

Wann und wo treffen wir uns

Wann:

Jeden ersten Donnerstag im Quartal um 19:00 Uhr
- im Januar, April, Juli und Oktober

Wo:

Asklepios Fachklinik Der Fürstenhof
Großer Vortragsraum
Brunnenallee 39 - 34537 Bad Wildungen

Tel.: (0 56 21) 704-0 - Fax: (0 56 21) 704-4132
e-Mail: fuerstenhof.badwildungen@asklepios.com

Die Termine werden zusätzlich in den ortsbekanntesten
Medien veröffentlicht. Terminänderungen & Informationen
finden Sie im **Schlaf-Atemzentrum** in Bad Wildungen

Adressen

Ansprechpartner der SHG Gruppe:

Albrecht Grünthal
Montag bis Freitag: 12:00 - 18:00 Uhr
Tel.: (0 56 21) 9 01 91 31
eMail: albrecht.gruenthal@gmail.com

mit Unterstützung der Asklepios Kliniken Bad Wildungen

Schlaf-Atemzentrum

AGZ - Asklepios Gesundheitszentrum

Dr. med. (I) Aggi Neumann-Schiebener
Chefärztin Pneumologie
Laustraße 30
34537 Bad Wildungen
Tel.: (0 56 21) 795-27 30
Fax: (0 56 21) 795-27 31
www.asklepios.com/badwildungen



Kliniken Bad Wildungen

Gemeinsam für Gesundheit www.asklepios.com

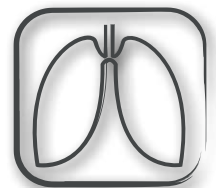


Eine Selbsthilfegruppe stellt sich vor

ATEMWEGS- ERKRANKUNGEN

"COPD"

Stand 02/2016



Atemwegserkrankungen

Der aktuelle Stand der Medizin klassifiziert ca. 30 verschiedene Arten von Atemwegserkrankungen - die Infektionen nicht eingeschlossen.

Als Laien sind uns vor allem folgende Erkrankungen bekannt:

- Bronchitis
- Lungenentzündung
- Lungenkrebs
- Asthma
- Schlafapnoe
- COPD (Chronisch obstruktive Atemwegserkrankung)

Die häufigsten Symptome der COPD

- Halsschmerzen und Heiserkeit
- Husten
- Vermehrte Schleimbildung und Auswurf
- Atemnot - teilweise begleitet von Panik

Was nun?

Chronische Atemwegserkrankungen gehören heute zu den Volkskrankheiten und sind weit verbreitet. Häufig führen diese Erkrankungen zum Tod. Vermehrt betroffen sind Raucher.

Aber: Mit der qualifizierten Diagnose mit Lungenfunktionsüberprüfung und einer patientenspezifischen Therapie, unterstützt durch ein gutes soziales Umfeld, kommt Hoffnung auf.

Hier kann eine Selbsthilfegruppe eine sehr gute Stütze sein.

Warum eine Selbsthilfegruppe COPD?

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist meist geprägt durch drei Motive:

- Leidensdruck
- Mangelnde Akzeptanz
- Hoffnung

Warum eine Selbsthilfegruppe COPD?

Wenn die Luft knapp und eine COPD diagnostiziert wird, sind Veränderungen angesagt. Die Einschränkungen im Alltag kommen schleichend aber bleibend. Noch ist die Krankheit nicht zu heilen, aber mit einer qualifizierten Therapie und einem gutem Maß an Eigeninitiative sieht alles gar nicht so traurig aus.

Wichtig ist: Ich bin betroffen und lerne, damit zu leben. Und das muss nicht immer dramatisch sein.

Besonders Männer haben das Problem, sich mit Leistungsminderung anzufreunden. Wer in einem stabilen Umfeld lebt, wird immer auf Verständnis treffen. Und wer diese Hilfe nicht hat, wird in der Selbsthilfegruppe aufgefangen und wird auf Verständnis und Akzeptanz treffen. Das bringt Sicherheit im Alltag. Sie können bei Bedarf über Ihre Erkrankung selbstbewusst berichten und den "Unwissenden" Transparenz verschaffen - das stärkt Ihr Selbstbewußtsein. In unserer Selbsthilfegruppe treffen Sie auf Mitstreiter, die Sie verstehen. Der Erfahrungsaustausch mit Betroffenen und Angehörigen, gepaart mit Fachinformationen durch Ärzte und Apotheker, nehmen der Erkrankung mehr und mehr den Schrecken.

Also: Willkommen im Club

Unsere Ziele

Die Gruppenmitglieder können:

- sich gegenseitig Mut machen und sich entsprechend unterstützen - Partnerberatung
- sich untereinander für Veränderungen in ihrem Verhalten motivieren
- sich konkrete Hilfestellungen für die Umsetzung von geplanten Verhaltensänderungen bieten
- lernen, eigenverantwortlich und aktiv zu handeln
- sich konstruktiv über eigene Unsicherheiten und Ängste austauschen
- durch die Gruppe lernen, im Alltag besser zurecht zu kommen (z. B. Kritik üben, zuhören lernen, Gefühle mitteilen)
- Partnerschaft mit Ärzten und Heilmittelherstellern zur Optimierung der Therapie