



Polyneuropathie-Selbsthilfegruppe Rostock

Niederschrift über das 3.Treffen der Selbsthilfegruppe Polyneuropathie

Am 18.07.2022 kamen im Gemeindehaus der Landeskirchlichen Gemeinschaft Rostock-Bad Doberan in Rostock in der Zeit von 15.00 bis 16.15 Uhr 10 Frauen und 3 Männer zusammen, um sich über ihre Krankheit und die daraus folgenden Probleme auszutauschen.

Nach der Begrüßung wurde an die Regeln erinnert:

- jede/r kann zu Wort kommen, keiner muss,
- jede/r spricht nur über eigenes Erleben oder seine Erfahrungen, nicht was sie/er von anderen gehört hat, Erfahrungen oder Berichte aus der Presse sind mitzubringen
- es spricht nur eine/r
- nichts aus der Gruppe heraustragen, alles Gesprochene bleibt im Raum
- wir sagen „Du“

Bei anschließenden „Blitzlicht“ sagte jedes Gruppenmitglied kurz, wie es ihr/ihm seit der letzten Sitzung ergangen ist, wie sie/er sich gerade fühlt und ob sie/er heute über etwas Bestimmtes sprechen will. Zwei Teilnehmer durften aus einer Box jeweils ein Los ziehen, auf dem ein Selbsthilfespruch zu lesen war und darüber sprechen, ob dieser für sie und ihn zutreffend ist.

Überwiegend wurde bei diesem Treffen über die Einnahme bzw. Nichteinnahme von Medikamenten gesprochen. Mehrere Betroffene

PEPO Aktuell

haben Probleme mit den ihnen verschriebenen Medikamenten, in vielen Fällen waren die Nebenwirkungen größer als der Nutzen, daher wurden diese abgesetzt bzw. durch andere ersetzt. Aber auch hier traten wieder verstärkt Nebenwirkungen auf, die zum Absetzen führten. Bis auf den Gruppensprecher werden keinem Betroffenen Immunglobuline verabreicht.

Damit die Betroffenen in Bewegung bleiben, aber nicht jeder noch selbstständig freihändig stehen kann, wurde nach ca. 30 Minuten eine Gymnastikübung im Sitzen (Chairobic) durchgeführt, die mit großer Zustimmung angenommen wurde, Dauer: 3 Minuten. Anleitungen dafür findet man bei YouTube unter GBS-CIDP Canada.

Ein Apotheker, der über mögliche Medikamente bei Polyneuropathie sowie über die Wirkung gegenüber anderen Medikamenten informieren kann und auch über Nebenwirkungen, wurde bereits bei der letzten Zusammenkunft benannt und durch den Gruppensprecher angeschrieben. Auf Antwort des Apothekers wird noch gewartet.

Die Teilnehmerliste mit Namen, Telefonnummern und E-Mail-Adressen, die nur zum Zweck der internen Kommunikation durch den Gruppensprecher genutzt wird, wurde ergänzt.

Das nächste Treffen findet am 15.08.22 am gleichen Ort bereits um 14.45 Uhr statt.

Kurt Podstata (Gruppensprecher) 72 Jahre, wohnt im Kreis Bad Doberan in der Nähe von Rostock, 2 Kinder, 4 Enkel, 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



**Nächstes Treffen zum Erfahrungsaustausch
am 15. 8. 2022 bereits um 14:45 Uhr**

**im Haus der Landeskirchlichen Gemeinschaft
Rostock, Hundertmännerstraße 1**

**Um Anmeldung wird gebeten unter:
0381 490 49 25**

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

