AKTUELLE NACHRICHTEN
Deutschland
NACHRICHTEN AG

Selbsthilfe für COPD-Patienten: Neue Gruppe in Höxter gegründet!

Am 22.01.2025 wird in Höxter eine Selbsthilfegruppe für COPD-Patient:innen gegründet, um Unterstützung und Erfahrungsaustausch zu bieten.

Am 22. Januar 2025 wird in Höxter eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) gegründet. Diese Initiative zielt darauf ab, den Betroffenen einen Raum für Unterstützung und Erfahrungsaustausch zu bieten. COPD ist eine fortschreitende Atemwegserkrankung, die durch Atemnot, chronischen Husten und eingeschränkte Belastbarkeit gekennzeichnet ist. Die Initiatorin der Gruppe hebt hervor, dass viele Patienten im Alltag oft das Gefühl haben, allein zu sein, und unter Angst- sowie Panikattacken leiden können. Eine Selbsthilfegruppe kann hier wertvolle Hilfe leisten.

Der soziale Austausch ist ein zentraler Aspekt dieser neuen

Selbsthilfegruppe in Höxter, denn er ermöglicht es den Teilnehmenden, den Herausforderungen ihrer Erkrankung begegnen zu können. Die Gruppe richtet sich sowohl an frisch Diagnostizierte als auch an langjährig Erkrankte. Hier können sie nicht nur ihre Sorgen teilen, sondern auch praktische Tipps zur Bewältigung des Alltags erhalten. Die Gruppe bietet somit einen sicheren Raum für offene Gespräche.

Unterstützung und Information

Laut einem Bericht von leichter-atmen.de können Gespräche mit anderen chronisch kranken Patient:innen positive Effekte auf den psychischen und physischen Gesundheitszustand haben. Besonders Lungensport und Selbsthilfegruppen erweisen sich als hilfreiche Unterstützungsangebote für COPD-Patient:innen. In Selbsthilfegruppen kann nicht nur der Austausch mit anderen stattfinden, sondern auch eine moralische Unterstützung geboten werden. Viele Gruppenleiter sind selbst betroffene Patient:innen, was den Austausch auf Augenhöhe fördert und von Vorteil ist.

Die neue Selbsthilfegruppe in Höxter wird durch das Selbsthilfe-Büro Kreis Höxter unterstützt. Dieses Büro bietet umfassende Informationen und Beratung zu Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen, sowie Unterstützung bei der Gründung neuer Gruppen. Der Kontakt kann über die Telefonnummer 05271 694 10 45 oder per E-Mail aufgenommen werden. Weitere Informationen sind auch auf der Webseite des Selbsthilfe-Büros verfügbar: **selbsthilfe-hoexter.de**.

Die Bedeutung von Gemeinschaft

Selbsthilfegruppen schließen eine wichtige Lücke im Sozial- und Gesundheitssystem, wie ein Bericht von leichter-atmen.de betont. Sie bieten nicht nur wichtige Informationen, sondern auch Gemeinschaft und Freundschaften, die über die Gruppenaktivitäten hinaus bestehen können. Regelmäßige Treffen mit engagierten Mitgliedern fördern nicht nur das

Gemeinschaftsgefühl, sondern helfen auch im Umgang mit Ämtern und Versicherungen.

Zudem sind viele Selbsthilfegruppen auch Plattformen für regelmäßige Informationsveranstaltungen mit Experten aus den Bereichen Medizin, Apotheke und Physiotherapie. Diese Veranstaltungen können den Teilnehmenden wertvolle Einblicke in ihre Erkrankung geben und ihre Lebensqualität steigern. Zudem können Angehörige in diesen Gruppen wertvolle Perspektiven beisteuern und den Zugang zur Gruppe für Betroffene erleichtern.

Insgesamt zeigt sich, dass die Teilnahme an Selbsthilfegruppen das psychische Wohlbefinden von COPD-Patienten erheblich steigern kann. Die Gründung der neuen Selbsthilfegruppe in Höxter ist ein Schritt in die richtige Richtung, um den Betroffenen eine wertvolle Unterstützung in ihrem Alltag zu bieten. Über die in der Region etablierten Selbsthilfeangebote können Erkrankte ermutigt werden, aktiv an ihrer Gesundheit zu arbeiten und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Details	
Quellen	• **www.hoexter-news.de** • **www.leichter-atmen.de**

Besuchen Sie uns auf: aktuelle-nachrichten.net