

Wenn die (ganze) Familie Unterstützung braucht Ein starkes Netz gibt Halt

Aktive Selbsthilfe ist nicht nur für unmittelbar von Krankheit oder Behinderung Betroffene, sondern auch für deren Angehörige enorm wichtig. Mit der ganztägigen Fachtagung „Ein starkes Netz – gibt der Familie Halt, wenn einer krank ist“ Anfang Oktober hat die AOK Hessen ein wichtiges Signal gesetzt und Betroffenen eine Plattform geboten. Schirmherrin war Prof. Gesine Schwan, Präsidentin der Humboldt-Universität School of Governance in Berlin und ehemalige Kandidatin für das Amt der Bundespräsidentin.



Der Raum im Lindner Kongress-Hotel war gut gefüllt, kaum ein Platz blieb frei. Weit über 120 Zuhörer aus dem Umfeld der hessischen Selbsthilfe waren nach Frankfurt-Höchst gekommen, um zu hören, zu reden und – ganz wichtig – zu fühlen. Denn vieles von dem, was die Erkrankten und deren Angehörige auf der Bühne erzählten, ging den Teilnehmern der Tagung ziemlich nah. Da war zum Beispiel der Berufsschullehrer und Theologe Hans-Werner Biehn. Er leidet seit Jahren an Prostatakrebs, unheilbar, sagen die Ärzte. Der Marburger berichtete vor allem über die Auswirkungen der Erkrankung auf seine Ehe. Frühes Aussprechen, größtmögliche Offenheit. Nur so könne man, davon zeigte sich Biehn überzeugt, mit heiklen Aspekten wie Harninkontinenz oder Impotenz für beide Partner angemessen umgehen. Nicht nur für ihn, sondern auch für seine Frau sei die medizinisch ausweglose Situation oftmals nur schwer zu ertragen.

In den Vorträgen und Diskussionen standen denn auch vor allem diejenigen Familienmitglieder im Mittelpunkt, die mit der Behinderung oder plötzlichen Erkrankung eines Angehörigen umgehen müssen. Die eindeutige Botschaft dabei: Jede ernsthafte Erkrankung eines Familienmitglieds bedroht auch die Angehörigen.

Gesunde Geschwister fühlen sich mitschuldig, stecken zurück, fühlen sich wie Anhängsel, der Partner schweigt, jeder vermeidet das Thema, das so bedrohlich den Raum ausfüllt. Doch wer diesen neuen Zustand verleugnet und keine Ausgleichsmechanismen entwickelt, bewegt sich auf eine Katastrophe zu: den Zerfall der Familie. Wie das verhindert werden kann, erläuterte Sigrid Pilgram. Für die Diplom-Psychologin am Institut für Traumabearbeitung und Weiterbildung in Frankfurt ist eines ganz besonders wichtig: Die Familienmitglieder müssten bereit sein, bedingungslos offen miteinander umzugehen. Statt Schuldzuweisungen seien ständige Ermutigungen sowie emotionale und praktische Entlastungen unabdingbar. Auch wenn es oft schwerfalle, weil die gesundheitlichen Nöte von Mama, Ehemann oder Bruder so groß seien: Der Fokus dürfe nicht nur auf dem Erkrankten liegen, sondern auch auf den Bedürfnissen und Nöten der eigenen Seele. Dabei spielen, so sieht es Pilgram, alle Involvierten eine wichtige Rolle: „Diese Familien brauchen Ermutigung und Impulse für ein höheres Selbstwertgefühl. Sie müssen durch Ärzte, psychologische Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und nicht zuletzt Krankenkassen begleitet werden.“





Ein starkes Netz eben, das auf-fängt und Halt gibt. „Für mich ist die Selbsthilfe eine soziale Instanz, die auch gesunde Familienmitglieder stützen kann und muss“, sagt Kerstin Roth, Patientenkoordinatorin der AOK Hessen. Sie nahm wichtige Anregungen mit aus den Gesprächen und Begegnungen. So wird eine thematisch geordnete Referentenliste mit Kontaktdaten umgesetzt, auf die Selbsthilfegruppen zugreifen können, um sich weiterzubilden. Auch sollen Projekte der familienorientierten Selbsthilfe verstärkt finanziell gefördert werden. Hinzu kommt, dass sie eine wesentliche Lotsenfunktion bei ihrem Unternehmen sieht. „Wir wollen mithelfen, dass sich Patienten und ihre Angehörigen zurechtfinden, wieder klare Sicht bekommen und so gut es geht aufgefangen werden“, versprach sie. Im kommenden Jahr ist evtl. eine Fortsetzung der Fachtagung „Ein starkes Netz“ geplant.



Wichtig für alle Selbsthilfegruppen: Die AOK Hessen unterstützt sowohl in diesem als auch im nächsten Jahr besondere Projekte außerhalb der regulären Förderung durch die Krankenkassen. 2012 flossen so bereits 80.000 Euro an hessische Selbsthilfegruppen. Weitere Informationen und Bilder finden Sie auf der AOK-Website. ■

† www.aok.de/hessen/selbsthilfe

