

Selbsthilfegruppe in Höxter: Gemeinsam gegen den Schmerz und für die Hoffnung

Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen Schmerzen in Höxter gegründet. Erfahren Sie, wie sie Betroffenen unterstützt und wie Sie teilnehmen können.

Neue selbstorganisierte Gruppe zur Unterstützung von Betroffenen mit chronischen Schmerzen etabliert

Ein neuer Ansatz zur Bewältigung von langanhaltenden Schmerzen hat in der Gemeinde [Höxter an Bedeutung gewonnen. Menschen, die unter Rheuma, Migräne, Arthrose, den Auswirkungen von Schlaganfällen, Gefäßerkrankungen oder Unfallfolgen leiden, stoßen auf ähnliche Herausforderungen. Trotz der Vielfalt an Krankheiten und Beeinträchtigungen teilen sie alle ein gemeinsames Problem: Ihre Schmerzen sind chronisch, was bedeutet, dass sie über einen Zeitraum von mehr als drei Monaten bestehen und immer wiederkehren können.](#)

[Die Mitglieder dieser neu gegründeten Selbsthilfegruppe haben schon lange mehr als drei Monate mit ihren Schmerzen zu kämpfen. Jahre voller quälenden Schmerzen und schwindender Hoffnung haben sie durchlebt, begleitet von unzähligen Arztbesuchen, Therapien und Einschränkungen, die oft zur Berufsunfähigkeit führten. „Wir haben alle Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft und fühlen uns verloren“, erklärt Ralf Diekötter treffend die Situation.](#)

[Neben den körperlichen Schmerzen und Einschränkungen ist auch die psychische Belastung für viele Betroffene eine große](#)

Herausforderung. Der Kampf um Anerkennung ihrer Krankheiten, die Suche nach Unterstützung und Hilfsmitteln sowie die ständige Bewältigung von Schmerzen kann zu Depressionen führen.

Unterstützung und Austausch mit Gleichgesinnten

Die Selbsthilfegruppe bietet den Betroffenen die Möglichkeit, sich ohne Erklärungen oder Zurückhaltung zu treffen. Jeder in der Gruppe teilt ähnliche Erfahrungen und allein das Aussprechen der Probleme kann eine enorme Erleichterung sein, wie Sabine Oberhommert, die Ansprechpartnerin der Gruppe, betont. Erfahrungen zu Ärzten, Therapien und Medikamenten werden ausgetauscht, über Hilfsangebote und rechtliche Ansprüche informiert und manchmal Referenten eingeladen. Ralf Diekötter schätzt vor allem den gegenseitigen Zuspruch und die positive Energie, die er durch die Interaktion mit anderen Betroffenen erfährt. Statt sich zurückzuziehen, kann er jetzt auf die Unterstützung der Gruppe zählen und sich sagen lassen: „Du schaffst das“.

Die Selbsthilfegruppe möchte weitere Menschen ermutigen, sich ihnen anzuschließen. Die regelmäßigen Treffen haben positive Auswirkungen auf die Teilnehmer und diese positiven Effekte sollen mit möglichst vielen Menschen geteilt werden. Sabine Oberhommert steht unter der Nummer 0152 27907746 für Rückfragen zur Verfügung. Zudem kann man sich an das Selbsthilfebüro in Höxter wenden, um weitere Informationen zu erhalten und Kontakt aufzunehmen.

- NAG

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de