

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 15 / 2021

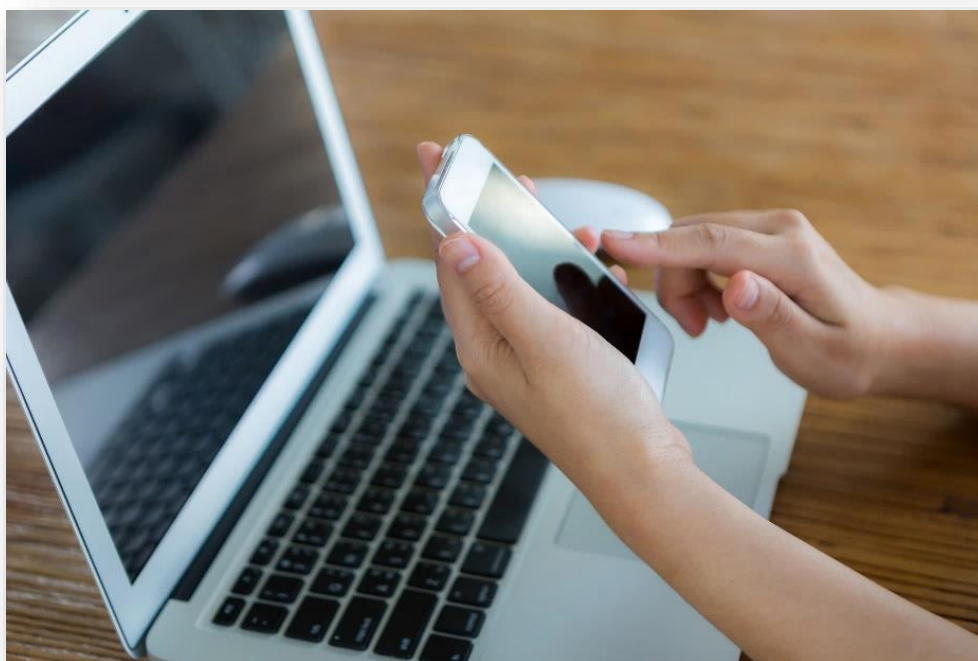


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**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 Zusendung 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:

geschaeftsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 05.08.2021

von 15:45 bis 18:20 Uhr

Referent: Frau Prof. Dr. Angela Geissler, Chefärztin, Radiologie und Nuklearmedizin, Robert-Bosch-Krankenhaus, Stuttgart

Thema: Wann sind bildgebende Verfahren bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse wichtig und sinnvoll?

Bereits vor Beginn der Gruppe schaute ich öfters auf den Monitor, um zu sehen, ob sich Frau Professor Geissler schon zugeschaltet hat. Ich wollte im Vorfeld ein paar persönliche Worte mit ihr sprechen. Tatsächlich, - bereits eine viertel Stunde vor der Zeit war sie da. Sofort ließ ich sie eintreten. Meine Freude war groß, sie nach einer so langen Zeit wiederzusehen, wenn auch nur per Bildschirm.

Sehr herzlich begrüßte ich sie und fragte, wie es ihr und ihrem Mann geht, und wie sie beide durch diese schwere Zeit von Corona gekommen sind.

Es war ein offenes und sehr nettes Gespräch, in dem wir die letzten Monate, das Geschäftliche, aber auch das Private Revue passieren ließen. Dabei merkten wir, dass sich in der Zeit seit unserer letzten persönlichen Begegnung vieles getan bzw. verändert hat.

Ganz beiläufig erzählte sie mir, dass sie während Corona zwei Bücher geschrieben hat. Sie merkte sofort, dass ich glaubte, es seien Bücher aus ihrem Themenbereich Radiologie. Lächelnd sagte sie: „Nein, nein es sind keine Bücher zu den bildgebenden Verfahren. Ein Buch trägt den Titel: Gelassen bleiben – egal was passiert.“ Jetzt wurde ich richtig neugierig und ließ mir von ihr erzählen, wie sie dazu kam, über ein solches Thema zu schreiben.

Sie berichtete, dass sie Lehrgänge in Meditation gibt und dass für sie Meditation, das Thema Gelassenheit, das Annehmen und im Augenblick leben ein sehr spannendes Feld ist.

Ich hätte noch eine ganze Weile alleine mit Frau Professor Geissler sprechen können, denn ich bewundere schon viele Jahre ihre freundliche, humorvolle und unkomplizierte Art. Immer wenn ich mit ihr sprach, hatte ich das Gefühl, sie ist sie ist in erster Linie Mensch und

**Nächste Online
Gruppe:**

**Donnerstag,
19.08.2021**

16:00 Uhr

Mit:

Katharina Stang

Thema:

**Austausch
untereinander**

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

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-
selbsthilfe.de

ganz lang später erst eine hervorragende Ärztin und Professorin.

Bevor ich aber die anderen Teilnehmer eintreten ließ, bat ich sie, mir ein Buch mit einer persönlichen Widmung zukommen zu lassen. „Ja, das mache ich gerne“, war ihre Antwort.

Gegen 16:00 Uhr ließen mein Mann und ich alle Teilnehmer eintreten, es waren wieder sehr viele, und sie kamen wie so oft aus den verschiedensten Regionalgruppen. Alle wurden herzlich begrüßt, ebenso Frau Professor Geissler.

Jetzt bekam Frau Professor Geissler die Gelegenheit, sich selbst vorzustellen, was sie auch in ihrer ganz besonderen lockeren Art tat. Dabei erzählte sie, dass sie neben ihrem Hauptberuf Chefärztin in der Radiologie Bücher schreibt und Kurse in Mediation gibt. „Ja, das ist mir ein besonderes Anliegen und macht mir auch sehr viel Spaß.“

Aufmerksam hörte ich zu und plötzlich kam mir ein Gedanke, den ich auch sofort in die Tat umsetzte.

Deshalb fragte ich: „Frau Professor Geissler, ist es möglich, wenn keine Fragen mehr sind, dass Sie mit uns meditieren?“

„Ja, wenn Sie und die anderen das wollen, gerne.“ „Wollt Ihr das?“, fragte ich in die Runde, sofort gingen die Daumen hoch.

„Ich werde nochmals auf Ihr Angebot am Ende zurückkommen, Frau Professor.“ Sie lachte und meinte: „Tun sie das!“

Doch zuvor bekam jeder der Teilnehmer die Gelegenheit, seine Fragen zu dem heutigen Thema loszuwerden.

Folgende Bereiche wurden angesprochen:

Was ist besser, - CT oder MRT?

Wie wird vermessen bzw. wie wird ein Tumor vermessen?

Was bedeuten 1,2 oder 5 mm Vergrößerung, wo liegt die Toleranzgrenze?

Braucht es zu jedem MRT oder CT eine Kontrastmittelgabe?

Gibt es besondere bildgebende Verfahren für die Bauchspeicheldrüse?

Wie genau sind die heutigen CT-, MRT-Bilder?

Macht es einen Unterschied, welches Gerät und wie alt es ist?

Kann man einen Tumor sofort erkennen?

Wie lang braucht ein Mediziner, bis er die Bilder eindeutig deuten kann?

Was kann man machen, wenn man im MRT Platzangst hat?

Wie oft sollte ein CT oder MRT gefahren werden?

Was macht das Kontrastmittel mit mir?

Welchen Stellenwert hat das PET-CT?

Sieht man auf den Bildern eine Gallengangs-Erweiterung?

Kann man einen bösartigen Tumor erkennen?

Warum sieht man kleine Tumore oftmals nicht?

Tumormarker steigt und steigt, doch im CT und MRT sieht man nichts, warum?

Ab wann können die Bilder Klarheit geben?

Auf all diese Fragen gab es ausreichende, verständliche und klare Antworten und da ich spürte, dass die Teilnehmer keinen Bedarf mehr hatten, kam ich wieder zurück auf die eingangs zur Sprache gekommenen Themen: Gelassenheit, Klarheit, Angst, Sorgen und Nöte.

„Ja, Frau Professor Geissler, jetzt sind Sie gefordert“, sagte ich, und sie ging auch sogleich darauf ein.

„Bevor ich mit Ihnen eine Übung, die ca. 5 Minuten dauert, mache, möchte ich Ihnen allen etwas mit auf den Weg geben. Wenn Sie wieder Angst, Sorgen oder Not haben, weil Ihnen Klarheit fehlt oder weil die Situation ist, wie sie ist, gehen Sie in sich und spüren Sie, dass nicht alles in Ihrem Körper krank ist, sondern spüren Sie, dass noch ganz viel in Ihrem Körper gesund ist. Geben Sie diesem gesunden Teil Ihre volle Aufmerksamkeit und schöpfen Sie daraus Kraft.“

Dann bat sie uns, eine Haltung einzunehmen, die für jeden individuell die bequemste ist. Wer möchte, konnte die Augen schließen und sich diesen 5 Minuten ganz hingeben.

In einem ruhigen und liebevollen Ton begann sie die Meditation, eine Atembetrachtung, in der der Körper, von den Füßen bis zum Kopf, wahrgenommen wurde. Jeder Teil unseres Körpers entspannte sich und es schien, als seien wir alle in eine andere Welt von Ruhe und Geborgenheit abgetaucht. Der Alltagsstress, Angst und Sorgen hatten in diesem Augenblick keinen Platz.

Es war noch nie so still wie an diesem Tag in der Online-Gruppe.

Mit der leisen Aufforderung: „Jetzt öffnen wir wieder die Augen“ kamen wir zurück. Alle streckten sich und zeigten ihre Daumen hoch. Doch sprechen konnten wir alle noch nicht, wir mussten uns erst wieder sammeln.

Dann verabschiedete sich Frau Professor Geissler mit den Worten: „Ich wünsche

Ihnen alles Gute und bleiben Sie gelassen. Ich komme wieder, wenn Frau Stang mich braucht.“

In der Zwischenzeit war es kurz vor 18:00 Uhr, ich wollte nichts Großes mehr anfangen, denn auch ich war irgendwie ruhig und müde geworden.

Ich spürte, alle Teilnehmer waren zufrieden und hatten heute viel mitnehmen können, - es war eine außergewöhnliche Gruppe, - eine Nachfrage war nicht mehr notwendig.

Anschließend sprachen wir noch über dies und das, dabei erzählte ich auch, dass es in der nächsten Zeit Änderungen bei TEB e. V. geben wird. Wenn alles soweit geklärt ist, werde ich vielleicht in der nächsten Gruppe schon Näheres dazu sagen können.

Damit waren alle einverstanden und zufrieden und wir verabschiedeten uns für diesen Nachmittag.

Katharina Stang
(Moderation/Gruppenleitung)

Rückmeldungen:

Guten Morgen Frau Stang,

vielen Dank, dass sie uns in die Online-Gruppe aufgenommen haben, an der wir gestern zum ersten Mal teilgenommen haben. Wenn wir mit der Technik noch besser vertraut sind, werden wir uns bestimmt auch besser einbringen können.

Das Meeting (der Austausch untereinander) war sehr informativ und vor allem verständlich und hat gezeigt, dass man mit seinen Sorgen nicht alleine ist. [.....]

Viele Grüße aus S. und ein schönes Wochenende

B.D.