



Information und Mitgliedschaft

SHG-Schlafapnoe-Atemstillstand-Bochum und Umgebung e.V.

In uns brennt, was wir in anderen entfachen wollen (nach Augustinus)

Als 1983 die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe-Atemstillstand Bochum und Umgebung e.V. gegründet wurde, waren es nur wenige, die an der Gründungssitzung teilgenommen haben und Herr Kopka das Amt des 1. Vorsitzenden übernahm. In den 36 Jahren, die die SHG nun besteht, hat sich die Mitgliederzahl auf über 100 Personen erhöht. Aus Alters- und Krankheitsgründen sind es heute noch 57 Personen und die Gruppe wird z.Zt. vom 1. Vorsitzenden Norbert Rüffer geführt.

Wir alle haben es uns zur Aufgabe gemacht, Schlafapnoe-Patientinnen in allen Fragen des Therapie-Alltags mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Immer nach dem Motto „Gemeinsam können wir mehr erreichen“.

Nach erfolgter Verordnung und Festlegung der Therapie durch Schlaflabor und Facharzt versuchen wir mit Informationen und Erfahrungsaustausch die kleinen Probleme des Alltags gemeinsam zu lösen. Alle Patienten mit der Diagnose „Schlafapnoe“ müssen bemüht sein, mit Einsicht und Akzeptanz ein erstrebenswertes und optimales Therapieziel zu erreichen. Unter Akzeptanz verstehen wir von der SHG die verordneten Hilfsmittel in jeder Hinsicht zu nutzen. Das gilt ganz besonders für die vielen unterschiedlichen Maskentypen. Welche Maske es auch immer sein wird, sie ist ein Fremdkörper im Gesicht des Betroffenen.

Aber nur so kann man das gesundheitliche Wohlergehen erreichen und alle negativen Entwicklungen verhindern die der Weiteren Gesundheit abträglich sein könnten. In einer Selbsthilfegruppe erlebt man, wie ebenfalls Betroffene ihr Gesundheitskonzept konstruktiv kontrollieren und verbessern. Sie werden stets informiert wie die Entwicklung des Medizinischen Hilfsmittelmarktes voranschreitet. Dort erfährt man auch, was es bei der Nutzung der uns anvertrauten Technischen Hilfen alles zu beachten gilt. Außerdem bietet das Gespräch mit gleichgesinnten Betroffenen im Therapeutischen Bemühen reichhaltige Quellen für die persönliche Motivation.

Eine Selbsthilfegruppe kann einem das Gefühl geben, mit seinem Schicksal nicht allein zu sein und es ein Stück weit selbst in die Hand zu nehmen. An den Gruppenabenden werden wir laufend von Ärzten und Firmenvertretern über die medizinischen Entwicklungen und die neusten Produkte informiert. Auch bekommt der Betroffene Antwort darauf, wie man erkennt, ob der Partner oder man selbst betroffen ist, was passiert, wenn er nicht therapiert wird, wie sind die Lebenserwartungen und welche Zusammenhänge bestehen zwischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen und nächtlichen Atempausen?

Die Fragen und mehr versuchen wir in unseren Gruppenabenden zu beantworten.

Der Erfolg ist es wert, sich aus gesundheitlichen Gründen entsprechend zu organisieren. Wir, die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe, sind Betroffene, die unter dieser Krankheit leiden. Wir treffen uns jeden 3. Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr im „Haus der Begegnung“ Alsenstraße 19 A, 44789 Bochum. Hier findet dann ein Infoabend mit einem Erfahrungsaustausch statt.

Die **Satzung Der SHG** sieht eine persönliche Mitgliedschaft vor. Der Mitgliedschaftsbeitrag beträgt 27,-€ Jahr /mit Partner 36,-€. Den vollständig ausgefüllten Aufnahmeantrag (**Klicken Sie bitte hier um den Aufnahmeantrag downzuladen**) senden Sie bitte an: Joachim Altmeyer (1. Kassierer), Lewackerhof 2, 44879 Bochum. Natürlich können Sie ihn auch bei den monatlichen Veranstaltungen abgeben. Die Selbsthilfegruppe wird von einem ehrenamtlich tätigen Vorstand geführt.

.Wir würden uns freuen, Sie demnächst bei uns begrüßen zu können.

..... unsere Botschaft: Wir wollen Menschen retten!