

**Sind Sie/ seid Ihr an ME/CFS (Myalgische Enzephalomyelitis / Chronisches Fatigue-Syndrom) erkrankt?
Unsere Gruppe soll ein Ort des Austauschs sein für alle Themen und Probleme, die mit dieser
Erkrankung zusammenhängen. Auch Angehörige sind herzlich willkommen!**

ME/ CFS ist eine neuroimmunologische Multisystemerkrankung mit verschiedensten immunologischen, autonomen und neurokognitiven Symptomen. Diese reichen von schweren Erschöpfungszuständen und grippeähnlichen Beschwerden über Muskelschwäche bis hin zu kognitiven Störungen wie Konzentrations- und Erinnerungsproblemen.

Ein Hauptmerkmal ist die extrem verminderte Belastungstoleranz der Betroffenen. Selbst alltägliche Arbeiten und Situationen sind - je nach Schweregrad der Erkrankung - von den Betroffenen kaum noch oder gar nicht mehr zu bewältigen.

Viele Betroffene sind nicht mehr arbeitsfähig und schwer beeinträchtigt, dennoch aber weitgehend auf sich selbst und ihr Umfeld gestellt.

Denn obwohl ME/CFS als mögliche Anschlusskrankung von Corona in den letzten Jahren etwas mehr in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt ist, ist die Versorgung der Patienten nach wie vor schlecht; der Forschungsstand zu Medikamenten, Therapien und Entstehung der Krankheit ist unzulänglich.

Durch die mangelnde Versorgung und die Vorurteile bezüglich der Erkrankung - oft auch im engsten Umfeld- ergeben sich zusätzlich zu den medizinischen auch vielfältige ökonomische und soziale Probleme und Fragen.

Unserer Gruppe soll deshalb einen Ort gegenseitiger Unterstützung schaffen, wo all diese Herausforderungen besprochen werden können, z.B

- Wie kann ich anderen Menschen verständlich machen, dass ich ernsthaft krank bin (auch wenn ich auf den ersten Blick vielleicht gesund aussehe)?

- Wie fordere ich meine Rechte ein bzw. wie kann ich mit Ämtern umgehen, einen Behindertenausweis, Erwerbsunfähigkeitsrente etc. beantragen?

- Wie gehe ich mit geringschätzigen Reaktionen und Misstrauen in meinem Umfeld um?

- Wie schaffe ich es, meine Kräfte so einzuteilen, dass ich das bisschen Energie, das mir bleibt, gut nutzen kann?

- Wie finde ich Ärzte und Therapeuten, die mit der Erkrankung vertraut sind?

und vieles mehr...

Ob ihr selbst an ME/CFS erkrankt seid oder Angehörige von Betroffenen, wir freuen uns, Sie/ Euch kennenzulernen!

Wir treffen uns an jedem 2. Donnerstag im Monat um 16.30 im Haus der Selbsthilfe, Dürerstraße 27, 27570 Bremerhaven

