



## 31. Gesprächskreis Regionalverband Kurpfalz

Kliniken Schmieder Heidelberg

24.04.2023

### ***""Krankheitsverarbeitung""***

***"Was hat mir seit der Erkrankung geholfen und worum sollte ich mich noch bemühen?" - Eine Aussprache in kleinen Gruppen.***

***Begleitende Expertinnen:***

***Frau Dr. Schülin (Neurologin) und Frau Kullack (Neuropsychologin)***



Kliniken Schmieder Heidelberg

Wieder ein Gesprächskreis in Präsenz! - In der Öffentlichkeitsarbeit wurden wir erneut von der Rhein-Neckar-Zeitung (RNZ) unterstützt. Hier die Überschrift der Pressemitteilung:



Nach Vorstellung von Frau Dr. Schülin und Frau Kullack bildeten wir kleine Gruppen, wegen der Unterschiedlichkeiten, getrennt nach GBS, CIDP und Polyneuropathie. Als Impuls für die Gespräche hörten die Betroffenen – und teils Angehörige – eine Kurzfassung der GBS-Erkrankung von „Jochen“, die reichlich Ansatzpunkte für Krankheitsverarbeitung bot.

*Jochen kommt nach etwas mehr als 8 Wochen Akutklinik und Reha durchaus mit Optimismus wieder nach Hause. Aber die kalte Dusche. Aus dem erhofften Neustart daheim nach der Reha wird aber erst mal nichts, denn Jochen ist über etliche Wochen nur erschöpft und Schmerz und Strumpffgefühl in den Beinen wird nicht weniger, genau wie der Schmerz in den Händen.*

*An Physio im Ort ist wegen der Erschöpfung – ganz ähnlich einer Fatigue - nicht zu denken. Nach einer Reihe von Tagen verlässt Jochen mal wieder das Haus mit Gehstock – es gibt eine kleine Besserung.*

*Kleinste Fortschritte ziehen sich über Wochen hin. Die Willenskraft ist da, doch nichts läßt sich zwingen. Leichte depressive Phasen lassen nach.*

*Dann ein Durchbruch. Radfahren, mit dem Damenrad der Ehefrau, geht wieder. Wochen danach auch Autofahren und Radfahren mit dem eigenen Rad. Erfolge geben Bestärkung und Motivation. Der Höhepunkt der Entwicklung sind die ersten Waldläufe (Sport von früher) mit Gehpausen und erst mal mit dem Gedanken, hoffentlich sieht mich keiner wegen dem Torkelgefühl. Aber eine Quälerei und auch nach Monaten kein Vergleich zu früheren Zeiten. Die Einsicht dämmert Jochen, er muss mit dem zufrieden sein, was geht, auch mit Blick auf andere, die eine solche Entwicklung nicht haben.*

*„Krankheitsverarbeitung“? Zweifellos eine wirkliche Herausforderung! Da legt niemand einen Schalter um und dann ist alles wieder wie vorher. Zeit, Geduld mit sich und anderen, Ausdauer ist beispielsweise gefordert. Wer (Rest)symptome hat, weiß, es geht mal besser oder schlechter, seine Einschränkungen zu ertragen.*

So eingestimmt waren die Gruppen sehr schnell im Gespräch.





- Schlafmittel?
- Neue Therapieansätze bei GBS?
- Polyneuropathie – Welche Vorerkrankungen können die PNP auslösen? - Ernährung – Kaffee? Beine taub, Hände beginnend, Pregabalin?

Die intensive Beantwortung und die damit verbundenen Beiträge und Nachfragen führten dazu, dass die Zeit rasch verging. Nach etwa 1 ¾ Stunden waren wir rasch einig, das Treffen zu beenden und die Unterthemen „Was hat mir seit der Erkrankung geholfen?“ sowie „Worum sollte ich mich noch bemühen?“ bei einer nächsten Möglichkeit wieder aufzunehmen (die Kärtchen sind dokumentiert), auch hoffentlich erneut in Präsenz.

Zum Schluß etwas Information über Pläne und Termine für 2023:

- REHAB 15. - 17.06.23, Karlsruhe
- Informationsstand beim Klinikum Mannheim (UMM) 18.10.2023
- Online-Vortrag Prof. Dr. Dr. Schubert, „Psychoneuroimmunologie“ - 23.10.2023.

Mit den besten Grüßen aus der Kurpfalz  
und ... bleiben Sie auch im Sommer 2023 gesund und virenfrei!  
Hans Steinmassl