

Sauerstoff ist Leben

Michael Golinske macht Langzeit-Sauerstoff-Patienten Mut

VON INA RETKOWITZ

DORSTEN. Der Mensch kann Tage leben ohne Essen, Stunden ohne Trinken, aber nur Minuten, ohne zu atmen. „Sauerstoff ist Leben“, heißt es also nicht ohne Grund. Für Patienten, die an einer chronisch erkrankten Lunge und trotz guter medikamentöser Einstellung an einem chronischen Sauerstoffmangel leiden, bedeutet das eine Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) im wahrsten Sinne des Wortes einen Anschluss an dieses Leben. Das weiß Michael Golinske nur zu gut.

Golinske ist seit 2004 an der COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease – siehe auch Service Gesundheit, Seite 4) erkrankt und litt schon immer unter Asthma. Nach zwei Lungenembolien bekommt er seit 2006 die Sauerstoff-Langzeit-Therapie über 24 Stunden. „Selbstverständlich muss man einiges im Alltag ändern oder vielmehr umorganisieren, aber mittlerweile gehört die Therapie zu mei-

Die Deutsche Sauerstoffliga

Die Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V. wurde im September 1997 in Bad Reichenhall unter Schirmherrschaft der Deutschen Atemwegsliga gegründet.

45 Patientinnen und Patienten machten den Anfang. Inzwischen zählt die LOT-Gruppe bundesweit etwa 2600 Mitglieder mit rund 45 regionalen Gruppen und Ansprechpartnern.

nem Leben, wie das Duschen oder zu Bett gehen“, sagt er. Auch Urlaube müssten überlegt sein, aber selbst da gebe es kaum Einschränkungen.

Derlei Selbstverständlichkeit, mit der Golinske seine Krankheit meistert, bedeutet natürlich Arbeit: Von Beginn

an hat er sich in einer Selbsthilfegruppe, zu der ihn sein Lungenfacharzt gebracht hatte, engagiert und später dann eine eigene Gruppe in Dorsten mitgegründet. Inzwischen ist er seit drei Jahren im Bundesvorstand der Deutschen Sauerstoffliga LOT ehrenamtlich tätig. Die Selbsthilfegruppe führt Patienten

mit unterschiedlichen Erkrankungen zusammen. Sie alle leiden aber unter schwerer Hypoxämie (Sauerstoffmangel). Ihnen allen gemeinsam ist so auch die Sauerstoff-Langzeit-Therapie mit all ihren technischen, finanziellen, logistischen und nicht zuletzt psychosozialen Problemen.

„Chance und Lebensperspektive“

Und so sieht es diese Selbsthilfegruppe als ihre vordringliche Aufgabe an, Hilfe zur

Selbsthilfe zu geben, bei Alltagsproblemen mit der O2-Therapie zu beraten und auch „Nachbarschaftshilfe“ zu leisten. Alle Sauerstoff-Patienten, ihre Partner und Familien sollen ermutigt werden, die für sie neuen und ungewohnten Erschwernisse besser zu ertragen. „Schließlich sollte diese Therapie nicht als Einschränkung, sondern als Chance und neue Lebensperspektive begriffen werden“, so Golinske.

In Dorsten trifft sich die Gruppe immer am zweiten Mittwoch im Monat. Entweder hat Golinske dann einen Vortrag organisiert (im Vortragsraum des St.-Elisabeth-Krankenhauses Dorsten, Ebene 0), oder er lädt zum gemütlichen Austausch im Cafe Elisa, Gahlener Straße, in Dorsten. Oder er ist im Umgang mit den Behörden und Versorgern behilflich. Inzwischen gibt es knapp 70 Betroffene und An-

gehörige, die auf der Mitgliederliste stehen: Meistens kommen davon 20 bis 30 zu den Gruppentreffen. Wer es nicht aus eigener Kraft schafft: „Gerne fahre ich auch zu den Betroffenen nach Hause und stehe dort neuen Sauerstoffpatienten zur Seite. Auch nach den Vorträgen stehe ich für weitere Fragen zur Verfü-

„Vertrauen in die Geräte bekommen“

gung“, sagt er, „außerdem versuche ich Treffen in der Öffentlichkeit zum Beispiel ein Schulungswochenende in der Espan-Klinik (Fachklinik für pneumologische Erkrankungen) in Bad Dürkheim zu organisieren, damit Betroffene Vertrauen in ihre Sauerstoffgeräte bekommen, und die Scham über die Nasenonde abbauen.“ Am 31. August fährt die Gruppe bereits zum



Mitglieder der Selbsthilfegruppe auf Tour: Am 31. August 2011 geht es auch wieder an den Mönnesee. —FOTO: PRIVAT



Selbsthilfegruppen

Heute:
Einunddreißigster Teil:
LOT-Sauerstoffliga

Nächste Woche:
Parkinson-Gruppe

zweiten Mal zum „Therapeutischen Spaziergang“ an den Mönnesee. Golinske: „Diese Veranstaltungen halte ich persönlich für ganz wichtig.“ Sie verbessere die Leistungsfähigkeit und Mobilität – und damit die Lebensqualität.

Zum Thema Bewegung passt ein weiteres Angebot: Vor vier Jahren hat die Gruppe in Zusammenarbeit mit dem Dorstener Krankenhaus eine Lungensportgruppe ins Leben gerufen. Mittlerweile gibt es vier Gruppen die sich jetzt unter der Regie der PUR (Prävention und Rehabilitation), einem Ableger des Dorstener Krankenhauses, jeden Montag und Mittwoch treffen. Dieser Lungensport wird zum Teil von Krankenkassen getragen. Nähere Auskünfte erteilt Michael Golinske gern.

INFO Kontakt: Michael Golinske, Schulten Kamp 18, 46284 Dorsten, ☎ 02362/9749921; Stellvertretung: Willi Alfes, Wiesengrund 22, 46244 Bottrop, ☎ 02045/5647; Mail: dorsten@sauerstoffliga.de www.sauerstoffliga.de

BRIEFE AN DIE REDAKTION

„Noch eine Zuckersucht zur Depression?“

— Von: Mechthild Lechtenbömer
— Betr.: Mittel gegen Depressionen – von Akupunktur bis Zucker
— vom 28. April 2011

„Ich hoffe nicht, dass nach dem Lesen des Artikels die Menschen noch mehr zu Industriezucker greifen! Haben wir nicht schon genug kranke Menschen durch schädliche Zivilisationskost?! Es ist doch bekannt, dass Industriezucker süchtig machen kann! Es ist absolut notwendig, eine scharfe Trennung zwischen dem Begriff Zucker als Kohlenhydrat in natürlichen Lebensmitteln und isoliertem Kohlenhydrat Fabrikzucker zu machen. Wenn ein Mensch Depressionen hat, braucht er sicher keinen Industriezucker, sondern vitalstoffreiche Vollwertkost; zur Depression wäre eine Zuckersucht sehr ungünstig!“

Frage markieren oder per Post schicken

Wenn Sie eine Frage an unsere HNO-Experten haben, gibt es zwei Möglichkeiten:
◆ E-Mail schicken an: info@nb-medien-service.de oder postalisch an folgende Anschrift: NB Medienservice, Hagenstr. 15, 45894 Gelsenkirchen.
◆ Weitere Tipps und eine Liste mit HNO-Ärzten: www.hnonet-nrw.de
◆ Sie können zu allen Themen Fragen stellen, die in Zusammenhang mit HNO-Problemen stehen.

SPARGELSTECHEN FÜR ANFÄNGER



Foto: Janfeld

Lesen Sie morgen, am 13. Mai, im Journal „Zum Wochenende“ in der Reportage, wie Redakteurin Mareike Graepel ihr Lieblingsgemüse von einer ganz anderen Seite kennenlernt.

Reddinghäuser Zeitung

Marler Zeitung

Hertener Allgemeine

Stimberg Zeitung

Batteler Morgenpost

Waltroper Zeitung

Im oder hinter dem Ohr?

Probleme mit Hals, Nase oder Ohren: Experten beraten Sie

GLADBECK. (greis/kommpublic) Sie fragen sich, warum Ihre Ohren sausen, Ihr Auge tränt, oder die Nase andauernd läuft. Für einen Arztbesuch erscheinen Ihnen ihre Beschwerden noch etwas zu geringfügig. Nun haben Sie die Möglichkeit, erst einmal unverbindlich bei einem HNO-Experten aus dem Vest nachzufragen, was wohl los sein könnte. In Zusammenarbeit mit dem HNO-net NRW beantworten wir Ihre Fragen. Natürlich ersetzt das keineswegs eine persönliche Behandlung beim Arzt Ihres Vertrauens.

Christiane S. (63 Jahre): Ich habe große Schwierigkeiten beim Verstehen von Nebengeräuschen. Vor circa sechs Jahren wurde mir ein Hörgerät empfohlen. Beim Probetragen hatte ich jedoch große Schwierigkeiten durch einen unerklärlichen Juckreiz. Mittlerweile hat sich mein Hörvermögen aber weiter verschlechtert. Nun

Allergisch auf Hörgeräte?

habe ich bei Bekannten gesehen, dass es Hörgeräte gibt, die hinter dem Ohr liegen und fast unsichtbar sind. Zahlen Krankenkassen solche Geräte und wie hoch ist dabei die Selbstbeteiligung? Unter welchen Umständen sind Hörgeräte zahlungsfrei?

Dr. Rainer Kränzlein, praktizierender Hals-Nasen-



Dr. Rainer Kränzlein, praktizierender HNO-Arzt in Gladbeck.

Ohren-Arzt aus Gladbeck und Mitglied im HNO-net NRW:

Neben klassischen Hinterdem-Ohr-Geräten (HdO) gibt es auch Im-Ohr-Geräte (IdO) sowie implantierbare Hörgeräte. Alle Modelle sind heute weiterentwickelt und bieten Patienten verbesserte akustische Eigenschaften sowie bequemes und unauffälliges Tragen.

IdO-Geräte eignen sich allerdings nur bis zur mittleren Schwerhörigkeit. In diesen Fällen bieten HdO-Geräte eine Alternative. Auch bestimmte Erkrankungen können ein Tragen herkömmlicher Hörgeräte ausschließen, beispielsweise chronische Gehörgangsentzündungen, allergische Kontaktdermatitis, chronische und eiternde Mittelohrentzündungen, einseitige Taubheit sowie Missbildungen von äußerem Ohr, Gehörgang oder Mittelohr. Stellen Hals-Nasen-Ohren-Ärzte eine entsprechende Diagnose, bieten sich teil-

oder vollimplantierbare Hörgeräte an. Dabei befestigen Experten einen winzigen Schwingungskörper im Ohr an der Gehörknöchelchenkette und gleichen so den Hörverlust im Innenohr aus. Fremdkörper, die zu Entzündungen oder Problemen führen können, gelangen so nicht in den Hörkanal. Des Weiteren nehmen Betroffene Klang und Sprache klarer als bei herkömmlichen Hörgeräten wahr.

Es gibt aber Ausnahmen

Bei Hörgeräteversorgung erfüllen Kassen ihre Leistungspflicht in der Regel mit Zahlung eines Festbetrages zwischen 300 bis 500 Euro. Wählen Versicherte höherwertige Hörgeräte, haben sie Mehrkosten und dadurch bedingte höhere Folgekosten selbst zu tragen.

Es gibt aber Ausnahmen bei dieser Regelung. In Einzelfällen übernehmen Krankenkassen beispielsweise Kosten für implantierbare Hörgeräte. Gleichen sogenannte Kassengeräte konkrete Hörbehinderungen nicht aus, können Betroffene die Alternativen in Anspruch nehmen. Stellt Ihr HNO-Arzt beispielsweise fest, dass Sie allergisch auf das Tragen herkömmlicher Geräte reagieren, sind Versicherte verpflichtet, eine Versorgung mit anderen Hörgeräten zu erstaten. Ob dies bei Ihnen der Fall ist, klären sie am besten mit Ihrem behandelnden HNO-Arzt.

Rechtzeitiges Behandeln von Hörproblemen ist wichtig, denn Hören bleibt für jede Alltagssituation ein wichtiger Sinn. Diagnostizieren HNO-Experten Schwerhörigkeit und verordnen ein Hörgerät, gilt es dieses auch regelmäßig zu tragen.

Wenn Nervenstrukturen im Ohr keine Impulse mehr erhalten, verkümmern diese und Betroffene verlieren später ihre vollständige Hörfähigkeit.



Wir haben ein Ohr für Sie

Heute: Kostenerstattung Hörgeräte