

Gegen chronische Schmerzen: Die Gruppe „Morbus Sudeck“



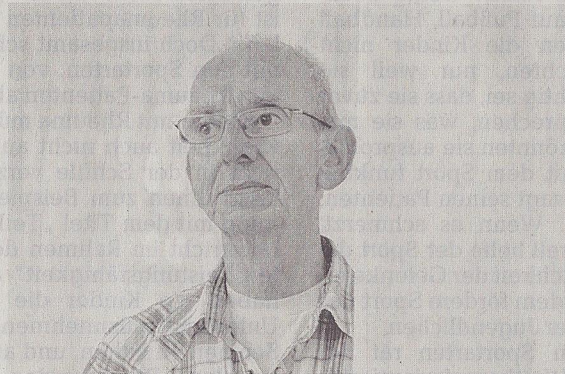
Frank Bergs hat die Selbsthilfegruppe „Morbus Sudeck“ gegründet.
FOTO: FRANK THOMAS KOCH

An Morbus Sudeck erkrankte Menschen leiden zu meist unter zwei Dingen: Zum einen haben sie Schmerzen – starke Schmerzen, die in der Regel ein Leben lang anhalten. Zum anderen wissen sie oftmals nicht, an wen sie sich mit dieser weniger bekannten Krankheit wenden sollen. Aus diesem Grund hat Frank Bergs im vergangenen Jahr die Selbsthilfegruppe „Morbus Sudeck“ in Bremen gegründet. „Morbus Sudeck ist eine Störung der Nerven, tritt nach Brüchen auf und führt zu Einschränkungen der Bewegung“, erklärt Bergs. Meistens seien Hände und Füße betroffen. „Bis heute ist nicht vollständig geklärt, was diese Krankheit auslöst.“ Außerdem sei eine vollständige Heilung nur selten der Fall. Bergs bekam die Krankheit vor zwei Jahren nach einem Sportunfall. „Meine Wunden heilten, doch die Schmerzen blieben“, sagt er.

„In der Selbsthilfegruppe bekommen Betroffene Informationen, wo ihnen geholfen werden kann“, sagt Bergs. An Morbus Sudeck Erkrankte müssten mit speziellen Ergotherapien und Medikamenten behandelt werden. „Nur wenige Ärzte in Deutschland sind darauf spezialisiert.“ Erfahrungen mit ihnen seien ein Thema der Gruppe. Eines ihrer wichtigsten Anliegen: die gegenseitige Ermutigung. „Mittel wie Morphin lindern den Schmerz, doch trüben den Alltag“, berichtet Bergs. Eine permanente Müdigkeit sei die Folge, manchmal komme es auch zu Depressionen. „Dennoch treten wir der Krankheit positiv entgegen“, sagt er, „demnächst auch außerhalb unseres festen Termins zu einer Tasse Kaffee.“ Die Gruppe kommt alle zwei Monate an jedem ersten Montag in der Faulenstraße zusammen. Eine Anmeldung zu den Terminen ist gewünscht. (AOJ)

Kontakt unter Telefon 70 45 81 oder www.sudeckselbsthilfe.de

Suchtkranke und Angehörige: Der „Kreuzbund“ hilft



Die Gruppe St. Ursula des „Kreuzbundes“ wird von Uwe Stuwe geleitet.
FOTO: FRANK THOMAS KOCH

Tabletten, Cannabis und Alkohol können Menschen kurzfristig den körperlichen oder seelischen Schmerz nehmen. Langfristig führen sie in eine Sucht und gefährden Gesundheit, das Familienleben und den Arbeitsplatz. Darüber reden Suchtkranke und Angehörige in den Selbsthilfegruppen des „Kreuzbundes“. Der bundesweite Verband hat zehn Gruppen in Bremen. Neben Stadtteilen wie Walle und die Neue Vahr trifft sich eine von ihnen jeden Mittwoch in der Schwachhauser Heerstraße. Seit neun Jahren leitet dort Uwe Stuwe die Gruppe St. Ursula.

„Süchtige können ohne die Gespräche in der Selbsthilfegruppe nicht aus ihrer Situation herauskommen“, sagt der 67-jährige. „Angehörige wollen bei uns erfahren, wie sie mit den Betroffenen umgehen sollen.“ Einsamkeit sei der wohl häufigste Grund, der in die Sucht führe, sagt Stuwe, der selbst viele Jahre Alkohol getrunken hat. Um dem Alleinsein entgegenzuwirken, bietet der „Kreuzbund“ auch Tagestouren an. „Wir gehen zum Beispiel gemeinsam Kohl-, Spargel- oder Pufferessen.“ Das sei wichtig, damit Freundschaften entstünden. „Es sollen viele positive Dinge mit der Gruppe verbunden werden“, so Stuwe.

Die Betroffenen lernten nicht nur aus ihren Suchterfahrungen voneinander, sondern seien auch im Alltag füreinander da. „Zum Beispiel, wenn einer von uns zu einer Therapie begleitet werden möchte.“ Die „absolut zufriedene Abstinenz“ sei das Ziel des „Kreuzbundes“, sagt Stuwe. „Denn selbst nach Therapien und etlichen Jahren der Enthaltsamkeit sind Rückfälle keine Seltenheit.“ Betroffene können jederzeit ohne Voranmeldung zu den Treffen des „Kreuzbundes“ kommen. (AOJ)

Kontakt unter Telefon 38 09 035 oder info@bremen.kreuzbund.net

Hochbegabte Kinder: DGhK unterstützt Eltern



Martina Rosenboom setzt sich für Eltern hochbegabter Kinder ein.
FOTO: FRANK THOMAS KOCH

Jeden ersten Dienstag im Monat trifft sich die Elterngruppe der „Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind“ (DGhK) in der Bremer Innenstadt. „Überforderte Kinder haben die gleichen Probleme wie unterforderte“, weiß Martina Rosenboom, Leiterin der Selbsthilfegruppe. Die 50-Jährige ist selbst Mutter eines hochbegabten Kindes. Für Außenstehende scheinen die besonderen Fähigkeiten erst einmal positiv: Die Betroffenen können schneller denken, sich Dinge besser merken. Ob Mathe, Deutsch oder Englisch – je nach Interesse werden sie schon in der Schule zu Experten. Aber eben diese Sonderstellung hat nicht nur gute Seiten: „Die Hochbegabten werden oft von den anderen Schülern ausgegrenzt und langweilen sich über die Aufgaben ihrer Lehrer.“

Neben den Lehrern müssen sich auch Eltern auf eine besondere Weise den Kindern zuwenden: „Hochbegabte stellen viele Fragen“, sagt Rosenboom, „das ist kein einfacher Alltag für die Eltern.“ Dazu bekämen sie den Neid von Nachbarn, Freunden und Bekannten zu spüren. „Die Fähigkeiten der Kinder erzeugen oft Missgunst.“ Dagegen würden ihre Probleme meistens belächelt.

In der DGhK sprechen Eltern offen über Themen wie den Umgang mit den Kindern und der Schule. Damit sich auch die Hochbegabten kennenlernen, werden Ausflüge und Veranstaltungen organisiert. „Spielenachmittage, Museumsbesuche oder Workshops – wir machen alles, was Kinder und Eltern gleichermaßen interessiert“, so Rosenboom. Zu den Treffen des DGhK sind alle Eltern eingeladen, die eine Hochbegabung ihres Kindes vermuten. „Ein psychologisches Gutachten brauchen wir nicht.“ (AOJ)

Kontakt unter Telefon 0 44 31 / 70 86 14 oder im Internet unter bremen@dghk-nds-hb.de