



AOK-Beiratsvorsitzende Renate Hebertinger (li.), AOK-Direktor Erwin Reiser (re.) und Ansprechpartnerin Bettina Wallner (2. v. re.) mit Vertreterinnen von drei der insgesamt 34 SH-Gruppen im Landkreis.  
Foto: Becker

## Kranke helfen sich selbst

**Im Landkreis gibt es 34 Selbsthilfegruppen – AOK unterstützt die Hilfe zur Selbsthilfe**

Von Holger Becker

Zu einem Erfahrungsaustausch trafen sich die Vertreter der AOK-Direktion Rottal-Inn und von drei der insgesamt 34 Selbsthilfegruppen, die es im Landkreis gibt. „Neben einer modernen medizinischen Versorgung ist die Eigeninitiative sehr wichtig, denn die Betroffenen merken in der Gruppe, dass sie nicht allein sind mit ihrer Erkrankung“, betonte dabei AOK-Beiratsvorsitzende Renate Hebertinger.

„Je mehr Selbsthilfegruppen es im Landkreis gibt, desto bes-

ser“, meinte AOK-Direktor Erwin Reiser. Die AOK unterstütze daher die SH-Gruppen, zum Beispiel durch die Bereitstellung von Räumlichkeiten und finanziell durch eine Förderung, die wie im letzten Jahr auch heuer wieder 12.000 Euro umfassen wird. „Wir geben aber auch Hilfestellung für Neugründungen“, hob Reiser hervor.

Ihre Erfahrungen in den Selbsthilfegruppen schilderten Marianne Esterbauer, Gisela Herré und Brigitte Weiß von der CA-Selbsthilfegruppe für Krebskranke, Traudl Altmann von der Rheuma-Liga Rottal sowie Eva Gerhardinger und Traudl Meister von der Post-Polio-Selbsthilfegruppe Rottal-Inn, die das Thema Kinderlähmung wieder mehr in die Öffentlichkeit rücken will. Denn, was viele nicht wissen: Rund 70 Prozent der Betroffenen erkrankt im Erwachsenenalter am so genannten Post-Polio-Syndrom.

Ob Erfahrungsaustausch, ge-

meinsame Ausflüge oder Vorträge: „Das Gesellschaftliche ist bei den Selbsthilfegruppen ganz wichtig“, sagte Traudl Altmann. Letztlich werde man von den anderen in der Gruppe auch motiviert, seine Krankheit anzunehmen und etwas dagegen zu tun. Oft seien andere Betroffene besser über ihre Krankheit informiert als manche Ärzte, berichteten die Vertreter der drei SH-Gruppen.

Positiv bewertet wurde ein Vorschlag von Renate Hebertinger: Im Foyer der AOK-Direktion in Pfarrkirchen soll den Selbsthilfegruppen im Landkreis die Möglichkeit gegeben werden, sich und ihre Arbeit abwechselnd darzustellen.

Nähere Informationen (z. B. auch über Fördermöglichkeiten) gibt es bei AOK-Mitarbeiterin Bettina Wallner unter Tel. 08561 / 23122. Informationen und Ansprechpartner der Selbsthilfegruppen im Landkreis erhält man im AOK-Ratgeber 2010.

erschienen im Wochenblatt Rottal-Inn am 24.03.2010