



Deutsche | RHEUMA-LIGA

Landesverband Bayern e.V.



Info-Post

**Ihrer Arbeitsgemeinschaft
Kitzingen / Volkach**

Nr. 1/2013

Deutsche Rheuma-Liga
Buchbrunner Str. 7 b (Haus der AWO), 97318 Kitzingen
Telefon: 0 93 21/92 23 77 - Fax: 0 93 21/92 30 84
E-Mail: rheuma-liga-ag-kt@t-online.de
www.rheuma-liga-ag-kt.de

Liebe Mitglieder der Rheuma-Liga Kitzingen und Umgebung,

wer hat wohl mit einem so hartnäckigen Winter gerechnet: mit Frost und Schnee im Februar und Kälte bis Mai. An Wetterkapriolen müssen wir uns anscheinend gewöhnen. Doch die reichliche Feuchtigkeit hat auch positive Seiten; denn eine Bauernregel besagt: „Ist der Mai kühl und nass, füllt er den Bauern Scheun und Fass“.

Da ich kein Landwirt bin, wünsche ich mir eher einen Wonnemonat Mai, nutze aber die kühle Witterung, um über unsere Arbeitsgemeinschaft intensiver nachzudenken. Eigentlich kann ich recht zufrieden sein: Die Therapiegruppen sind gut besucht, wir haben weder Engpass noch Staus, auch keine Wartezeiten. Für eine neue Trockentherapie-Vormittagsgruppe sind alle Voraussetzungen erfüllt, auch die Räumlichkeiten, dank der Großzügigkeit der AWO. Was uns fehlt, ist der „Vorturner“. Eine Lösung zeichnet sich evtl. nach den Sommerferien ab. Die Gruppe Nordic Walking ist in diesen Tagen wieder aktiver; die Truppe Krafttraining für Senioren wird erst im Herbst wieder eingreifen. Diejenigen, die im Sommer noch weitermachen wollen, können sich bei Maria Glaser (09324/4878) melden, um sich im Studio Bellmann einem anderen Kreis anzuschließen. Neu ist das therapeutische Tanzen, das bereits begonnen hat - mit dem Segen des Landesverbandes.

Was noch immer nicht funktioniert, ist die Nachwuchsarbeit auf Vorstandsebene! Wenn ich überlege, dass viele in dieser Runde die 70 überschritten haben, wird es höchste Zeit, Jüngere ins Boot zu nehmen und sie in die Geheimnisse einzuweihen, damit sie zu gegebener Zeit selbst das Ruder übernehmen.

Sicherlich ist es gut und interessant, noch gebraucht zu werden und anderen mit ehrenamtlicher Arbeit helfen zu können. Aber es ist wichtig und zukunftsorientiert, sich im Team mit Jüngeren auszutauschen, die möglicherweise neue Ideen einbringen, auch bezüglich Reisen; denn es muss nicht immer Berlin sein, obwohl es wieder hochinteressant war. Auch wenn mein bisheriger Appell erfolglos blieb, gebe ich die Hoffnung nicht auf, Jüngere zur Mitarbeit in der AG-Leitung zu finden. Ich wäre hochofret, wenn sich jemand interessiert und einfach mal „reinschnuppern“ möchte. Wir sind ein gutes, harmonisches Team und werden jeden mit offenen Armen aufnehmen. Liebe AG-Mitglieder, ich will nicht völlig schwarzsehen, aber ich muss darauf hinweisen, dass es für unsere AG schlecht bestellt ist, wenn niemand nachrückt und uns unterstützt. Deshalb meine Frage und große Bitte, können Sie nicht etwas Zeit für Ihre Rheuma-Liga aufbringen?

Ich grüße Sie herzlich und

wünsche Ihnen eine ungetrübte Sommerzeit.

Ihr Peter Dodt, 1. Vorsitzender

Wichtige Termine:

- Jeweils montags: 2x monatlich ab 08. April 2013
Therapeutisches Tanzen –
Tanzgruppe Osteoporose
29. Juni 2013: 14.00 Uhr Sommerfest der AWO
in der Buchbrunner Str. 7 b
09. Juli 2013: 8.00 Uhr Abfahrt in Kitzingen
am Bleichwasen zur Fränkischen Seenplatte
Verbindliche Zusage bis 25. Juni 2013
bei Annegret Sauer Tel. 0 93 21 / 3 14 31
24. Juli 2013: Casteller Weinfest

Weitere Termine und vorgesehene Aktivitäten:

11. Oktober 2013: Vortrag anlässlich der Seniorenwochen
im Landkreis
durch die Schriftstellerin Bernadette Heim
zum Thema
„Auch die dunklen Zeiten
haben ihre lichten Momente im Alltag“
- Herbst: „Köcheln“ im Geflügelfachzentrum
Krafttraining für Senioren
20. Nov. 2013: Musik am Nachmittag im Dekanatszentrum
29. Nov. 2013: Adventsfeier im Deutschen Haus

Wichtig . . . wichtig für alle Rheumis!

Wir haben eine erfreuliche Nachricht für Sie: In der Main-Klinik in Ochsenfurt praktiziert seit gut einem Jahr ein Rheumatologe. Dr. Franz Rustige behandelt Patienten ambulant jeweils am Montag- und Mittwochvormittag in der Zeit von 9.00 bis 12.00 Uhr. Terminvereinbarung unter 09331/8025320. Wartezeit etwa fünf Wochen.

Bewegung ist die beste Medizin

Dies gilt für Rheumatiker und in gleicher Weise für Osteoporose-Kranke. Aus dieser Überlegung heraus hat sich eine Gruppe in Volkach gebildet, die ab 08. April im vierzehntägigen Rhythmus therapeutisches Tanzen im Gymnastikraum im Bürgerspital anbietet - jeweils montags von 10.00 bis 11.00 Uhr.

Ansprechpartnerin ist Hedi Wirsching 09381/4668, die Tanzleitung hat Heinz-Rainer Röbling 09381/847034.

Denken Sie daran, Tanzen bedeutet nicht nur Beweglichkeit, sondern auch die Gehirnzellen werden trainiert, das Beste gegen den Alterungsprozess. Deshalb machen Sie mit. Einzelheiten erfahren Sie bei Hedi Wirsching.

Fahrt zur Fränkischen Seenplatte

Am Dienstag, 09. Juli, starten wir zur kaum 80 km entfernten Seenplatte mit ihrem großen Brombachsee. Dort erwartet uns eine Führung mit anschließender Schiff-Fahrt und Mittagessen. Die Weiterfahrt zum Altmühlsee ist gegen 14 Uhr geplant. Dort besteht die Möglichkeit zum Spaziergang und bei Bedarf zur gemütlichen Einkehr bei Kaffee und Kuchen. Gegen 17 Uhr ist die Rückfahrt vorgesehen.

Bei 30 Personen kosten Fahrt, schippern auf dem Brombachsee sowie Mittagessen € 32,--. Melden Sie sich bitte verbindlich bis 25. Juni bei Annegret Sauer 09321/31431.

Gemeinsames Sommerfest der AWO

Durch die reibungslose Zusammenarbeit mit der AWO in der Buchbrunner Str. 7 b, in der nicht nur unser Büro untergebracht ist, sondern auch Räumlichkeiten für Trockentherapien zur Verfügung stehen, wollen wir auch gerne gemeinsam feiern. Damit will die Vorstandschaft das partnerschaftliche Miteinander unterstreichen und das Interesse bekunden. Deshalb unsere Bitte, feiern Sie mit! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Häufig gestellte Fragen zum Themenbereich „Chroniker-Richtlinie“

Wer gilt als schwerwiegend chronisch krank und kann seine Zuzahlungen auf ein Prozent des Bruttoeinkommens reduzieren?

Es sind Personen, die sich nachweislich wegen derselben Krankheit in ärztlicher Dauerbehandlung befinden und eines der folgenden Kriterien erfüllen:

1. Pflegebedürftigkeit der Pflegestufe 2 bzw. 3 oder
2. Grad der Behinderung von mindestens 60 bzw. eine Minderung der Erwerbsfähigkeit von ebenfalls mindestens 60 Prozent oder
3. eine kontinuierliche medizinische Versorgung erforderlich ist, ohne die eine lebensbedrohliche Verschlimmerung, eine Verminderung der Lebenserwartung oder eine Beeinträchtigung der Lebensqualität zu erwarten ist.

Die Krankenkassen erstellen für diesen Patientenkreis eine Bescheinigung, wenn bereits während des Jahres die Belastungsgrenze von einem Prozent erreicht ist, so dass für den Rest des Jahres keine Zuzahlungen mehr zu leisten sind.

Erwartungen der Patienten bei ärztlicher Behandlung

- Den ganzen Menschen sehen, sich auf ihn einlassen, seine Sprache sprechen
- Klare Diagnose und Hilfe zur Genesung – Aufklärung über das Krankheitsbild sowie Therapiemöglichkeiten
- Patienten wünschen sich Mitbestimmung, wenn es um ihre Krankheit geht
- Rechtzeitige Überweisung zum Facharzt, auch wieder Rückverweis an den Hausarzt
- Patienten haben Angst vor (Neben)-Wirkungen der Medikamente. Sie erwarten Aufklärung und Ehrlichkeit.
- Patienten wünschen sich Hausbesuche, einen Medikamentenpass und den Hinweis auf Selbsthilfegruppen

Dagegen stehen die persönlichen Erfahrungen der Patienten

- Patienten müssen zu lange auf einen Termin warten
- Die Kommunikation mit dem Arzt gelingt oft nicht. Sie fühlen sich unverstanden, nicht ernst genommen
- Es dauert oft zu lange, bis die Diagnose klar gestellt wird
- Patienten wünschen sich eine gute Kooperation zwischen Hausarzt, Rheumatologen und anderen Therapeuten
- Mit dem Hinweis auf Gesetzes- und Budgetvorgaben wird häufig dem Patienten die Last von Neuerungen zugeschoben
- Es werden zu viele „IGel-Leistungen“ angeboten, wenn noch nicht alle Verordnungsmöglichkeiten ausgeschlossen sind.

Wie sind die Erfahrungen unserer Mitglieder?

Mitgliedsbeiträge

Wir erinnern wieder an die Zahlung des Mitgliedsbeitrags in Höhe von € 25,-- für all jene, die keine Abbuchung wünschen. Wenn noch nicht geschehen, überweisen Sie bitte in den nächsten Tagen den Jahresbeitrag auf das Konto der Deutschen Rheuma-Liga, Landesverband Bayern, Kontonr. 7833300 (BLZ 70020500) Bank für Sozialwirtschaft, München.

Rückblende: Jubilarehrung im November

1. Vorsitzender Peter Dodt ehrte zahlreiche Mitglieder und dankte ihnen für ihre Treue zur Rheuma-Liga:

zum 30jährigen: Marga Johannes

zum 25jährigen: Helga Fellmann, Georg Giersig und Maria Hartig

zum 20jährigen: Elle Lieser und Eleonore Link

zum 10jährigen: Isolde Bauer, Ingrid Bauerschuber, Frieda Elflein, Erika Geiling, Hertha Golombek, Berti Klein, Iris Kleinschnitz, Helene Krämer, Karlheinz Krauß, Luise Link, Roswitha McDonald-Leube, Erich Ruppert und Marlies Schamberger

Auch an dieser Stelle gilt unser Dank den Jubilaren für ihre Mitgliedschaft zu unserer Selbsthilfegemeinschaft.

Erneut hat uns Helga Reinhold bei dieser Veranstaltung mit ihrem wunderschönen Tischschmuck unterstützt, für den wir herzlich danken, ebenso für die Kuchenspenden unserer Mitglieder, die ebenfalls zum Gelingen beigetragen haben.

Besuch der Privatbrauerei Düll in Krautheim

Über 30 Interessierte begrüßte Friedrich Düll, Chef des Hauses, am 13. 04. persönlich. Vielfalt, Natur und technische Spitzenklasse sind die Schlagworte der Brauerei, die in der 5. Generation produziert und als einziger Familienbetrieb in Unterfranken über eine moderne Mälzerei verfügt, die selbst angebaute Gerste verarbeitet. Brauwasser aus eigenem Brunnen, konventionelle Bierherstellung mit langer Lagerung sowie die Photovoltaikanlage zur Stromerzeugung sind der Stolz des Unternehmens. Nach der Führung konnten sich die Teilnehmer von der Bierqualität sowie einem ausgiebigen Vesper überzeugen.

Berlin war eine Reise wert

Alle Mitreisenden müssen Engel gewesen sein; denn es herrschte trotz des unbeständigen Wetters in diesem Frühling für alle Tage vorwiegend Sonne! So war die Stimmung von vornherein ungetrübt, und Niko Rollmann, der die Leitung innehatte, stellte noch am Anreisetag das Seminarprogramm vor, das unter dem Motto stand: „Alte Hauptstadt, neue Hauptstadt – Berlin als Zentrum deutscher Politik“. Das Spektrum der Information reichte von der Preußenzeit bis zur Gegenwart. Besonders die Führung durch die „Topographie des Terrors“ – Verbrechen der NS-Zeit – ließ niemanden ungerührt, ebenso die Gedenkstätte an der Bernauer Straße „Eine Stadt hinter Stacheldraht“. Ein menschenverachtender Weg bis zur Demokratie und Wiedervereinigung. Höhepunkte waren der Besuch des Kanzleramtes mit einem exzellenten Betreuer sowie die kurzfristig geplante Spreefahrt. Wir danken Annegret Sauer für die gute Organisation, auch für die nette Unterhaltung während der Fahrt.

Allgemeines und Wissenswertes aus den Informationsbriefen I und II/2013

IGel-Leistungen

Ob beim Augen-, Haut-, Frauenarzt oder in sonstigen Arztpraxen werden Patienten immer wieder auf kostenpflichtige, sogenannte IGel-Leistungen (Individuelle Gesundheitsleistungen) hingewiesen. Viele Patienten fühlen sich dadurch verunsichert, denn schließlich will man ja das Bestmögliche für seine Gesundheit tun.

Eine Orientierung, ob eine IGel-Leistung sinnvoll und empfehlenswert ist, z.B. durch Studien belegt oder wissenschaftlich informiert, bietet der IGel-Monitor (<http://www.igel-monitor.de/>).

Knochendichtemessung

Bisher haben die Krankenkassen die Kosten für diese Leistung erst nach bereits vorliegenden Frakturen übernommen. Auf Drängen der Rheuma-Liga hat der Gemeinsame Bundesausschuss einen Beschluss gefasst, der die Übernahme der Knochendichtemessung durch die Kassen ermöglicht. Allerdings ist eine Wiederholung erst in fünf Jahren möglich.

Fast alle Rheumatis litten unter der kalten, recht windigen Witterung der letzten Monate, und selbst der Mai meint es nicht sonderlich gut mit uns. So können wir nur hoffen, dass sich der Sommer besser zeigt und wir wieder beweglicher werden.

Mit diesem Wunsch grüßen wir Sie sehr herzlich

Ihr Rheuma-Liga-Team

Arbeitsgemeinschaft Kitzingen/Volkach

Bescheidenheit ist der Anfang aller Vernunft

(Ludwig Anzengruber)