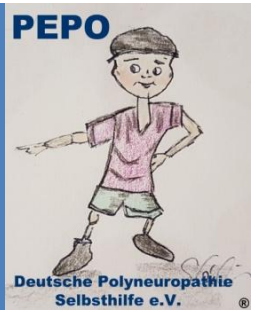
P E P O *AKTUELL*

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.
Regionalgruppe Sauerland Nord

Selbsthilfeheimat für Polyneuropathie Betroffene



GK; Letmathe am 2.7.2026

Der Gesprächskreis war wie immer gut besucht.

Erfahrungsaustausch

Die Teilnehmenden berichteten über ihre Erfahrungen mit Polyneuropathie in den vergangenen vier Wochen. Im Mittelpunkt stand die Frage, wie sich die Hitzeperiode auf das persönliche Befinden ausgewirkt hat. Mehrere Betroffene wiesen auf besonders schmerzhafte Unterschenkel und Füße hin. Als entlastend wurden kalte Wassergüsse in diesen Bereichen beschrieben. Außerdem wurde deutlich, dass die täglichen persönlichen Trainingsprogramme möglichst nicht unterbrochen werden sollten.

Weitere besprochene Themen

- Vitaminhaushalt, insbesondere Vitamin D3 und Lithium. Vorstellung eines Betroffenen mit einem ortsansässigen Diagnoselabor für Blutanalysen.
- Erfahrungsbericht zu einem Vortrag über Polyneuropathie in einer Dortmunder Klinik
- Besuch einer Kneippschen Wassertretanlage

Nächstes Treffen

Das nächste Treffen findet am 6. August 2026 in Letmathe statt.

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e. V.
Regionalverband Sauerland Nord
Rosenstraße 38
58642 Iserlohn
Telefon: 0151 56535121
www.pepos-maerkischer-kreis.de