

PEPO AKTUELL 005 /2023

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e. V.
Regional Gruppe Rostock

Selbsthilfeheimat für
Polyneuropathie Betroffene

PEPO



Treffen der Selbsthilfegruppe Polyneuropathie Rostock im Februar 2023 (Kurt Podstata)

Unsere Selbsthilfegruppe trifft sich regelmäßig immer am 3. Montag im Monat um 14.45 Uhr im Haus der Landeskirchlichen Gemeinschaft Rostock-Bad Doberan, Hundertmännerstraße 1.

So auch am 20. Februar. Zwei Teilnehmer hatten sich vorher entschuldigt, acht weitere waren anwesend, um sich über ihre Probleme, aber auch über das Erlebte in den vergangenen vier Wochen auszutauschen.



Ein Teilnehmer berichtete, dass er demnächst eine Kur in Tessin, einer Stadt im Landkreis Rostock in Mecklenburg-Vorpommern antreten wird und sich deshalb schon für das nächste Treffen entschuldigen möchte. Nach Information im Internet widmet sich diese Klinik der rehabilitativen Behandlung alter Menschen. Neben der eigentlichen Hauptdiagnose (z. B. Schlaganfall, Hüftgelenks-OP) gilt es insbesondere, die oft große Anzahl weiterer vorhandener Begleiterkrankungen zu berücksichtigen (z. B. Bluthochdruck, Diabetes, Herzerkrankungen usw.). Ziel der geriatrischen Rehabilitation ist es, den Patienten wieder ein selbstbestimmtes Leben in der

PEPO Aktuell

Häuslichkeit zu ermöglichen und Behinderungen oder Alterseinbußen zu mindern. Wir wünschen dir einen angenehmen Aufenthalt und gute Erfolge bei der Bewältigung der Therapien.

Ein weiterer Teilnehmer berichtete, dass zu seiner Polyneuropathie eine weitere Diagnose gestellt wurde – Parkinson. Der Arzt sieht zwischen beiden Krankheiten einen Zusammenhang. Parkinson ist eine Erkrankung, die vom zentralen Nervensystem (Gehirn und Rückenmark) ausgeht und Polyneuropathie ist im peripheren Nervensystem wirksam. Meine Recherchen ergaben, dass es bis jetzt noch keinen eindeutigen Nachweis gibt, ob ein Morbus Parkinson das Risiko für eine Polyneuropathie (PNP) erhöht, oder umgekehrt.

<https://www.neuro-depesche.de/nachrichten/polyneuropathie-mehr-als-doppelt-so-h-ufig/>

Großes Interesse fand die Bekanntgabe, dass die Diagnosen G 61.8, CIDP und G61.0 GBS in die Diagnoseliste langfristiger Heilmittelbedarf der Heilmittelrichtlinie aufgenommen wurden. Entsprechende Handzettel mit den gesetzlichen Grundlagen wurden an die Teilnehmer ausgehändigt.

Ich berichtete über die Teilnahme am Kurs „Gesund und aktiv mit chronischer Krankheit leben“, der mir von der Rostocker KISS vorgeschlagen wurde und ich mich bereiterklärt habe, teilzunehmen. Per Videotelefonie treffen sich einmal pro Woche Betroffene mit unterschiedlichen chronischen Krankheiten, die auch anhand von praktischen Übungen und Hinweisen erfahren, wie man mit chronischer Krankheit gesundheitsbewusst leben kann. Am meisten hat mir bisher die Arbeit mit dem Handlungsplan geholfen, meinen Zustand stabil zu halten, konkret, durch wöchentliche Zielstellungen von Laufstrecken erhalte ich meine Beinmuskulatur. Wir lernten, einen Handlungsplan zu erstellen, den Handlungsplan umzusetzen, die erzielten Ergebnisse zu überprüfen und falls notwendig, Anpassungen vorzunehmen. Anhand eines Handlungsplanes kann man die Leistungsfähigkeit trainieren, den Zustand mindestens erhalten und manchmal auch

PEPO Aktuell

verbessern. Wie ich einen Handlungsplan erstelle sowie ein Beispielplan und einen selbst erstellten Vordruck werden als Anlage für Interessenten zu diesem Bericht mitgegeben.

Da einige Mitglieder bereits in einen Grad Schwerbehinderung eingestuft sind, andere darüber noch keine Informationen hatten, wurde aus einem PEPO REPORT ein Auszug kopiert und verteilt „Polyneuropathie: Eine Schwerbehinderung ist möglich und gerechtfertigt“.

Für alle Teilnehmer war es wieder ein Nachmittag mit interessanten Themen und Zeit zum gemeinsamen Austausch. Das nächste Treffen findet am gleichen Ort am 20.03.23 um 14.45 Uhr statt.

Im Nachgang bin ich wieder einmal auf ein neues Video aus der NDR-Serie „Visite“ zum Thema Polyneuropathie gestoßen:

<https://www.ardmediathek.de/video/visite/polyneuropathie-symptome-diagnose-und-behandlung/ndr/Y3JpZDovL25kci5kZS85YTQxND-FkMC0zNThmLTQ1ZjktOWVjNS00NWewZDZjNWNiMjY>

Erhaltet bitte, soweit es geht eure Gesundheit, damit wir uns alle im beginnenden Frühling wiedersehen können.

Kurt Podstata

Kurt Podstata (Gruppensprecher) 72 Jahre, wohnt im Kreis Bad Doberan in der Nähe von Rostock, 2 Kinder, 4Enkel, geschieden, in Partnerschaft lebend, im vergangenen Berufsleben bei der damaligen Deutschen Post den Beruf des Fernmeldemechanikers erlernt und danach vom Studium bis zur Rente als Diplomingenieur im Fernmeldewesen gearbeitet, PNP (CIDP) wurde vor 7 Jahren diagnostiziert



PEPO Aktuell

Rückfragen an:

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.

info@polyneuro.de

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.

PNP Hauptverwaltung / Zentrale

Carl-Diem-Str. 108

41065 Mönchengladbach

Telefon: 02161 / 480499

www.polyneuro.de

PNP Geschäftsstelle Bundesverband

Im AWO-ECK

Brandenberger Str. 3 – 5

41065 Mönchengladbach

Telefon: 02161 / 8277990

www.polyneuro.de

PNP Geschäftsstelle Landesverband NRW

(Nordrhein-Westfalen)

Speicker Str. 2

41061 Mönchengladbach

Telefon: 02161 / 8207042

www.selbsthilfe-pnp.de

PNP Geschäftsstelle Landesverband Sachsen

GBS CIDP PNP Landesverband Sachsen

Rembrandstr. 13 b

09111 Chemnitz

Telefon: 0371 / 44458983

www.pnp-gbs-sachsen.de



PLASMA Spende rettet Leben