

400 Selbsthilfegruppen in OÖ

Prädikat: wertvoll und für die Gesellschaft unverzichtbar. Das sind die rund 400 Selbsthilfegruppen in Oberösterreich. Sie beschäftigen sich mit Alkoholsucht, Mobbing oder Zöliakie (Glutenunverträglichkeit), aber auch mit Herz- oder Krebserkrankungen sowie Multipler Sklerose. Besonders viele Selbsthilfegruppen gibt es für pflegende Angehörige. All diesen Gruppen ist eines gemein: Es sind Betroffene, die nicht die Hände in den Schoß legen, sondern ihr Schicksal selbst in die Hand nehmen und eine bedeutende Ergänzung zum bestehenden medizinischen, therapeutischen bzw. pflegenden Angebot darstellen.



IM GESPRÄCH Präsident Mag. DDr. Oskar Meggeneder



Wofür stehen Selbsthilfegruppen?
Sie sind für Betroffene, die ihr Geschick in die eigenen Hände nehmen. Sie zählen zur Elite der Patienten, die oft bestens informiert sind und eine gute Kooperation mit Ärzten pflegen. Wir nennen sie auch „empowered patients“, weil sie wissen, was sie wollen. Im Normalfall sind sie sehr kooperationsbereit.
Die Gefahr liegt vielleicht darin, dass sie manchmal überzogene Forderungen stellen.

Was bringt eine Selbsthilfegruppe dem Einzelnen?
Da gibt es einige soziale Implikationen, etwa der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen, aber auch die gegenseitige Unterstützung. Diese Menschen passen ihren Lebensstil an und unternehmen viel gemeinsam, beispielsweise das „Herzwandern“, eine Wandergruppe von Herzinfarktpatienten.

Wieviele Gruppen gibt es in Oberösterreich und wie treten sie auf?
Im Dachverband sind rund 400 Selbsthilfegruppen organisiert. Sie machen die Öffentlichkeit auf ihre Krankheit aufmerksam, wirken aufklärerisch sowie Mythen und Ressentiments entgegen.

Wie werden die Gruppen medizinisch unterstützt?
Viele Ärzte unterstützen die Gruppen – als Referenten oder als Begleiter. Auch Krankenhäuser und Apotheken sind Partner, ebenso die vielen Therapeutinnen und Therapeuten sowie Pflegekräfte.

Was leistet Ihr Dachverband?
Wir bieten den Gruppenleitern, den so genannten Kontaktpersonen, zwei- bis dreitägige Ausbildungen an, vor allem in den Bereichen Moderation und Konfliktlösung. Das wirkt sich bei den Gruppentreffen sehr positiv aus. Ziel ist nicht, sich gegenseitig „anzujammern“, sondern die Krankheit zusammen zu meistern, so gut es eben geht.
Außerdem engagiert sich der Dachverband in diversen Gremien, etwa bei ÖQmed, wobei es um die qualitätsgesicherte Gestaltung von Arztpraxen geht. Ein weiteres Ziel in Oberösterreich ist

die Einführung eines Gütesiegels für „selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“, das etwa Salzburg bereits hat. Daran arbeiten wir trotz knapper personeller Ressourcen intensiv.

Wie informiert der Dachverband die Öffentlichkeit?
Wir geben vier Mal jährlich die Zeitschrift „lichtblick“ in einer Auflage von 5000 Stück heraus, die man über unsere Website abonnieren kann. Und alle 2 Jahre erscheint ein aktualisiertes Verzeichnis aller Selbsthilfegruppen, das alle Therapeuten bekommen. Die unterstützen ja maßgeblich die Arbeit der Selbsthilfegruppen. ■

SHG-Dachverband
www.selbsthilfe-ooe.at

www.lebenswege-online.at



Weiterführende Infos und ein Verzeichnis der Selbsthilfegruppen der Region finden Sie in der VersorgungsMap und im WEGEweiser 03.