



## Bewusstsein schaffen

Selbsthilfe Niere bei den Klausurtagen  
von Novartis Pharma GmbH.

© Fotos: Michaela Friedrich

### Da ist was los!

Liebe Leser!

In den letzten Wochen war viel los in puncto Selbsthilfe.

Sie können auf diesen Seiten schon ein wenig sehen, was hinter uns liegt, wir arbeiten aber vor allem an den nächsten Veranstaltungen im Herbst und Winter.

Halten Sie sich deshalb den 24. November frei, um an „Lebensqualität nach Transplantation“ teilzunehmen. Zu viel können wir noch nicht verraten, aber es wird ein toller Abend für Betroffene und Angehörige. Im Mittelpunkt wird die Motivation zur Transplantation stehen und wie man lange und gut mit seinem Transplantat lebt.

Wenn auch viele raunzen, dass das gefühlt „kein richtiger Sommer“ war, so freuen wir uns auf einen „goldenen Herbst“.

Ich hoffe wir sehen uns bald persönlich auf einer Veranstaltung.

© Edgar Pfandler



*Claus Pohnitzer*  
Claus Pohnitzer  
Obmann Selbsthilfe Niere

Obmann Claus Pohnitzer und Schriftführerin Michaela Friedrich wurden am 29. August 2014 nach St. Wolfgang zu den Klausurtagen von Novartis Pharma GmbH eingeladen.

Dort nutzten sie die Gelegenheit vor der Abteilung Transplant sowie Interessierte über die Erkrankung von Claus Pohnitzer und über die Bedeutung der Selbsthilfe-Arbeit zu erzählen.

Der Vortrag umfasste einerseits die genaue Schilderung seines Weges und Umgangs mit seiner Nierenerkrankung sowie auch die erfolgreiche Transplantation und weiteren Verlauf. Das Auditorium war sehr aufgeschlossen und stellte interessiert Fragen. Diese wurden anhand von Fotos, Erzählungen und Vergleichsbeispielen sehr anschaulich seitens Claus Pohnitzer und Michaela Friedrich beantwortet.

Das Bewusstsein über die Krankheit samt allen Höhen und Tiefen, die damit verbunden sind, ging am Publikum nicht spurlos vorbei. Das Interesse war so groß, dass aus einer geplanten halbstündigen Präsentation spontan ein lebhafter eineinhalbstündiger Austausch wurde.

Dabei kamen die Erzählungen und das damit verbundene Engagement zum Thema Selbsthilfegruppe nicht zu kurz.

Wir bedanken uns sehr herzlich für die Einladung von Novartis Pharma GmbH und freuen uns auf weitere gemeinsame Projekte.

mf

### Vortrag bei „Wir Diabetiker NÖ“

Claus Pohnitzer war am 17. Juli 2014 eingeladen, bei „Wir Diabetiker Niederösterreich“ in Horn einen Vortrag über „Nierenersatztherapien und ihre Auswirkungen auf die Lebensqualität“ zu halten.

Mehr als die Hälfte aller Dialysepatienten sind Diabetiker, wieviel Prozent der Diabetiker in ihrem Leben zu Dialysepatienten werden (müssen), ist nicht erhoben.



Freude über einen gelungenen Abend bei Leo Schöpf, Michaela Stüben, Angela Schichta und Claus Pohnitzer (v.l.)

Dabei war es nicht das Ziel des Abends, den anwesenden Diabetikern Angst vor einem Schicksal an der Dialyse zu machen. Im Gegenteil wollte Claus den Gästen sagen, dass ein Leben mit Nierenschwäche nicht das Ende der Welt bedeutet. Zuckerkrankte haben es zum Teil auch selbst in der Hand, eine Niereninsuffizienz zu vermeiden oder hinaus zu zögern.

**Mehr als die Hälfte aller Dialysepatienten sind Diabetiker.**

Dies unterstrich auch Michaela Stüben in ihrem folgenden Vortrag. Sie ist selbst seit 24 Jahren Diabetikerin und Betreuerin für „Accu-Check“ im Waldviertel. Sie forderte von den Betroffenen Therapietreue und Disziplin bei der Einhaltung von Messintervallen und Dosierung der Medikation. In Anlehnung an die Aussage „Nicht für die Schule lernen wir, sondern für das Leben“, ist es bei der Dokumentation der eigenen Werte wichtig, dies nicht für den Arzt zu tun, sondern für sein eigenes Wohlbefinden. ▶



Bildeten bei ihren Vorträgen ein gutes Team: Michaela Stüben und Claus Pohnitzer (v.r.)

Während seines Vortrags wurden Claus Pohnitzer viele Fragen zu seinem Befinden, Details der Dialyse, Ernährung oder auch seinem Shunt gestellt. Die Diabetiker waren besonders neugierig, da sie im Gegensatz zu Nierenpatienten weniger Kenntnis von der Materie hatten und viel dazu wissen wollten.

Nach insgesamt ca. 2 Stunden Vortragszeit von Claus und Michaela, lernte man sich noch beim gemütlichen Zusammensitzen besser kennen.

cep

NOVEMBER  
**SAVE 24 THE DATE**

Am **Montag, 24. November** am Abend wird in Zusammenarbeit mit Gruppen anderer Organe und Astellas Pharma GmbH ein Informationsabend zum Thema „**Lebensqualität nach Transplantation**“ stattfinden.

Dabei wird es **medizinische Fachvorträge** geben ebenso wie **Berichte Transplantiertes**. Es soll ein **Erfahrungsaustausch** bereits Transplantiertes sein. Betroffene auf der Warteliste sollen motiviert werden und von den Erfahrungen anderer profitieren.

An Details zur Veranstaltung wird noch intensiv getüftelt. Wir arbeiten an ein paar netten Zuckerln, um Ihnen die Teilnahme noch schmackhafter zu machen.

Halten Sie sich jedenfalls das Datum frei. Die Veranstaltung wird fix in Wien stattfinden.