P E P O *AKTUELL*

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.
Regionalgruppe Sauerland Nord

Selbsthilfeheimat für Polyneuropathie Betroffene

Gesprächskreis Iserlohn - Letmathe am 8.1.26
Bericht und Fotos von Annette L.-K. und Wolfgang W.

Der ursprünglich vorgesehene Vortrag zum Thema „Persönliche Vitaminhaushalte bei Polyneuropathie“, der von einer Referentin aus der Pharmaindustrie gehalten werden sollte, musste wetterbedingt leider kurzfristig abgesagt werden.

Trotz der Absage des Vortrags fand unter den anwesenden Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein lebhafter und informativer Austausch statt. Besonders erfreulich war die Teilnahme von drei neuen Betroffenen, die sich erstmals dem Gesprächskreis anschlossen. Durch die Schilderung ihrer individuellen Beschwerden und persönlichen Erfahrungen bereicherten sie die Runde mit wertvollen Erkenntnissen und trugen so maßgeblich zu einem offenen und konstruktiven Gesprächsverlauf bei.

Im Rahmen der gegenseitigen Vorstellung kamen verschiedene Besonderheiten und Symptome zur Sprache. Auffällig war, dass etwa 90 Prozent der Anwesenden entweder keine Medikamente einnehmen oder diese aufgrund ausbleibender oder unzureichender Wirkung abgesetzt haben. Zwei Teilnehmende, beide deutlich über 70 Jahre alt, berichteten von vermuteten

Spinalproblemen im Rücken, die sich schmerzhaft auf die unteren Gliedmaßen auswirken.
Ein Großteil der Gruppe leidet unter Gleichgewichts- und Gangstörungen. Viele sind deshalb auf Hilfsmittel wie Rollatoren oder Gehstöcke angewiesen, um sich sicher fortzubewegen.
Einigkeit herrschte bei den Teilnehmenden darüber, dass regelmäßige Bewegung und sportliche Aktivitäten eine lindernde Wirkung auf die Beschwerden haben und insgesamt zur Verbesserung des Wohlbefindens beitragen können.
Ein Teilnehmer berichtete zudem von seinen positiven Erfahrungen mit der Anwendung von Biomo Lipon 600. Seine individuellen Erlebnisse mit diesem Präparat könnten für zukünftige Treffen und den weiteren Austausch innerhalb der Gruppe von Interesse sein.
Ein weiterer Teilnehmer schilderte im Verlauf des Gesprächskreises seine positiven Erfahrungen mit Kneippschen Wasseranwendungen. Durch die gezielte Anwendung von kaltem Wasser, wie sie nach der Lehre von Sebastian Kneipp empfohlen wird, konnte er eine deutliche und anhaltende Linderung seiner Beschwerden erzielen. Die regelmäßigen Behandlungen verschafften ihm spürbare Erleichterung und verbesserten das allgemeine Wohlbefinden über einen längeren Zeitraum hinweg.
Ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit in den Selbsthilfegruppen ist die regelmäßige Unterstützung durch den Verband der Ersatzkassen in NRW. Diese finanzielle Förderung ermöglicht es uns, unsere ehrenamtlichen Tätigkeiten aufrechtzuerhalten und die Gruppenangebote kontinuierlich zu gestalten. Ohne diese verlässliche Unterstützung wären die Organisation der Treffen sowie die Durchführung gemeinsamer Aktivitäten in der aktuellen Form nicht realisierbar. Wir danken dem Verband der Ersatzkassen in NRW ausdrücklich für sein nachhaltiges Engagement, das maßgeblich zur Stabilität und Weiterentwicklung unserer Selbsthilfegruppen beiträgt.

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.
PNP-Hauptverwaltung / Zentrale
Carl-Diem-Str. 108
41065 Mönchengladbach
Telefon: NEU: 02161 / 9886196
www.polyneuro.de

PNP-Geschäftsstelle Bundesverband
Im AWO-ECK
Brandenberger Str. 3 – 5
41065 Mönchengladbach
Telefon: 02161 / 8277990
www.polyneuro.de

PNP-Geschäftsstelle Landesverband NRW
(Nordrhein-Westfalen)
Speicker Str. 2
41061 Mönchengladbach
Telefon: 02161 / 8207042
www.selbsthilfe-pnp.de

Regionalverband Sauerland Nord
Rosenstraße 38
58642 Iserlohn
Telefon: 0151 56535121
www.pepos-maerkischer-kreis.de

PNP-Geschäftsstelle Landesverband SACHSEN
GBS CIDP PNP Landesverband Sachsen
Altchemnitzer Str. 27
09120 Chemnitz
Telefon: 0371 / 44458983
www.pnp-gbs-sachsen.de

PNP-Landesverband HESSEN
Karl-Marx-Str. 12
64625 Bensheim
https://pnp-hessen.de

PLASMA spenden rettet Leben