Serie: Selbsthilfegruppen kennenlernen

Wenn das Herz stolpert und rumpelt

Die Selbsthilfegruppe Gerinnungs- und Herzklappenpatienten Regensburg und Umgebung stellt sich vor und lädt Betroffene herzlich zu ihren Treffen ein.

Krank am Herzen sein, was bedeutet das eigentlich? Wenn das Herz nicht mehr ruhig und unauffällig seinen Dienst tun kann, löst dies oft große, lebensbedrohliche Ängste aus.

Krank am Herzen - man braucht also Hilfe und bekommt diese professionell: Ärzte, Medikamente, Krankenhaus, Operation. Und nach allen überstandenen medizinischen Behandlungen und Eingriffen steht man mit seinen seelischen Belastungen da wie am Anfang und fragt sich: Was nun?

Denn erst jetzt, nachdem man nach einer intensiven Behandlungsphase langsam zur Ruhe kommt und versucht, sich wieder in den Rhythmus des Alltags einzugliedern, kommen neue Herausforderungen. Sich in der normalen Lebenssituation, wie sie vor der Erkrankung war, wieder zurechtzufinden bedeutet gerade jetzt, alle Bereiche einem Stresstest zu unterziehen und ehrlich zu betrachten, ob das so weitergehen kann wie vorher. In unserer leistungsorientierten Gesellschaft ist es aber schwer, eine neue gesundheitserhaltende Lebensweise zu entwickeln. Alles drängt darauf, das alte Leben einfach wieder fortzusetzen.

Fragen und Ängste entstehen, die einen ratlos machen, mit denen man nicht umgehen kann und die man nicht zu beherrschen vermag. Auch wenn Familie und Freunde in der akuten Krankheitsphase stets bemüht waren, Halt und Stütze zu sein, sind die gesunden Menschen überfordert, wenn sie sich in den Kranken oder Genesenden hineinversetzen soll. Gegen das erleichterte „Jetzt bist Du ja wieder gesund!" lässt sich auch ganz schwer mit Ängsten und Einwänden erwidern. Man scheut sich, mit den Nahestehenden die krankheitsbezogenen Sorgen zu teilen, denn man will ja selbst guter Hoffnung sein.

Nur jemand mit gleicher Erfahrung, jemand der selbst betroffen ist und um alle Überlegungen, Nöte und Fragen weiß, ist in der Lage ein echter Gesprächspartner zu sein, wenn nicht sogar Helfer und Ratgeber. Diese Menschen trifft man in einer Selbsthilfegruppe. Hier kann man sich austauschen, aus den Gesprächen lernen, aufmerksame Zuhörer finden, Fragen klären. Man fühlt sich verstanden und ernst genommen und in der Gemeinschaft der Gruppe gut aufgehoben und unterstützt.

In Regensburg gibt es schon seit einigen Jahren eine Selbsthilfegruppe für Träger mit künstlichen Herzklappen und Patienten mit herabgesetzter Blutgerinnung. Wenn Sie zum Kreis dieser Betroffenen gehören und Interesse an uns haben: Rufen Sie an oder kommen Sie zum nächsten Gruppentreffen vorbei. Selbsthilfe heißt: Wir helfen uns selbst und wir können auch Mithilfe gebrauchen! Wir sind jederzeit offen für Menschen, die sich unserer Gruppe anschließen wollen.

Die Gruppe trifft sich einmal monatlich, meistens am 3. Freitag im Monat um 19 Uhr im Rückgebäude des BRK (im COM Klub), Hoher Kreuzweg 7 /Ecke Straubinger Straße.

Näheres erfahren Sie bei
Herrn Kamann: 09404-8928 oder
Herrn Leikauf 09453-1356
oder bei
KISS Regensburg,
0941- 599 388 610.