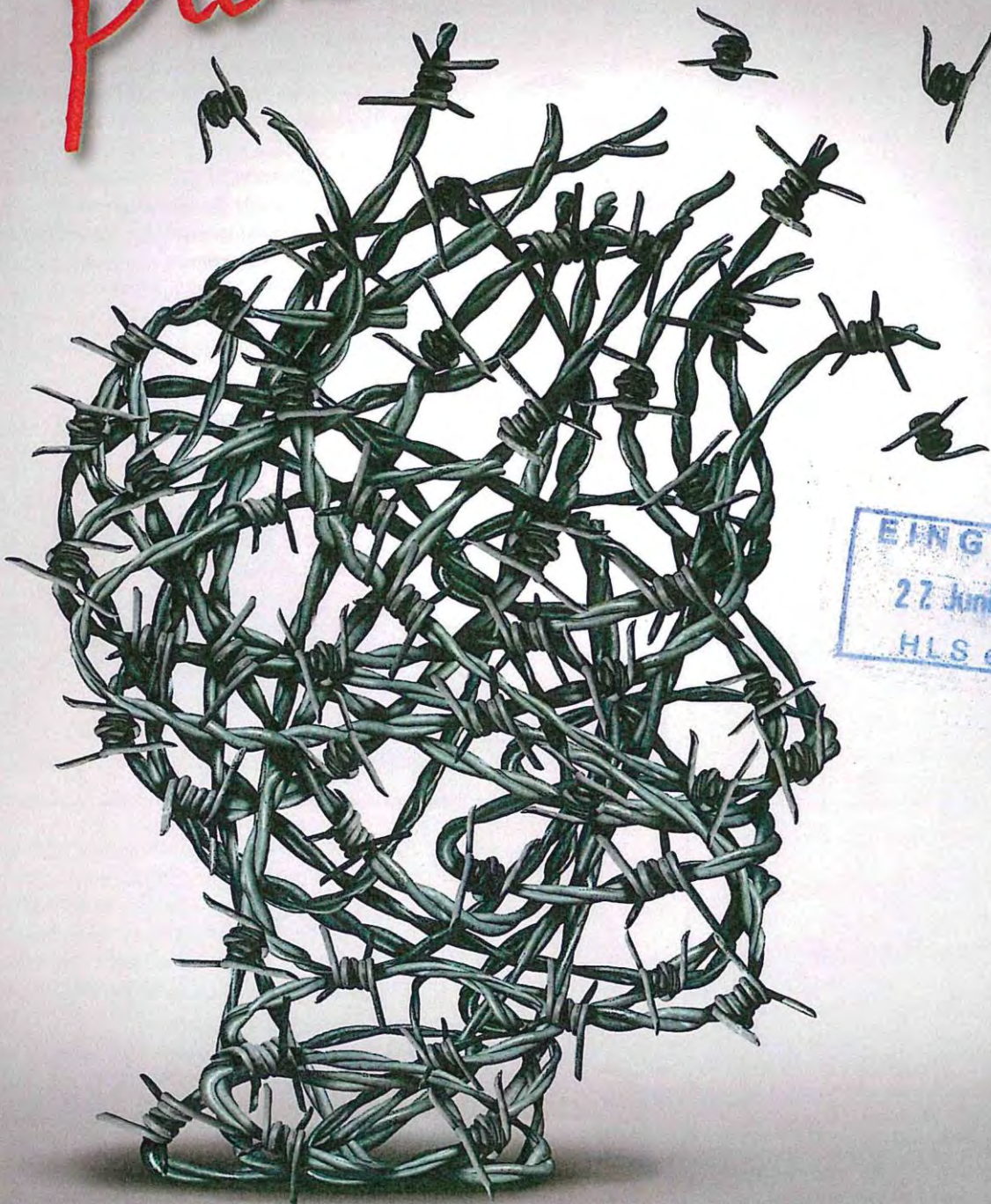


Forum

plus

AOK
Die Gesundheitskasse.



Sucht

AOK Hessen engagiert für
Suchtkranke und Selbsthilfe

- **Arzneimittel:** Von Apotheken- und Mondpreisen
- **Qualität:** A und O der medizinischen Versorgung

Brigitte Baki
Vorsitzende des
Verwaltungsrates
der AOK- Die
Gesundheitskasse in
Hessen



Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

wenn dieses Heft erscheint, haben bereits die ersten Termine von »Selbsthilfe im Dialog« stattgefunden. In diesem Jahr steht das Thema »Patientensicherheit im Gesundheitswesen« im Fokus unserer Veranstaltungsreihe. Kein einfaches Thema. Denn ungewollte Behandlungsergebnisse sind nicht beabsichtigt und Fehler passieren auch in der medizinischen Versorgungswirklichkeit. Gerade deshalb möchten wir einen Beitrag zu mehr Sicherheit und Aufklärung der Patienten leisten. In diesem Jahr beginnt der Vormittag mit einem Vortrag zum Thema, in der anschließenden Diskussionsrunde kommen Vertreterinnen und Vertreter der Gesundheitsbranche zu Wort. Auch Ihre Erfahrungen und Vorschläge zu mehr Patientensicherheit finden hier Berücksichtigung. Wir hoffen, dass das Thema und die neue Gestaltung des Vormittags auf Ihre Zustimmung stoßen und freuen uns auf eine weiterhin rege Teilnahme an unserer Veranstaltungsreihe.

Als Schwerpunkt dieser Ausgabe von »Forum plus« haben wir uns dem Thema Sucht gewidmet. Neben einem Interview mit dem Geschäftsführer der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen e.V. möchten wir Ihnen exemplarisch eine Sucht-Selbsthilfegruppe näher vorstellen. Zudem beleuchten wir in dieser Ausgabe von »Forum plus« weitere Themen, wie die Qualität in der stationären Versorgung, Arzneimittelpreise und die neuen Terminservicestellen für Patienten.

Mit Frau Christine Trowitzsch begrüßen wir die neue Leiterin unserer Hauptabteilung Unternehmenspolitik/-kommunikation. Wir freuen uns, mit Frau Trowitzsch eine ausgesprochen erfahrene Expertin für Gesundheitspolitik und Kommunikation im Team der AOK Hessen begrüßen zu dürfen.

Eine interessante Lektüre wünscht Ihnen

Brigitte Baki



Unterstützung auf einem langen Weg

Prävention und Behandlung von Suchterkrankungen | Ob Alkohol oder

Tabletten, Cannabis, Spielsucht oder sonstiges zwanghaftes Verlangen: Um trocken, clean und stabil zu werden, ist eine sehr lange Strecke zu bewältigen. Ohne die Einsicht, das durch Abhängigkeit geprägte Leben grundlegend ändern zu müssen, fällt man in das tiefste aller Löcher zurück. Was das mit der AOK Hessen zu tun hat? Eine ganze Menge ...

In Deutschland:

- 136,9 Liter Alkohol wurden pro Kopf im Jahr 2014 getrunken.
- 22.391 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 10 und 19 Jahren wurden 2014 aufgrund eines akuten Alkoholmissbrauchs stationär behandelt.
- 74.000 erfasste Todesfälle im Jahr, die allein durch den Alkoholkonsum oder den kombinierten Konsum von Tabak und Alkohol verursacht worden sind.
- 1.004 Zigaretten wurden 2015 pro Kopf und Jahr geraucht.
- Im Jahr 2013 starben rund 121.000 Menschen an den Folgen des Rauchens. Schätzungsweise 3.300 Todesfälle durch Passivrauchen.
- Geschätzte 1,5–1,9 Millionen Menschen sind medikamentenabhängig.
- 1.032 Rauschgifttote im Jahr 2014.
- 370 Millionen Euro Erträge von Glücksspielautomaten.

Quelle: Jahrbuch Sucht 2016. Hrsg: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.

Zuerst drängt sich immer mehr die tiefe Einsicht auf: So kann es nicht weitergehen. Der Endpunkt ist erreicht. Denn Abhängigkeit wird häufig über Jahre virtuos kaschiert, von Verwandten und Kollegen stillschweigend gedeckt. Doch sobald sich der Betroffene aus der Schlinge ziehen will, hilft das therapeutische System – mag es mitunter auch Jahre dauern bis zur Heilung, weil Rückfälle einkalkuliert werden müssen. Bei Alkoholabusus geht es in der Regel mit einer Entgiftung los. Vollstationär, bis zu 21 Tage. Kosten pro Tag: etwa 300 Euro. In jedem dritten Fall bricht der Patient die Behandlung ab. Dann ein zweiter, dritter Anlauf – diese Wiederholungen müssen von der AOK Hessen aber gesondert genehmigt werden, sofern nicht der Rentenversicherungsträger die Kosten übernimmt.

Richtung Festland

Mit der Fachklinik Eschenburg im Lahn-Dill-Kreis läuft seit mehreren Jahren ein Projekt zur Abstinenzsicherung: Die Patienten erhalten im Anschluss an die stationäre Entgiftung für maximal drei Wochen eine Motivationsbehandlung. Ansonsten käme es zu Drehtüreffekten. So aber ist eine Nahtlosigkeit der Behandlung bis zur Reha sichergestellt. Die AOK Hessen ist das Bindeglied zwischen ambulanter und stationärer Versorgung, indem sie mit Sozialdiensten, Ärzten oder Betreuern in Kontakt steht.

Für ein Jahr weg

Doch ist der Patient erst einmal in der Reha gelandet, ist eine große Hürde bereits genommen. Die Reha-Phase kann sechs Wochen dauern oder auch mal sechs Monate. Schwierig wird es dann, wenn die Reha endet und der Alltag wieder eintritt. Gerade dann kommt es häufig zu Rückfällen. Geht es um harte Drogen, kann daraus auch schnell ein volles Jahr werden. Eine Reha gilt bereits als erfolgreich, wenn der Patient vier bis sieben Jahre danach suchtmittelfrei ist. Doch schon nach einem Jahr kann es wieder losgehen. Wenn zum Beispiel der Partner plötzlich stirbt oder der neue Arbeitgeber aus heiterem Himmel kündigt. Ein solcher Aufenthalt kann schnell 6.000 Euro bis 13.000 Euro kosten – je nach Dauer.

Sisyphos tausendfach

Es lohnt sich auch ökonomisch, suchtkranken Menschen zu helfen. Denn die Folgekosten unbehandelter Abhängigkeiten sind eklatant. Beispiel Alkohol: Leberzirrhose, Krampfader in der Speiseröhre, Infarkte, sehr viel höhere Krebsgefahr, Gastritis – die vollständige Auflistung würde jeden Rahmen sprengen.

Doch dieser kleine Einblick wäre gewiss nicht vollständig ohne die Substitution mit Methadon,

die mehrere Jahre andauern kann und ebenfalls eine GKV-Leistung ist. In speziellen Praxen wird es kontrolliert verabreicht. Hier gilt dasselbe: Einigen Abhängigen gelingt es, den Brocken über den Berg zu rollen, andere wiederum brechen alles ab und verschwinden für immer aus dem Blickfeld. Im Jahr 2014 waren es um die 7.500 Substituierte, denen in Hessen Methadon verabreicht wurde.

Unterstützung gibt es an vielen Stellen

Natürlich gilt: Am besten gar nicht erst anfangen. Aber wir wissen, dass dies nicht so einfach ist ... Die Hessische Landesstelle für Suchtfragen, viele Beratungsstellen und etliche Selbsthilfegruppen helfen dort, wo Empfehlungen wie diese nicht ausreichen. Denn: heilbar ist Alkoholismus nicht. Edo Klün weiß genau, wovon er spricht. Er leitet eine Selbsthilfegruppe in Groß-Gerau. »Ich spreche offen über meine Krankheit und verstecke mich nicht, wohl wissend, dass es oft scheele Blicke nach sich zieht, aber in der Regel ernte ich eine ganze Menge Anerkennung für meine Offenheit. Das Einstiegsalter in die Abhängigkeit liegt meist sehr früh, da gibt es zur Konfirmation das erste Glas, oder viele wollen auch nicht auf Partys zurückstehen, wenn sie nichts trinken. Ich selbst habe als Siebenjähriger zu der Rotweinflasche meines Uropas gegriffen – zwei kleine Gläser und ich war volltrunken. Nach der Ursache zu forschen, die zu meiner Abhängigkeit geführt hat, war ein steiniger Weg über viele Jahre. Ich weiß heute, welche tiefen »Seelenkratzer« mich an mir selbst zweifeln ließen, und ich glaubte, all das ohne Alkohol nicht schaffen zu können. Gründe, zum Suchtmittel zu greifen, gab es viele, doch nie eine Rechtfertigung, denn es änderte sich rein gar nichts! Unsere Selbsthilfegruppe unterstützt an dieser Stelle. Sie gibt Trost, Ermunterung und Rat für die Betroffenen und deren Angehörige, die den Teufelskreis der Krankheit miterleben und -erleiden müssen. Unser Leitthema lautet: Nur du allein schaffst es, aber du schaffst es nicht allein.«

Starke Eltern- Internetplattform

Wie viel Schokolade ist erlaubt? Immer zu dritt im Ehebett? Wie schütze ich mein Kind vor Suchtgefahren? Hilfe, unser Nachwuchs pubertiert!

Dies sind nur einige Herausforderungen, die Eltern täglich begegnen. Unterstützung bei dieser verantwortungsvollen Aufgabe bietet das Internetportal für Erziehung und Suchtvorbeugung www.starke-eltern.de – starke-eltern.de ist eine Kooperation der AOK Hessen, der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) e. V. und den hessischen Fachstellen für Suchtprävention.



Christine Trowitzsch,
Leiterin der Hauptabteilung
Unternehmenspolitik/-kommunikation
der AOK Hessen

AOK Hessen: Engagiert für Suchtkranke und Selbsthilfe

Sucht hat viele Gesichter- um nicht zu sagen: viele grässliche Fratzen. Egal ob es sich um Alkohol, Nikotin oder Tabletten, Cannabis, Internet, Spielsucht oder sonstiges zwanghaftes Verhalten dreht. Untersuchungen gehen von etwa 74.000 Todesfällen pro Jahr in Deutschland aus, die allein durch den Alkoholkonsum oder den kombinierten Konsum von Tabak und Alkohol verursacht werden. Auch steigt seit Jahren die Zahl der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen an, die aufgrund eines akuten Alkoholmissbrauchs stationär behandelt werden müssen.

Um die Abhängigkeit zu bewältigen, sind enorme Kraftanstrengungen und ein langer Atem notwendig. Dies ist unheimlich schwer. Am besten ist es natürlich, erst gar nicht den Verführungen von Rauschmitteln zu unterliegen. Aber wir alle wissen, wie schwer das mitunter sein kann.

Sucht ist auch ein wichtiges Thema für die AOK Hessen. Vollstationäre Entgiftung, Therapie, Abstinenzsicherung und Rehabilitation – das alles sind Leistungen der AOK für Betroffene. Besonders am Herzen liegt uns jedoch die Prävention, die Aufklärung, um Suchtverhalten vorzubeugen. Hiermit kann gar nicht früh genug angefangen werden. Unser Kindergartenprojekt »Papilio« ist hierfür ein perfektes Beispiel: Damit stärken wir die sozial-emotionale Kompetenz von Kindern, um die psychosoziale Gesundheit zu stärken sowie Sucht und Gewalt im Jugendalter vorzubeugen. Das ist die Basis für ein selbstbestimmtes und eigenverantwortliches Leben im Erwachsenenalter. Auch die Eltern werden durch ein gemeinsames Projekt mit der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen e. V. (HLS) und der Hessischen Fachstelle für Suchtprävention unterstützt: Die Internetplattform starke-eltern.de bietet rund um dieses Thema viele Informationen und Möglichkeiten zum inhaltlichen Austausch.

Beim Thema Sucht nehmen natürlich auch die vielen Selbsthilfegruppen in Hessen eine immens wichtige Rolle ein, die durch ihre Erfahrung Hilfe zur Selbsthilfe anbieten. Gerne unterstützt die AOK Hessen diese wertvolle Arbeit – finanziell wie auch beratend.

Papilio macht stark und selbstbewusst

Über 30.000 hessische Kinder und 1.500 pädagogische Fachkräfte kennen sie mittlerweile: Heulibold, Zornibold, Bibberbold und Freudibold – die Augsburgers Kistenkoblde. Sie sind die Hauptdarsteller des Präventionsprogramms Papilio, das im letzten Jahr seinen zehnten Geburtstag in Hessen feierte. Auch in diesem Jahr sind die Koblde wieder in Hessen zu Gast.



Kindergartenkinder freunden sich mit den Kistenkoblde an, die sie bereits aus dem Buch »Paula und die Kistenkoblde« kennen

»Papilio macht stark und selbstbewusst, damit Kinder und Jugendliche als gestandene Persönlichkeiten allen Sucht- und Gewaltversuchungen, mit denen sie im Laufe ihres Lebens konfrontiert werden, widerstehen können« Dr. Michael Karner, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der AOK Hessen, bringt auf den Punkt, was Ziel und Anspruch von Papilio ist. Sucht- und Gewaltprävention kann gar nicht früh genug beginnen. Daher setzt Papilio im Kindergarten an.

Anfang in Mühlthal

Und das schon seit über zehn Jahren. Hessen war von Anfang an dabei – schon im Juni 2005 fand in Mühlthal die erste Trainer-Fortbildung für 17 Fachkräfte statt. Da war die wissenschaftliche Begleitstudie noch gar nicht abgeschlossen. Die offizielle Auftaktveranstaltung für Hessen fand dann im Frühjahr 2006 in Bad Nauheim statt, und das Programm machte elf Mal in hessischen Orten Halt. Im letzten Jahr wurde das zehnjährige Jubiläum mit einem Symposium in den Wiesbadener Kurhaus Kolonnaden begangen.

Dabei schaute die Augsburgerin Heidrun Mayer, Vorsitzende des Vereins Papilio e.V., auf die Anfangstage zurück: »Das Besondere in dieser Anfangszeit war, dass so viele Beteiligte an einem Strang zogen.« Die AOK Hessen war gleich dabei, wie auch die Hessische Landesstelle für Suchtfragen

(HLS). Heidrun Mayer freut sich besonders über das Engagement der Gesundheitskasse: »Wir würden uns schon wünschen, dass es mehr Kassen wie die AOK Hessen gäbe, die ihre gesellschaftliche Rolle auch tatsächlich ernst nähmen und den bestehenden Problemen wirksam begegneten.«

Stefan Grüttner ist Sozialminister in Hessen und Schirmherr von Papilio. Für ihn war es wichtig, dass landesweit ein wirksames Suchtpräventionsprojekt installiert wurde, damit sich Kinder zu selbstbewussten Jugendlichen entwickeln können. »Mit Papilio wird nachgewiesenerweise schon im Kindergarten eine gute und effektive Sucht- und Gewaltprävention geleistet. Dieses Engagement unterstütze ich bis heute gerne.« Detlef Betz, der Vorsitzende der HLS, betonte, »dass Papilio kein einmaliges Projekt, sondern eine grundsätzliche Haltung ist, die sich in jeder Kindertageseinrichtung auf den Ebenen der Erzieherinnen, Kinder und Eltern zeigen sollte.«

Altersgerecht, spielerisch, effektiv

Alle Beteiligten und Redner betonten, dass Prävention und Gesundheitsförderung nicht nur früh ansetzen müssen, sondern auch auf die Entwicklungsstufe der Zielgruppe ausgerichtet – in diesem Fall also kindgerecht – sein müssen. Sonst funktioniert Gesundheitsförderung nicht. Kinder müssen spielerisch unterstützt werden, um mit Spaß Kompetenzen zu erwerben. Papilio leistet hierzu gerade mit »Paula und die Kistenkoblde« einen wichtigen Beitrag. Zentraler Baustein für die Erzieherinnen und Erzieher ist die Schulung im entwicklungsfördernden Erziehungsverhalten, um die Kinder durch das eigene Verhalten altersgerecht zu entwickeln.

Auch in diesem Jahr sind Heulibold, Zornibold, Bibberbold und Freudibold wieder zu Gast in Hessen. Anfang Juni startet die Tour in Offenbach, es folgen drei weitere Gastorte. Damit haben auch 2016 etwa 1.800 Kinder die Chance, Paula und ihre Kistenkoblde live zu sehen.

Heute kann Papilio eine stolze Bilanz aufweisen:

Hessen

- 39 Trainerinnen und Trainer
- 1.518 pädagogische Fachkräfte
- 244 Papilio-Kitas
- 30.360 erreichte Kinder

Bund

- 187 Trainerinnen und Trainer
- 6.180 pädagogische Fachkräfte
- 1.258 Papilio-Kitas
- 123.600 erreichte Kinder

Aufklärung Prävention und landesweite Projekte

Interview | Wir sprachen mit Wolfgang Schmidt-Rosengarten, dem Geschäftsführer der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS), über die Aufgaben, Strukturen und Finanzierung der HLS.



Herr Schmidt-Rosengarten, seit wann gibt es die HLS?

2011 haben wir unser 50-jähriges Jubiläum und drei Jahre später das 65-jährige Jubiläum gefeiert.

Wie geht denn das?

Aus Anlass des Jubiläums wollten wir gerne eine Festbroschüre herausgeben und haben nach Unterlagen gesucht. Im Zuge dieser Arbeit ist uns dann das Gründungsprotokoll der HLS aus dem Jahr 1949 in die Hände gefallen. In diesem Jahr wurde die HLS als Arbeitsgemeinschaft gegründet, und 1961 wurde sie dann in einen e.V. übergeführt. Daher haben wir drei Jahre nach dem 50-jährigen Jubiläum das 65-jährige Jubiläum gefeiert.

Wie ist denn die Struktur der HLS, und wer verbirgt sich dahinter?

Die HLS ist ein Zusammenschluss derjenigen Verbände der Liga der freien Wohlfahrtspflege in Hessen und ihrer Mitgliedsorganisationen, die auf dem Gebiet der Prävention und der Hilfe für Gefährdete und Abhängige tätig sind. Dies sind die evangelische Landesarbeitsgemeinschaft der Suchthilfe der Diakonie Hessen, die Caritas Landes-Arbeits-Gemeinschaft Sucht, der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband, die

Arbeiterwohlfahrt und der DRK Landesverband Hessen e.V. Es gibt einen Vorstand, der paritätisch von den fünf Mitgliedsverbänden besetzt wird. In Frankfurt haben wir die hauptamtlich besetzte Geschäftsstelle der HLS mit zurzeit acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Wie finanziert sich die HLS?

Die HLS wird vorwiegend durch das Hessische Ministerium für Soziales und Integration finanziert. Wir bekommen aber auch Mitgliedsbeiträge, Spenden, Bußgelder und freiwillige Zuwendungen. Die Krankenkassen unterstützen uns durch Projektförderung.

Herr Schmidt-Rosengarten, was sind die wichtigsten Aufgaben der HLS?

Ein Schwerpunkt der Arbeit der HLS liegt in der Konzeption und Organisation von landesweiten Projekten. Während die HLS bei der Umsetzung der Projekte vor allem eine koordinierende Rolle einnimmt, werden die konkreten zusätzlichen Angebote vor Ort von den Suchthilfeträgern erbracht. Dabei arbeitet die HLS auch mit der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen und der Bundesarbeitsgemeinschaft der Landesstellen für Suchtfragen zusammen. Die wichtigsten Aufgaben sind die Prävention und die Aufklärung durch Öffentlichkeitsarbeit, aber auch die Durchführung von Seminaren und das Erstellen von Suchthilfebroschüren oder auch das Adressenverzeichnis der Suchthilfeangebote, um nur ein paar unserer Aufgaben und Angebote zu nennen.

Sie machen ganz viele Projekte zum Thema Sucht. Gemeinsam mit der AOK Hessen gibt es das Programm Papilio und auch die Internetplattform »starke-eltern.de«. Was für Projekte gibt es noch bei der HLS?

Zum Thema Alkohol gibt es noch das Projekt »HaLT (Hart am Limit) in Hessen«, eine Frühintervention bei jugendlichen Rauschtrinkern, das Projekt »webC@RE«, ein innovatives Hilfeangebot für Menschen mit problematischem Nutzungsverhalten an Bildschirmmedien, sowie ein Projekt zur Computer- und Internet-sucht: »Netz mit Web-Fehlern?«. Zum Thema Glücksspiel gibt es das Hessische Landesprojekt Glücksspielsuchtprävention und Beratung. Ganz viele Informationen zu den Projekten und noch viel mehr findet man auch auf der Homepage der HLS: www.hls-online.org

Das sind sehr viele Projekte, die Sie durchführen und vorantreiben. Wie sind die hessischen Selbsthilfegruppen bei Ihnen eingebunden?

Die örtlichen Selbsthilfegruppen sind meistens einem der Wohlfahrtsverbände angeschlossen. Seit 2004 gibt es das Netzwerk der Suchtselbsthilfe in Hessen – die Landeskonferenz der Suchtselbsthilfe Hessen bei der HLS (HLS-LKSH). Hier kooperieren die etwa 550 Selbsthilfe- und Abstinenzgruppen, Organisationen und Vereine. Hinzu kommen noch etwa 200 Gruppen der Anonymen Alkoholiker und sonstige Selbsthilfegruppen im Suchtbereich. Die HLS bietet hier die Plattform für die Verzahnung der professionellen und der ehrenamtlichen Selbsthilfe in Hessen. Es ist toll, dass es einen verbandsübergreifenden Informationsaustausch, gemeinsame Projekte und Initiativen gibt. Die diesjährige Landeskonferenz der Suchtselbsthilfe in der HLS stand unter dem Motto »Kinder aus suchtbelasteten Lebensgemeinschaften – Vergessenen Kindern eine Stimme geben«, was von der AOK Hessen gefördert wurde.

Herr Schmidt-Rosengarten, ich danke Ihnen recht herzlich für das Gespräch.

»Das tat gut und machte nach Jahren der Verzweiflung wieder Mut«

Sucht-Selbsthilfegruppen Groß-Gerau | Im Mittelpunkt der Gruppentreffen stehen das offene Gespräch und die Begegnung. Hier stehen sich Betroffene und Angehörige mit Rat und Tat zur Seite. In Hessen gibt es sehr viele Selbsthilfegruppen »Sucht« für Betroffene und auch deren Angehörige. Wir sprachen mit Rudi Stadler, Leiter der Gruppe Kreuzbund e.V. – Groß-Gerau 1.



Herr Stadler, seit wann gibt es Ihre Sucht-Selbsthilfegruppe in Groß-Gerau, und wie sind Sie dazu gekommen?

Unsere Gruppe 1 gibt es schon viele Jahre. Im Juli 2015 feierten wir 40 Jahre Sucht-Selbsthilfe in Groß-Gerau. Wir, meine Frau und ich als Angehöriger, kamen im Oktober 1977 in die Gruppe. Der Kampf gegen die Alkoholsucht schien aussichtslos, er drohte unsere Familie zu zerstören. Die Kreuzbundgruppe gab mir schnell das Gefühl, im Kampf gegen die zerstörerische Sucht nicht mehr allein zu sein. Das tat gut und machte nach Jahren der Verzweiflung wieder Hoffnung. Mit Hilfe der Gruppe und therapeutischer Unterstützung durch Einzelgespräche war meine Frau nach zwei Jahren endlich bereit, eine Langzeitentwöhnung zu machen. Sie beendete diese erfolgreich, ein neues, abstinentes Leben begann. In nunmehr fast vierzig Jahren Gruppenbesuche habe ich viele tragische und traurige Schicksale kennengelernt. Meine Erfahrungen als Angehöriger konnte ich an Hilfesuchende weitergeben und durch den Erfahrungsaustausch Wege aus der Sucht aufzeigen. Nach dem viel zu frühen Tod unseres Gruppenleiters im Januar 2012 übertrug die Gruppe per Wahl mir als Sprecher Gruppenverantwortung.

Wo, wann und wie häufig treffen Sie sich? Wie kann ich mir Ihr Gruppentreffen vorstellen?

Unsere Gruppe für Betroffene und Angehörige trifft sich jeden Montag um 19 Uhr mit zwölf bis 18 Personen. Die Gruppe ist für mich wie zur zweiten Familie geworden, entsprechend herzlich fällt jedes Mal die gegenseitige Begrüßung aus. Die Verhältnisse Männer zu Frauen und Angehörige zu Betroffenen sind fast ausgeglichen. In Groß-Gerau haben wir auch noch zwei weitere Gruppen: Die Gruppe 2 trifft sich jeden zweiten Dienstag und die Gruppe 3, die Informations- und Aufbaugruppe, trifft sich jeden Mittwoch.

Was ist Ihnen an der Gruppenarbeit wichtig?

Offenheit und Ehrlichkeit sind wichtig und vor allem gilt das Gebot der Verschwiegenheit- also was in der Gruppe gesprochen wird, muss in der Gruppe bleiben. Nur so können wir in der Gruppe unsere Probleme ansprechen. Auch ist die Gruppe füreinander da, wenn man sie braucht, und wir erleben die Gruppenabende in einer angenehmen Gemeinschaft.

Wie sieht Ihre Gruppenarbeit aus?

In der Rückschau zum Anfang des neuen Jahres wird sich ausgetauscht, ob wir noch auf Kurs sind oder Veränderungen hilfreich wären. Beim Gruppenabend werden zunächst Organisatorisches, Einladungstermine für Seminare, Veranstaltungen und Verbandsinterne besprochen. Dann schauen wir, ob jemand was mitgebracht hat oder ob aus dem letzten Treffen noch was offen ist, so dass es dann angesprochen werden kann. Ist das nicht der Fall, bringt eine Blitzlichtrunde genügend Gesprächs-

stoff, bei der jedes Gruppenmitglied über sein derzeitiges physisches und psychisches Befinden berichtet. Situationen aus dem täglichen Leben, doch auch ganz allgemeine Themen als Impulse für interessante Gesprächsrunden. Da, oder gerade weil, für viele von uns die schwere Zeit der Sucht lange zurückliegt, ist es gut, in Abständen darüber zu sprechen. Bei allen, besonders bei den Angehörigen, sind die schrecklichen Bilder, Gefühle der Angst und des Misstrauens meist sofort wieder präsent. Sensibilisierung für die vielgestaltigen Gefahren des Rückfalls ist sehr wichtig. Hier liegt der große Nutzen unserer Arbeit in den Sucht-Selbsthilfgruppen.

Das sind Beispiele, die zeigen, wie wertvoll die Selbsthilfearbeit ist. Wie ich weiß, machen Sie aber auch noch mehr.

Ja, durch unseren Verband haben wir die Möglichkeit, an Aus-, Weiterbildungs- und Verbandsveranstaltungen teilzunehmen. Verschiedene Freizeitaktivitäten dienen dem gegenseitigen Kennenlernen, bieten die Möglichkeit für interessante Gespräche und sind für den Gesundheitsprozess der von Sucht betroffenen Familien wertvoll. Die Hilfsangebote der Sucht-Selbsthilfe sind kostenlos, doch sie sind nicht kostenfrei. Deshalb wissen wir die gesetzlich vereinbarten Zuwendungen der Krankenkassen sehr zu schätzen und danken auch der AOK Hessen für die finanzielle Unterstützung unserer Arbeit.

Herr Stadler, ich danke Ihnen für das Gespräch, und wir wünschen Ihnen und Ihrer Gruppe für die wertvolle Arbeit alles Gute.

www.kreuzbund-gross-gerau.de

Projekt

»Junge Selbsthilfegruppe«

Neugründung einer Selbsthilfegruppe | Unter dem Titel »Immer wieder Ärger wegen Alkohol, Cannabis & Co.« startet im Herbst 2016 das Projekt »Junge Selbsthilfe« als Kooperation des Selbsthilfebüros Odenwald, des DRK-Sucht- und Selbsthilfezentrums Odenwaldkreis sowie der Fachstelle für Suchtprävention. Gefördert wird dieses Projekt durch die AOK Hessen.

Das Ziel des Projektes ist die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene zwischen 18 und 27 Jahren, die im Zusammenhang mit ihrem Suchtmittelkonsum zum Beispiel soziale, berufliche oder gesundheitliche Beeinträchtigungen erleben.

In der sich wöchentlich treffenden Gruppe werden ein Rahmen und ein Ort geboten, wo sich die jungen Erwachsenen zu ihren Erfahrungen, ihren erlebten Beeinträchtigungen und Fragen auf Augenhöhe miteinander austauschen können.

Eine fachliche Unterstützung in der Anfangszeit wird gegeben sein. Die Teilnahme ist freiwillig und kostenlos! Wer sich für die Gruppe entscheidet, verpflichtet sich damit keineswegs automatisch zu einer wöchentlichen Teilnahme, und es besteht selbstverständlich eine absolute Schweigepflicht. Abstinenz ist ebenfalls keine Voraussetzung für die Teilnahme.

Treffpunkt wird das neue DRK-Sucht- und Selbsthilfezentrum (ehemaliges VHS-Gebäude) Erbach sein. Wer nähere Informationen möchte, kann sich gerne an Frau Friedel Weyrauch wenden.

Friedel Weyrauch
DRK-Selbsthilfezentrum
in der Bahnstraße 43, 64711 Erbach
Tel.: 06062 60760 oder
0162 2578112
selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de

Impressum

Forum plus – Informationsdienst für
Patienten und Selbsthilfe der AOK –
Die Gesundheitskasse in Hessen

Herausgeber

AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
Christine Trowitzsch (V.i.S.d.P.),
Hauptabteilungsleiterin
Unternehmenspolitik/-kommunikation
Basler Straße 2, 61352 Bad Homburg v.d.H.
Telefon 06172 272-178
Fax 06172 272-139
E-Mail forumplus@he.aok.de
Internet www.aok.de/hessen

Redaktionsleitung

Susanne Strombach

Redaktionsmitglieder

Susanne Strombach, Detlef Nitsch,
Norbert Staudt

Redaktionsschluss

1. Juni 2016

Titelbild © freshidea – Fotolia

Realisation

Meinhardt Verlag und Agentur
Magdeburgstraße 11, 65510 Idstein
www.meinhardt.info

ISSN: 1863-0782