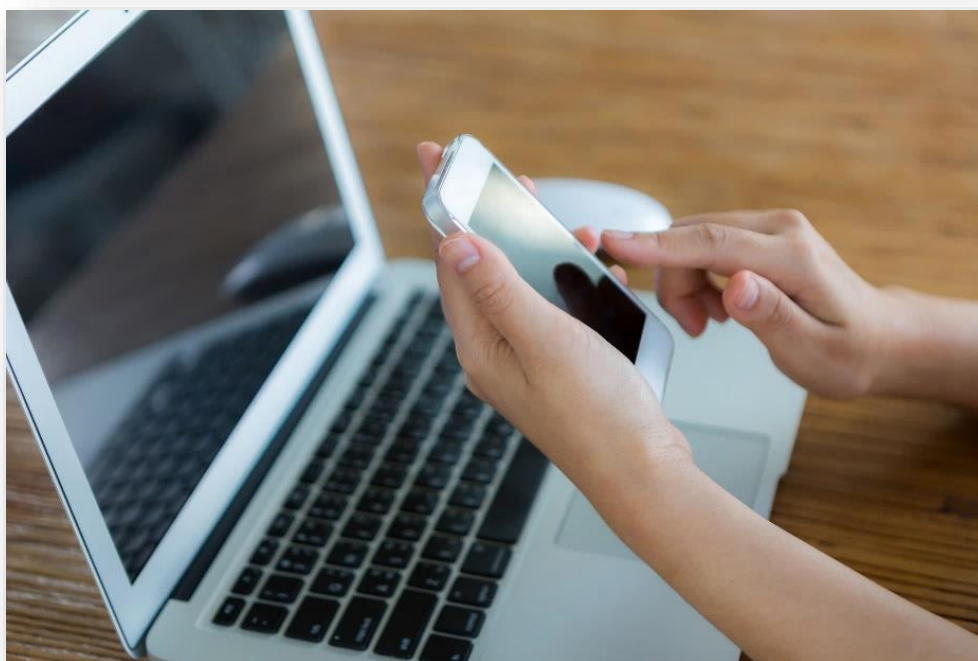


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

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

Online

Gruppentreffen

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

Allen Teilnehmern, die uns durch die Zusage ihrer

E-Mail-Adresse

ihre Zustimmung gaben, an der Gruppe teilzunehmen, wollen wir in Zukunft zeitnah ein kleines Protokoll des letzten Treffens zusenden. Wieder entstand damit etwas Neues:

TEB- Newsletter!

Unsere Email-Adresse:

geschaefsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 04.02.2021

von 16:00 bis 18:10 Uhr

Referent: Prof. Dr. S. C. Bischoff, Institut für Ernährungsmedizin, Universität Hohenheim

Thema: Ernährung und Enzyme

Auch bei der zweiten Online-Gruppe in diesem Jahr war ich wieder mit vielen Mitgliedern aus den verschiedensten Gruppen und Bundesländern verbunden. Ich bin mir sicher, dass Ernährung und Enzyme für viele unserer Betroffenen ein sehr wichtiges Thema sind. Ein besonderes Highlight war, dass wir Professor Bischoff, Ernährungswissenschaftler der Universität Hohenheim, an unserer Seite hatten.

Nach einer kurzen Begrüßung und einer kleinen Vorstellungsrunde von Herrn Professor Bischoff starteten wir auch zugleich mit den Fragen, die querbeet von den Teilnehmern gestellt wurden:

Was ist eine Pankreasinsuffizienz?

Elastase-Test, - ist der genau?

Was bewirken Enzyme?

Brauchen wir Fett, - warum?

Mangelernährung

Verdauung

Durchfall

Wie dosiere ich die Enzyme richtig?

Gesunde Ernährung, - was heißt das?

Ungewollte Gewichtsabnahme

Enzyme wichtig, sinnvoll, lebensnotwendig?

Omega 9, Omega 3, - gut und sinnvoll?

Enzyme aus der Schweinepankreas oder aus Reispilzen?

Kann man tierische und pflanzliche Enzyme mischen?

Nächste Online Gruppe:

**Donnerstag,
18.02.2021, 16 Uhr**

Mit Zuschaltung von

Prof. Dr. med. Andreas Pascher, Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie, Münster

Thema:

Minimalinvasive Pankreaschirurgie

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

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

Blähungen

Darmfellbesiedlung

Opium Tropfen

Richtige Dosierung, - wie hoch kann ich gehen?

Allergien

Das Thema war unerschöpflich, und es gab Fragen über Fragen. Leider musste Herr Professor Bischoff zu seiner eigenen Sprechstunde und verabschiedete sich etwas früher vor dem eigentlichen Ende der Gruppe.

Bevor er sich ausklinkte versprach er, uns gerne wieder einmal als Experte zur Verfügung zu stehen oder sich einfach auch, wenn es seine Zeit erlaubt, als Teilnehmer zuzuschalten.

Für die nächste Stunde übernahm ich die Gruppe, und es folgte ein reger Austausch untereinander, in dem auch Fragen wie Reha, Port-Spülung, Abflussstörungen, Corona und vieles mehr diskutiert und eigene Erfahrungen ausgetauscht wurden.

Was mich besonders überraschte, war das feine Gespür der Teilnehmer. Sie nahmen sofort wahr, dass es mir gesundheitlich nicht gut ging. Ein Teilnehmer sagte: „Ich würde vorschlagen, Katharina heute zu schonen, und wenn keine Fragen mehr offen sind, die Gruppe früher zu schließen.“

Diese Anteilnahme tat mir sehr gut, denn ich leitete diesmal die Gruppe unter höchster Kraftanstrengung. Da tat es einfach gut zu spüren, dass die Gruppenteilnehmer Rücksicht auf mich nahmen. Alle wünschten mir eine schnelle Genesung und hofften, dass es mir in der nächsten Gruppe wieder besser geht. Dafür drückten mir alle die Daumen!

Mit diesen vielen guten Wünschen kann es ja nur besser werden!

Um 18:10 Uhr schloss ich unsere Runde und war dankbar, dass ich trotz widriger Umstände die Gruppe gehalten habe und dadurch anderen Menschen helfen konnte.

Katharina Stang

(Gruppenleitung)

Rückmeldungen zum Treffen 04.02.2021:

Das war heute mein 2. virtuelles Gruppentreffen bei T.E.B. Dass es wegen der Pandemie dieses Online – Angebot gibt, ist für mich ein Segen, weil ich sonst nicht teilnehmen könnte. Ich bin weit entfernt von allen existierenden Gruppen. Und wie jeder Mensch mit einer chronischen Krankheit mache ich die Erfahrung, dass es den Austausch mit anderen Betroffenen braucht, um damit zurecht zu kommen. Da entsteht eine Bedürftigkeit, die das medizinische System nicht abdecken kann. Und wenn der Pankreas betroffen ist, dann ist der Bedarf an Information und Austausch noch drängender als bei anderen Erkrankungen. Und die virtuellen Treffen bieten vermehrt die Möglichkeit, Fragen an hochkompetente Fachleute zu stellen – einzigartig. Heute zum drängenden Thema vieler Pankreas-Erkrankten „Ernährung und Enzyme“. Ich habe Antwort auf eine Frage bekommen, die mich ganz aktuell beschäftigt. Und durch die Fragen der anderen weitere hilfreiche Informationen. Ein ganz großer Dank an Katharina Stang, die all das mit ihrem Team möglich macht. Sie hat es gut verstanden, mich als neue Teilnehmerin einzubeziehen. Wer noch nicht dabei ist, dem kann ich sagen: Melde dich an, auch dir wird weitergeholfen!

G. M.-H.

Hallo liebe TEB's,

ich möchte mich ganz herzlich bedanken. Es war wieder sehr interessant und informativ. Ich profitiere sehr von der TEB. Ich wünsche gute Besserung und alles Liebe für Katharina. Beim nächsten Mal kann ich leider nicht dabei sein, da ich einen Arzttermin habe.

Bis bald. Liebe Grüße, A.

Liebe Katharina,

ich musste mich kurzfristig verabschieden.
Es gab ein Problem am Garagator, ist aber wieder behoben.
Vielen Dank für die heutige Onlineberatung.
Es war wieder sehr informativ!
Jetzt denke mal Dich.
Ich wünsche Dir gute Genesung.

Lieber Gruß
K. S.