DVMB
Das Netzwerk zur Selbsthilfe
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew
Landesverband Hessen e.V.

Aus dem Landesverband Hessen

HESSEN

Mitteilungsblatt Nr. 22 des Landesverbands Hessen e.V. der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew **September 2017**

Patiententag 2017 des Landesverbands in der Spessarttherme in Bad Soden-Salmünster

Der Patiententag am 20. Mai 2017 in der Spessarttherme in Bad Soden-Salmünster war eine rundum gelungene Veranstaltung.

Aufgrund der vielen positiven Rückmeldungen des Patiententags in der Spessarttherme im Jahr 2014 hatte der Landesvorstand entschieden, erneut einen Patiententag dort durchzuführen.

Über 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Über 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren der Einladung gefolgt, die der stellv. Vorsitzende, Dirk F. Halle, bei schönstem Wetter zu einem abwechslungsreichen und vielfältigen Programm begrüßen konnte. Das Programm war in Zusammenarbeit mit Michael Weisbecker, dem Leiter von Physiovita und Wellvita der Spessarttherme, zusammengestellt worden.

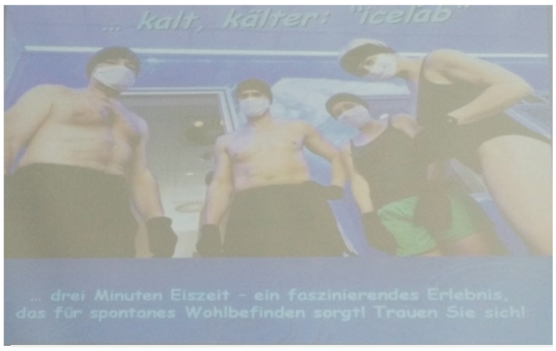
Michael Weißbecker bei seinem Vortrag zu den Angeboten und Leistungen der Spessarttherme

Programm mit vielen Angeboten

Dazu gehörten neben dem Besuch der Therme oder Salzgrotte, Physiotherapie mal anders mit Lachyoge (Hahaha und Hohoho), sportive Wassergymnastik und als Highlight für die ganz „Mutigen“ die Nutzung der Kältekammer.

Highlight Kältekammer

Die Kältekammer in der Spessarttherme ist in der weiteren Umgebung ein ganz besonderes Angebot. Keine Therme oder auch Klinik verfügen über eine Kältekammer mit bis zu -110 Grad C und die groß genug ist, dass sich darin gleichzeitig bis zu 4 Personen aufhalten können.



So gerüstet geht es in die Kältekammer – Icelab.

Da die Kältekammer inzwischen einige Jahre in Betrieb ist, konnte Herr Weisbecker über zahlreiche therapeutische Erfolge durch die Anwendung der Kältetherapie bei rheumatischen Erkrankungen, u.a. auch beim Bechterew berichten.

Therapeutische Erfolge auch bei Bechterewpatienten

So waren 6 Teilnehmer neugierig genug um einmal einige „Runden“ während des bis zu 3 Minuten dauernden Aufenthalts zu drehen. Passend dazu spielte Herr Weißbecker die Musik: An Tagen wie diesen!

Gut erfrischt und wohlig warm waren sich alle einig, dass die Icelab etwas ganz Besonderes ist. DFH

Netzwerk Junge Bechtis

Aktionstag am 13. Mai 2017 im Rheumazentrum Mittelhessen in Bad Endbach

Am Samstag, den 13. Mai 2017 trafen sich auf Einladung des Netzwerks Junge Bechtis des Landesverbandes 9 Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Rheumazentrum Mittelhessen.
Wie es sich für einen echten Aktionstag gehört, gab es dabei nicht nur Information zur Behandlung und Therapien des Morbus Bechterew, sondern auch viel Gelegenheit zur praktischen Umsetzung von Bewegungsübungen.

Medizinischer Vortrag von Frau Storck-Müller

Vormittags informierte uns Frau Storck-Müller in einem sehr kurzweiligen Vortrag über die unterschiedlichen Ausprägungen von Morbus Bechterew und dessen Behandlungsmöglichkeiten mit Medikamenten und Therapien. Sie konnte uns dabei dank Ihrer vielfältigen praktischen Erfahrungen als Rheumatologin die Vor- und Nachteile einzelner Therapien darstellen. So u.a. auch über die Erfahrungen des therapeutischen Einsatzes von Blutegeln im Rheumazentrum. Zum Ende Ihres Vortrags zeigte Sie auf, was wir alle selbst durch eine ausgewogene Ernährung - neben ausreichend Bewegung selbstverständlich - beitragen können, um dem Bechterew seine „Grenzen“ aufzuzeigen.

„Bechtis brauchen Bewegung“ bestimmte das Programm am Nachmittag

Heinz-Otto Junker (links) zeigte, was bei der Ausführung der Übungen beachtet werden sollte.

Unter dem Motto unseres DVMB „Bechtis brauchen Bewegung“ gestaltete Hein-Otto Junker, Therapeutischer Leiter des Rheumazentrums, den aktiven Teil des Programms am Nachmittag.

Dabei erwies es sich als Vorteil, dass wir eine kleine Gruppe waren, da Herr Junker aufgrund seines umfangreichen Wissens und langjährigen Erfahrungen auf die Fragen und Wünsche der Teilnehmer individuell eingehen konnte.

So erklärte er uns nicht nur fachkundig, welche verschiedenen Bewegungsübungen wir auch alleine machen können und bei welchen therapeutische Unterstützung wichtig ist.

Er zeigte uns dabei Bewegungsübungen von Kopf bis Fuß, so dass wir uns bei Bedarf mit der dafür passenden Übung etwas Gutes tun können. Gerade dies traf auf großes Interesse und Zuspruch bei allen. So konnte jeder von uns etwas „praktisches“ für sich mit nach Hause nehmen.

Herzliches Danke schön!

Nach vielen Informationen und praktischen Übungen und noch einer „Nachspielzeit“ zum Thema Faszien endet ein für alle abwechslungsreicher Tag.
Dafür bedanken wir uns sehr herzlich bei Frau Storck-Müller, dass wir dies in den Räumen des Rheumazentrums machen durften und Sie uns mit ihrem Vortrag umfassend über unsere Krankheit informierte und bei Heinz-Otto Junker, dass er uns so viele Anleitungen für individuelle Bewegungsübungen zeigte.

Auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen beim nächsten Aktionstag in 2018 und hoffen, dass wir diesen wieder im Rheumazentrum, dann in den ab Ende 2017 zur Verfügung stehenden neuen Räumen, durchführen dürfen.

Dirk F. Halle

Mitgliederversammlung der Gruppe Wetzlar

Nach der Begrüßung durch den Gruppensprecher Harald Szislo überbrachte Dagmar Kern (Kassenverwalterin der Gruppe und Beisitzerin im Landesverband) in Vertretung für den Landesvorstand herzliche Grüße.

Die Mitglieder der Gruppe Wetzlar in trauter Runde.

Jahresbericht und Kassenprüfung

Die Tagesordnungspunkte wurden sachlich besprochen und es wurde rege diskutiert.

Die Kasse für das Jahr 2016 wurde von Sabine Beer und Stefan Schupp geprüft und das Ergebnis der Kassenprüfung den Mitgliedern mitgeteilt. Da keinerlei Beanstandungen vorlagen, stellten die Kassenprüfer den Antrag auf Entlastung des Gruppensprechers und der Kassenverwalterin. Dieser wurde einstimmig genehmigt.

Funktionstraining

Ab Oktober 2016 konnte der Verein das Praxisteam Timo Weber aus Wetzlar für die Leitung der Gruppengymnastik montags im Haus Renata gewinnen. Da sich die Therapeuten wöchentlich abwechseln und jeder andere Übungen anbietet, haben wir nunmehr ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm und unheimlich viel Spaß in der Stunde.

Weitere Veranstaltungen der Gruppe Wetzlar im Jahr 2017:

- Alle 6. Wochen wird montags nach der Gymnastik ein "Stammtisch" zum Erfahrungsaustausch und geselligem Beisammensein stattfinden. Termine und Orte der Treffen werden kurzfristig mitgeteilt.
- Am Montag den 10.07.17 besuchen wir nach dem Funktionstraining das "Ochsenfest". Dazu sind auch die Partnerinnen und Partner herzlich eingeladen.
- Der Termin für die Grillfeier wird noch festgelegt.
- Zum Jahresabschluss besuchen wir den Weihnachtsmarkt in Wetzlar.

Harald Szislo

Gruppe Wetzlar feiert ein ganz besonderes Ereignis

100. Geburtstag von Klara Schupp

Am 22.03.2017 feierte unser Mitglied der DVMB Gruppe Wetzlar, Klara Schupp, ihren 100. Geburtstag. Der Gruppensprecher Harald Szislo ließ sich bei diesem besonderen Ereignis nicht nehmen, der Jubilarin persönlich zu gratulieren und auch die Glückwünsche des Bundesverbandes und Landesverbandes Hessen zu überbringen.

Harald Szislo gratuliert Klara Schupp zu ihrem „runden“ Geburtstag.

Die Jubilarin trat 2001 im Alter von 83 Jahren der Gruppe Wetzlar als Mitglied bei und nahm noch 10 Jahre aktiv an der Gruppengymnastik teil. Auch an den geselligen Veranstaltungen der Gruppe wie z.B. der alljährlichen Grill- und Weihnachtsfeier sowie dem Stammtisch war sie gerne dabei.

Unterstützend an den Vorbereitungen zum 20- und 25-jährigem Jubiläum der Gruppe Wetzlar stellte Frau Schupp, die eine Gärtnereibetreibt, die Tischdekoration selbst her.

Auf mein Befragen zu ihren Gesundheitszustand antwortete mir die Jubilarin "Mir fehlt ja nichts!". Die Gruppe Wetzlar wünscht ihr für den weiteren Lebensweg alles Gute bei bester Gesundheit.

Harald Szislo

HESSEN

Treffen des Frauennetzwerks des Bundesverbandes

Frauennetzwerks trifft sich vom 9. - 11. Juni 2017
in der Celenus Teufelsbad-Klinik Blankenburg/Harz

Der Einladung des Bundesverbands waren 14 Teilnehmerinnen aus den Landesverbänden der DVMB gefolgt. Für den LV Hessen nahmen unsere Frauennetzwerkbeauftragte, Dagmar Kern, und die beiden Vorstandsmitglieder, Traudl Hanika und Karin Trageser, teil.

Christina Schneider, die Beauftragte für das Frauennetzwerk des Bundesverbands hatte wie in jedem Jahr wieder aktuelle und interessante Themen vorbereitet.

Beraterbroschüre und Organisation des Frauennetzwerks

Nach der Anreise und dem Kennenlernen am Freitag Abend wurde am Samstag Vormittag die Beraterbroschüre, das Handbuch des Frauennetzwerks, bearbeitet. Die Beraterbroschüre soll die Betreuungs- und Beratungsarbeit erleichtern.

Nachmittags wurden zunächst organisatorischen Themen des FNW besprochen, u.a. Benennung der Stellvertreterin der Leiterin, der Schriftführerin für Protokoll und To Do-Liste, der Verantwortlichen für Öffentlichkeitsarbeit und die Betreuerin der Inhalte im Internet.

Ernährung bei Morbus Bechterew

Im Anschluss referierte die Diätassistentin der Klinik, Frau Angela Schultz, zum Thema „Schmeckt gut – tut gut: Ernährung bei Morbus Bechterew“. Sie informierte, welche Lebensmittel sich günstig und welche sich ungünstig auf die Entzündungstätigkeit bei Morbus Bechterew auswirken.
Aus dem kurzweiligen Vortrag nahmen wir insbesondere die Verhaltensregel mit: „Die Menge macht das Gift!“.

Am Sonntag wurde unter der Leitung von Kathrin Reinsch das Modul „Öffentlichkeitsarbeit“ des Bundesverbands in abgeänderter Form durchgearbeitet. Den Teilnehmerinnen wurde u.a. aufgezeigt, welches die wichtigsten Bestandteile eines Zeitungsartikels sind und wie er aufgebaut wird

Dagmar Kern
Beauftragte für das Frauennetzwerk im LV Hessen

Termine des Landesverbandes Hessen 2017 auf eine Blick:

Netzwerk Junge Bechtis Seminar Kommunikation und Sport	15. - 17. September	Karlsruhe
Netzwerk Frauen Kochseminar	07. Oktober	Kirchhain
Therapeutenfortbildung	28. - 29. Oktober	Ludwigshafen
Netzwerk Junge Bechtis Seminar Kommunikation und Sport	27. - 29. Oktober	Dresden
Vorstandssitzung	03. - 04. November	Stadtallendorf
Gruppensprecherseminar	04. - 05. November	Stadtallendorf

Impressum: „Aus dem Landesverband Hessen“ ist ein Mitteilungsblatt des Landesverbands Hessen e.V. und dem Morbus–Bechterew–Journal beigeheftet.
Redaktion und v.i.S.d.P.: Dirk F. Halle, Batzbachstr. 21, 35690 Dillenburg, E-Mail: halle@dvmb-hessen.de