

20 Jahre Selbsthilfegruppe Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Friedrichsdorf / Karben

Im Jahr 1992 entwickelte sich aus einer Hand voll Gleichgesinnter unsere Selbsthilfegruppe. Einige der Gründungsmitglieder waren an Morbus Crohn, andere an Colitis ulcerosa erkrankt. Die einen kamen aus Friedrichsdorf im Hochtaunuskreis und die anderen aus Karben im Wetteraukreis. Das erklärt, wie es zu dem komplizierten Namen kam.

Unsere Beschwerden gehören zu den chronisch entzündlichen Darmerkrankungen, kurz CED genannt, und treten in erster Linie mittels Durchfall und Bauchschmerzen in Erscheinung. Eine ganze Reihe von Nebenerkrankungen können hinzukommen. Das alles hat eine enge Verbundenheit mit dem „stillen Örtchen“ zur Folge. Aktivitäten jedweder Art, sei es im Alltag oder in der Freizeit, können durch die daraus resultierende verminderte Leistungsfähigkeit immer wieder zu einem Kraftakt werden.

Aber das Leben hat viele Facetten und zwischen den nicht so guten Phasen gibt es auch immer wieder Zeiten, in denen unser Darm friedlich ist. Zwischen den akuten Schüben fühlen wir uns wieder in der Lage, zumindest kleine Bäume auszureißen.

Diese Vielfalt der Befindlichkeitszustände macht den Kern unserer Selbsthilfegruppe aus. Die akut Erkrankten werden von den schubfreien Mitgliedern aufgerichtet. Andererseits werden die zeitweilig Wohlbefindlichen daran erinnert, dass es auch immer wieder schlechte Zeiten geben kann und man jeden Tag des Sich-Gesund-Fühlens bewusst genießen sollte. Man weiß nie, wie lange es dauert, bis die nächste Entzündungsphase beginnt, wie schwer sie verläuft und wie lange sie andauert.

Aus dem Gründungsteam von damals sind drei Personen der Gruppe bis heute treu geblieben. Andere sind in den folgenden Jahren hinzugekommen.

Gelegentlich interessieren sich neue Leute für uns. Wir laden sie ein, an einem unserer regelmäßig stattfindenden Treffen teilzunehmen. So kann jeder Gast herausfinden, ob er sich bei uns wohl fühlt und sich vielleicht sogar der Gruppe anschließen möchte. Auf diesem Weg konnten wir zwei junge Mitglieder gewinnen. Nun mischt sich frischer Wind mit einschlägiger Erfahrung.

Im Verlauf der letzten 20 Jahre hat es in der medizinischen Herangehensweise immer wieder Veränderungen gegeben. Sie bildet die Grundlage für den Gesprächsstoff bei unseren Gruppentreffen. Selbstverständlich bleibt auch der familiäre und private Aspekt nicht außen vor, denn alle Bereiche des Lebens nehmen Einfluss auf unser Befinden. Und wo kann man sich besser die Dinge, die einen bewegen oder bedrücken, von der Seele reden als im geschlossenen Rahmen einer Selbsthilfegruppe.

Nun ist es nicht so, dass wir uns nur zum Reden treffen. Einige Male im Jahr nehmen wir die Gelegenheit wahr, uns mental und körperlich zu stärken. Dazu bitten wir eine Übungsleiterin für Entspannungstechniken in unsere Runde. Sie zeigt uns, wie Übungen im Alltag untergebracht werden können.

Um die Gemeinschaft zu stärken, treffen wir uns beispielsweise an einem Spätherbstnachmittag zu einem Spaziergang für die Bewegung, einem Museumsbesuch für die Kultur und einem anschließenden Beisammensein in einem Restaurant für die Geselligkeit, sofern alle einigermaßen wohlauf sind. Hier finden die Gespräche statt, für die sonst keine Zeit bleibt. Wie geht es den Kindern oder Enkeln? Was macht der Garten? Wohin ist die nächste Urlaubsreise geplant? Und vieles mehr.

Der Dezembertermin bildet den Jahresabschluss mit Kerzenschein, Gebäck und weihnachtlichen Geschichten.

Der aufmerksame Leser wird festgestellt haben, dass bisher keine Namen genannt wurden. Diskretion ist das oberste Gebot. Aber ein Mitglied gibt seinen Namen bekannt, damit Sie mit uns in Kontakt treten können:

Doris Scheich. Ich bin die Kontaktperson der Selbsthilfegruppe Morbus Crohn/Colitis ulcerosa Friedrichsdorf / Karben.

Wenn ich mit diesem Beitrag Ihr Interesse an unserer Gruppe geweckt habe, können Sie unverbindlich telefonisch oder per E-Mail Kontakt zu mir aufnehmen.

Tel.: 0 61 72 / 80 75 04 E-Mail: ced-shg.fdorf-karben@gmx.de

Im Namen aller Mitglieder unserer Gruppe bedanke ich mich für Ihr Interesse und freu mich darauf, Sie kennen zu lernen.

Herzlichst Ihre

Doris Scheich