

Gemeinsam gegen den Schmerz



Fibromyalgie
Selbsthilfegruppe Buchen

Fibromyalgie – was ist das?

Es handelt sich im Wesentlichen um eine Krankheit mit starken Muskelschmerzen, die ohne erkennbaren Grund auftreten. Daneben umfasst das komplexe Krankheitsbild eine Vielzahl von unterschiedlichen Symptomen.

Häufig hat der Betroffene einen langen Leidensweg hinter sich bis zu einer Diagnose. Er ist verzweifelt, denn er weiß, ich bilde mir die Schmerzen doch nicht ein.

Genau in dieser Situation kann eine Selbsthilfegruppe zum Erfahrungsaustausch eine Hilfe sein.

Bericht einer Betroffenen

Hier kann ich so sein wie ich mich fühle...

Ich war in meinem Leben immer eine vielseitig aktive Frau und bekam Schmerzen, die ganz plötzlich auftraten und medizinisch erst nach langer Zeit eindeutig diagnostiziert werden konnten.

Die Schmerzen haben mein Leben bestimmt und mich in meiner Alltagsbewältigung gravierend eingeschränkt. Anfangs wurden meine Symptome lange vielseitig abgetan als eine psychische oder psychosomatische Erkrankung. Dabei ist die Fibromyalgie ein komplexes Krankheitsbild, das eine Vielzahl von Symptomen umfasst.

Die Tatsache nicht ernst genommen zu werden veranlasste mich dazu, in der Öffentlichkeit einen Aufruf an Gleichgesinnte zu starten. Mit großem Erfolg: Unerwartet viele Menschen hatten sich mit der gleichen Diagnose gemeldet. Der Schmerz ist unser ständiger Begleiter. Viel zu oft zeigen wir unseren Mitmenschen ein lachendes Gesicht, obwohl es uns schlecht geht und zum Weinen ist. In der Selbsthilfegruppe muss ich mich nicht verstecken und kann sagen, wenn es mir nicht gut geht.

Das Wissen: „**Ich bin nicht allein**“ und der Austausch mit anderen Betroffenen kann helfen, den Alltag trotz ständig vorhandener Schmerzen zu bewältigen.



Fibromyalgie
Selbsthilfegruppe Buchen

Unsere Ziele:

Information von Betroffenen

- > bewusst machen was es heißt, an Fibromyalgie erkrankt zu sein
- > Betroffenen helfen, mit der Erkrankung umzugehen

Neben den monatlichen Gesprächsrunden gibt es bei uns folgende Aktivitäten:

- > Besuche von Fachvorträgen
- > Besuche des Solebades in Niedernhall mit Wassergymnastik
- > Gemeinsame Ausflüge
- > Geselliges Beisammensein
- > Mehrtägiges Seminar in einer Fachklinik

Bei Interesse rufen Sie einfach an oder schauen bei einem unserer monatlichen Treffen vorbei.

Gruppentreffen

jeweils am **1. Dienstag im Monat** um **14.30 Uhr**

Bei Verschiebungen und Terminüberschneidungen siehe Mitteilung auf der Homepage oder in der Tagespresse.



Fibromyalgie
Selbsthilfegruppe Buchen

Ihre Ansprechpartnerin:

Ulrike Genzwürker Telefon 06281 4973
74722 Buchen

Email: info@fibro-buchen.de

In Kooperation
mit den Neckar-Odenwald-Kliniken



www.fibro-buchen.de