



TEB MAGAZIN



Treffpunkt
Erfahrung
Beratung
Begleitung

Kleine Drüse mit zwei wichtigen Funktionen

Seiten 5-6

Um was geht es?

TEB e.V. Selbsthilfe bietet den Hilfesuchenden bei Bauchspeicheldrüsenerkrankungen Möglichkeiten der Information

www.teb-selbsthilfe.de

Zielgruppen

Betroffene und Angehörige mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse und deren Nachbarorganen, insbesondere bei Bauchspeicheldrüsenkrebs

Was wir bieten

Spechstunden, Workshops, Gruppentreffen, Ärzte- und Patientenseminare, Befunde erläutern, Veranstaltungen, Expertentelefon und mehr ...

TEB e.V. Selbsthilfe

TEB e.V. Selbsthilfe unterstützt Menschen mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse und deren Nachbarorganen unter besonderer Berücksichtigung des Bauchspeicheldrüsenkrebses.

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht, durch intensiven persönlichen Kontakt Erfahrungen auszutauschen, entsprechende Informationen weiterzugeben und spezifisch zu beraten.

Unser Ziel war und ist es, Betroffene und deren Angehörige dort abzuholen, wo sie gerade stehen, und sie bei allen anstehenden Fragen, die sich mit der Diagnose und dem weiteren Verlauf ihre Erkrankung ergeben, zur Seite zu stehen. Wir sehen unsere Aufgabe darin, ein Lotse zu sein.

Wir geben stets fundiertes Wissen, erfahrene Kompetenz und aktuelle Themen ohne Vorurteile, neutral und ohne jegliche Werbung weiter.

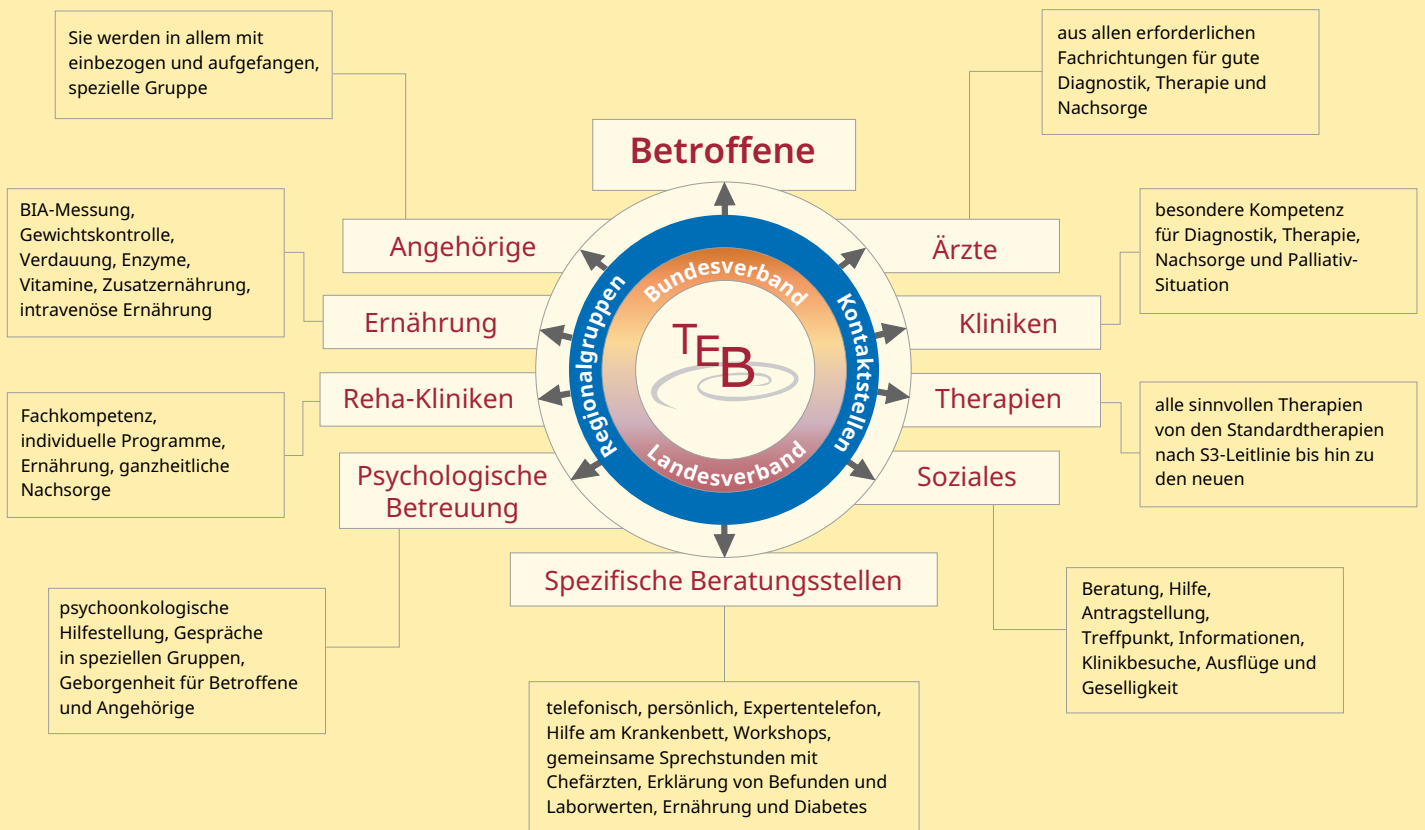
Unterschiedliche und eigene Erfahrungen werden diskutiert. Das eigene Erleben und Empfinden stehen immer an erster Stelle. Oftmals unterscheidet sich dieses von dem, was man in Büchern liest oder in wissenschaftlichen Vorträgen hört.

Viele kompetente Ärzte aus unserem wissenschaftlichen Beirat wie auch andere Ärzte unterstützen uns in vielfältiger Weise.

Unser gut funktionierendes Netzwerk bietet vielerlei Möglichkeiten, um sich Rat, Hilfe und Unterstützung bei uns oder den jeweiligen Experten der verschiedensten Fachrichtungen einzuholen.

Jeder der Hilfe sucht, bekommt sie auch!

Unser gut funktionierendes Netzwerk



Sie möchten gern unsere Arbeit unterstützen?

Spenden sind jederzeit willkommen.
Herzlichen Dank!



Unser Spendenkonto bei der VR-Bank Ludwigsburg

TEB e.V. Selbsthilfe

IBAN: DE32 6049 1430 0328 5580 36

Verwendungszweck: **Kleingeldaktion**

Auf Wunsch stellen wir gerne eine Spendenbescheinigung aus.

Vorwort



Liebe Leserinnen und Leser,
das Jahr 2023 geht langsam zu Ende, das neue Jahr 2024 steht vor der Tür und sicher wird das kommende Jahr uns vor neue Herausforderungen und Aufgaben stellen.

Das vergangene Jahr war mit seinen vielen Höhen und Tiefen ein besonderes, arbeitsintensives und oftmals auch schwieriges Jahr, das dem Vorstand und mir einiges abverlangte. Immer wieder wurden wir mit neuen unvorhergesehenen Ereignissen konfrontiert und mussten Lösungen finden, damit es in gewohnter Weise weitergehen konnte. Auch hier bewahrheitet es sich, dass man nur zusammen stark ist und vieles schaffen kann.

So kann ich voller Stolz berichten, dass wir unsere Aufgaben und Ziele, die wir uns vorgenommen hatten, erreicht haben.

Veranstaltungen wie z. B. das Ärzte- und Patientenseminar, das Benefizkonzert, der Welt-Pankreaskrebstag, die Präsenz- und Onlinegruppen, sowie verschiedene Projekte wie z. B. der Film über die Vitamine A, D, E, K, ein spezifischer Kochkurs, ein mediterranes Kochbuch und drei weitere Ausgaben unseres TEB-Magazins wurden durchgeführt.

Heute halten Sie die 35. Ausgabe des TEB-Magazins in Ihren Händen. Wie in der Vergangenheit informieren wir Sie über Wichtiges und Neues und auch über Interessantes und Wissenswertes.

Kleine Drüse mit zwei wichtigen Funktionen ist das Hauptthema, das wir neben vielen anderen Artikeln, Informationen, Danksagungen, Leserbriefen, Kochrezepten, gewählt haben, um Sie umfangreich zu informieren. Dabei lässt sich auch erkennen, was sich bei TEB an Arbeit, Planung und Organisation getan hat.

Viele fleißige Hände vor und hinter den Kulissen haben mich tatkräftig unterstützt und dazu beigetragen, dass wir das Jahr 2023 erfolgreich abschließen konnten.

Ich danke dem Vorstand, dem Wissenschaftlichen Beirat, meinem Mann, allen Mitarbeitern und ehrenamtlichen Helfern für ihre oftmals außergewöhnliche Hilfe und Unterstützung.

Danke an alle, die uns 2023 in irgendeiner Weise unterstützt haben: Ärzte, Kliniken, Krankenkassen, Kooperationspartner, Organisationen, Pharmaindustrie, Firmen, Stiftungen, TEB Allstars und Country Band R.E.A.C.H.

Danke an Sie, liebe Mitglieder, für Ihre Treue und Verbundenheit.

Weihnachten und der Jahreswechsel sind nicht mehr weit. Deshalb nutze ich die Gelegenheit, Ihnen allen von ganzem Herzen ein besinnliches und friedliches Weihnachtsfest, einen guten Start und eine stabile Gesundheit für das neue Jahr 2024 zu wünschen. Diesen Wünschen schließen sich der Vorstand, der Wissenschaftliche Beirat und das ganze TEB-Team an.

Bleiben Sie gesund!

Ihre Katharina Stang



Inhalt

- 2 TEB e. V. Selbsthilfe
- 3 Vorwort
- 4 Um was geht es?
- 5–6 Kleine Drüse mit zwei wichtigen Funktionen
- 7 Corona war gestern – was ist heute
- 8–10 Gruppentreffen – wie wird es empfunden?
- 11 TEB sagt Danke
- 12–13 So reifte in mir der Gedanke
- 14–15 Mein Weg zum Ehrenamt
- 16–17 Patienteninformationstag im Universitätsklinikum Köln
- 18–19 RG-Treffen in Landau
- 20 Rezept
- 21–23 Unsere Reise nach Berlin – wir sagen danke!
- 24–26 Bericht Spezifischer Kochkurs
- 27–29 Bericht zum 10. Welt-Pankreaskrebstag
- 30 Nachruf Bettina Hein
- 31–32 Beitrittserklärung
- 33–34 Termine Regionalgruppen
- 35 Termine im Überblick
- 36 Kontakt



Um was geht es?



Der Verein führt den Namen TEB e. V. Selbsthilfe, gegründet in Baden-Württemberg. Die Gründung erfolgte im Jahr 2006 und ist im Vereinsregister eingetragen.

TEB e. V. ist eine Bundesselbsthilfeorganisation, deren Tätigkeitsbereich sich auf das Gebiet der Bundesrepublik Deutschland erstreckt.

Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke des öffentlichen Gesundheitswesens und ist dadurch ein besonders förderungswürdiger Verein. Der Verein ist selbstlos und darüber hinaus überparteilich, weltanschaulich neutral und unabhängig tätig.

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, z. B. im Bereich der chronischen Bauchspeicheldrüsenerkrankung oder im Sektor der bösartigen Tumore, sind leider sehr ernste Diagnosen, die einen Betroffenen meistens ganz unvorbereitet treffen.

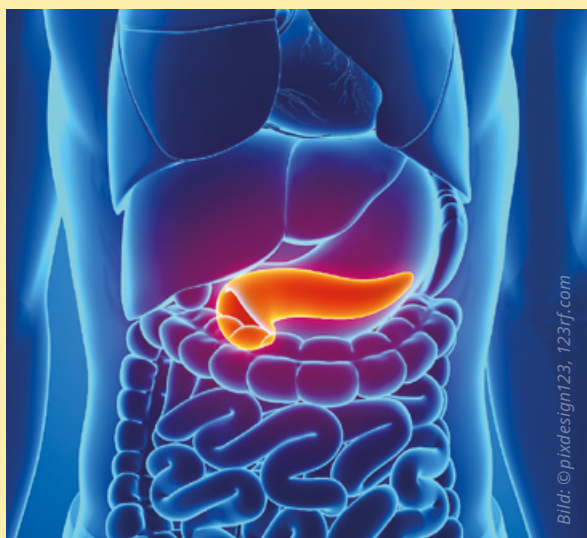


Bild: © pixdesign123, 123rf.com

Betroffene und ihre Angehörigen werden mit den verschiedensten Fragestellungen konfrontiert.

Einige Beispiele:

- Soll ich mich operieren lassen und wenn ja, wo?
- Kann mir eine Chemotherapie helfen und wenn ja, welche?
- Wo finde ich die besten Spezialisten?
- Kommt eine Gen- oder Immuntherapie in Frage?
- Ist eine Operation bereits durchgeführt, steht oftmals die Frage im Vordergrund: Wie organisiere ich das komplexe Gebiet der Nachsorge?
- Wie sind die Möglichkeiten einer Verrentung?
- Wo finde ich Betroffene, mit denen ich mich austauschen kann?

Man könnte die Liste der Beispiele beliebig fortsetzen. Es handelt sich insgesamt um komplexe medizinische und soziale Fragestellungen, die das zukünftige Leben bestimmen.

Genau hier liegt der Ansatz von TEB e. V. Selbsthilfe

TEB e. V. Selbsthilfe ist ein Zusammenschluss von Betroffenen, die sich zur Aufgabe gemacht haben, durch intensiven persönlichen Kontakt ihre Erfahrungen auszutauschen und entsprechende Informationen in den verschiedenen Regionalgruppen weiterzugeben.

Darüber hinaus gibt es vielfältige Telefon- und Besuchskontakte sowie Online- Gruppen und Skype.

Inzwischen ist TEB e.V. Selbsthilfe regional-, landes-, bundes- und auch weltweit unterwegs. Mehrere Mitarbeiter und viele ehrenamtliche Helfer sind damit beschäftigt, Betroffenen und ihren Angehörigen in unserer Geschäftsstelle mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.



Kleine Drüse mit zwei wichtigen Funktionen

Die Bauchspeicheldrüse wird medizinisch Pankreas genannt. Sie liegt hinter dem Magen quer im Oberbauch und erfüllt zwei wichtige Funktionen: Sie bildet Verdauungsenzyme, die in dem Darm freigesetzt werden. Und sie produziert Insulin und reguliert so die Aufnahme von Zucker in den Körperzellen. Zwölffingerdarm (*Duodenum*), Gallenblase, Leber, Milz und Magen liegen in nächster Nachbarschaft.

Ihr rundlicher Kopf liegt in einer Schlinge des Zwölffingerdarms und geht in dem schmälere Corpus und in den anschließenden Schwanz der Bauchspeicheldrüse über. Sie ist an der Rückwand der Bauchhöhle fixiert und auf der Vorderseite wird sie vom Bauchfell (*Peritoneum*) überzogen.

Das Bauchfell produziert eine Flüssigkeit, die es ermöglicht, dass sich die Bauchorgane leichter gegeneinander verschieben können, wenn z. B. Nahrung den Magen-Darm-Trakt passiert.

Die Bauchspeicheldrüse ist mit einem Gewicht von 70–90 g und einer Länge von 15–20 cm die größte Drüse des menschlichen Körpers.

Da sie sowohl Verdauungsenzyme wie auch Insulin produziert, könnte man streng genommen von zwei Drüsen sprechen.

Als Drüse wird ein Organ bezeichnet, das eine dünnflüssige oder schleimige Flüssigkeit (*Sekret*) absondert, die z. B. – wie im Fall der Bauchspeicheldrüse – Hormone oder Enzyme enthalten kann.

Man unterscheidet zwischen exokrinen und endokrinen Drüsen.

Exokrine Drüsen setzen die Wirkstoffe an einer Oberfläche frei, das kann die Haut sein oder aber die Oberfläche eines inneren Organs.

Endokrine Drüsen dagegen geben ihr Sekret ins Blut ab, das die Wirkstoffe dann an den jeweiligen Zielort transportiert.

Die Bauchspeicheldrüse ist beides zugleich: eine exokrine und eine endokrine Drüse. Die exokrine Drüse durchzieht Pankreaskopf und Pankreaskörper, während die endokrine Drüse überwiegend im Schwanzbereich lokalisiert ist.

Die exokrine Pankreas produziert Verdauungsenzyme

Das exokrine Pankreas, dessen Gewebeanteil 98 % der Bauchspeicheldrüse ausmacht, ist die wichtigste Drüse des Verdauungstrakts. Sie produziert unterschiedliche Verdauungsenzyme, mit deren Hilfe Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette aufgespalten werden. Die wichtigsten Vertreter der drei Enzymklassen sind Trypsinogen, Alpha-Amylase und Pankreaslipase. Sie ist die **wichtigste Drüse des Verdauungstrakts**.

Pankreasenzyme sind notwendig, da nur aufgeschlüsselte Nahrungsbestandteile aus dem Darm resorbiert und verwertet werden können. Damit sich die Bauchspeicheldrüse nicht selbst verdaut, werden nicht die aktiven Verdauungsenzyme, sondern inaktive Vorstufen (*Proenzyme*) produziert. Sie gelangen über das Gangsystem des Pankreas in den Dünndarm, wo sie in ihre aktive Form überführt werden. Die Sekretionsleistung des Pankreas ist enorm. Die Bauchspeicheldrüse ist in der Lage, bis zu 1,5 Liter Verdauungssekret täglich zu produzieren.

Menge und Zusammensetzung des Sekrets sind unterschiedlich, je nachdem wieviel Nahrung aufgenommen wird und wie sie sich zusammensetzt.

Die endokrine Pankreas produziert Insulin

Die vorrangige Aufgabe des endokrinen Pankreas ist die Insulinproduktion. Insulin ist ein lebenswichtiges Hormon, das die Aufnahme von Glukose (*Traubenzucker*) aus dem Blut in die Körperzellen reguliert. Die Kohlenhydrate der Nahrung werden zu Glukose abgebaut, die allen Körperzellen als Energielieferant dient.

Insulin wird in den Langerhans-Zellen gebildet, die als inselartige Zellverbände über die gesamte Bauchspeicheldrüse verteilt liegen. Die Langerhans-Inseln werden von vielen kleinen Blutgefäßen (*Kapillaren*) und Nervenfasern durchzogen. Über winzige Poren in den Wänden der Kapillaren werden die Drüsenzellen des Pankreas laufend über die aktuelle Zuckerkonzentration im Blut informiert. Im Abstand von einigen Minuten geben die Langerhans-Zellen kontinuierlich Insulin in die Blutbahn ab, und nach dem Essen, wenn der Zuckerspiegel im Blut steigt, wird jeweils eine Extraportion Insulin freigesetzt.

Durch diese Art der Insulinausschüttung ist einerseits eine optimale Ausschöpfung des aus der Nahrung gewonnenen Zuckers sichergestellt und andererseits werden die Blutzuckerwerte so in einem bestimmten Bereich konstant gehalten. Dies ist wichtig, weil zu viel Zucker im Blut Schäden an Blutgefäßen und Organen anrichten kann.

Außer Insulin wird von den Langerhans-Zellen noch ein weiteres Hormon für den Kohlehydrat-Stoffwechsel produziert: das Glukagon. Glukagon ist der Gegenspieler von Insulin. Unter dem Einfluss von Glukagon steigt der Blutzuckerspiegel an, da dieses Hormon für Nachschub von Glukose aus der Leber sorgt.

In der Leber wird Glukose in Form von Glykogen gespeichert, dessen Abbau durch Glukagon angekurbelt wird.

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse können zu Funktionsverlusten bis hin zu einem kompletten Ausfall der Insulinausschüttung und/oder zu Störungen der Enzymproduktion führen, je nachdem welche Gewebeanteile des Pankreas betroffen sind.

Auch infolge der chirurgischen Entfernung bösartiger Gewebeanteile kann es zu entsprechenden Funktionseinbußen kommen.

Eine gute Nachricht

Sowohl Insulin als auch Verdauungsenzyme können heute medikamentös substituiert werden.

Quelle: TEB-Kompass

Corona war gestern – was ist heute?



Einschränkungen, Isolation, Masken- und Testpflicht sowie mindestens 1,5 m Abstand halten gehören der Vergangenheit an. Es scheint so, als hätte es Corona nie gegeben.

Heute weiß man, dass die verschiedenen Maßnahmen wie z. B. die Schließung von Schulen, Alten- und Pflegeheimen sowie die drastischen Besuchszeitenregelungen in Krankenhäusern gravierende Schäden sowohl bei Kindern als auch bei älteren Menschen hinterlassen haben.

Ich persönlich gehe noch einen Schritt weiter und sage, alle – egal ob jung oder alt – haben unter der besonderen und bis dahin einzigartige Situation gelitten.

Hinterher ist man immer schlauer und würde vieles anders machen, doch als wir mitten in Corona steckten, wurden Entscheidungen getroffen, von denen man überzeugt war, dass sie richtig sind.

Persönlich bin ich dankbar, dass wir trotz allem gut durch die Pandemie gekommen sind. Ich hoffe, dass wir daraus für den Fall einer neuen Pandemie Lehren gezogen haben, besser gewappnet sind und dass so mancher Fehler nicht mehr gemacht werden wird.

Waren Sorgen und Ängste unbegründet?

Bereits während Corona hatte ich große Sorge, dass wir eines Tages feststellen müssen, dass Betroffenen mit Bauchspeicheldrüsenkrebs die Zeit davonrennt.

Betroffene gingen vor Angst, sich anzustecken, zu spät oder gar nicht zum Arzt. Diagnosen wurden zu spät gestellt, Operationen und Behandlungen wurden teilweise verschoben.

Während Corona hatte ich das Gefühl, dass es Bauchspeicheldrüsenkrebs nicht mehr gibt. Massiv sind Beratungen zu Diagnostik, Operationen, Chemotherapien und Studien bei uns eingebrochen. Stattdessen gab es umso mehr Anfragen von Menschen, die sich isoliert und nicht mehr gut versorgt und aufgehoben fühlten. Das Blatt hatte sich drastisch gewendet.

Bereits damals mahnte ich immer wieder an, dass es eine Zeit nach Corona geben und uns das ganze auf die Füße fallen wird. Immer und immer wieder habe ich im Rahmen meiner und unserer Möglichkeiten bei TEB e. V. versucht, auf diese Situation aufmerksam zu machen. Ich sprach mit vielen Ärzten und Verantwortlichen über meine Sorgen. Ärzte gaben mir Recht und bestätigten mir, dass meine Sorgen nicht unberechtigt sind.

Heute scheint Corona vorbei zu sein, zumindest gibt es keine Einschränkungen mehr und unser Leben hat sich wieder normalisiert – fast wie vor der Pandemie.

Vor Corona ist nach Corona

Telefonische und persönliche Beratungen, Onlinetreffen und Präsenzgruppen haben wieder deutlich zugenommen, was darauf schließen lässt, dass die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs wieder öfter gestellt wird. Die Erkrankung Bauchspeicheldrüsenkrebs ist wieder da!

Ver mehrt suchen Betroffene mit der Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs aus den verschiedensten Bundesländern wie auch aus Spanien, Italien, Kanada, Schweiz usw. bei uns Hilfe und Unterstützung.

Dabei stelle ich fest, dass vermehrt Gist – Neuro-Endokrine Gallengangs- oder Papillen Tumore – in meinen Beratungen eine Rolle spielen.

Wie sagte eine Betroffene in einer Gruppe: „*Kann es sein, dass Bauchspeicheldrüsenkrebs rasant zunimmt? Egal mit wem ich über meine Erkrankung spreche, bekomme ich die Antwort, ja, ich kenne auch jemand, der an dieser Krankheit leidet. Das war doch früher nicht so.*“

„*Ja, mir geht es ähnlich, immer öfters höre ich von Bauchspeicheldrüsenkrebs oder ich lese in der Zeitung, dass auch meine Liebessängerin Bauchspeicheldrüsenkrebs hat. Das ist auch für mich neu.*“

Diesen beiden kann ich nur zustimmen: auch ich habe das Gefühl und die Zahlen meiner Beratungen zeigen es, dass Bauchspeicheldrüsenkrebs stetig zunimmt.

Gib es auch was Positives?

Ja, das gibt es! Die Lebenszeit und das mit einer guten Lebensqualität hat sich deutlich verlängert.

Operationen und Behandlungen haben sich wesentlich verbessert.

Es gibt ein Leben mit Bauchspeicheldrüsenkrebs!

Was können wir tun?

Nicht aufgeben, Vertrauen in sich, in Ärzte, Therapien und Forschung haben.

Ausreichend essen und trinken, Bewegung und Sport einplanen und niemals seine Ziele verlieren.

Passt gut auf Euch auf!

Eure Katharina Stang



Gruppentreffen – wie wird es empfunden?

Foto: ©andrey popov, 123rf.com

Bei einer guten Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen saßen wir an diesem Nachmittag zusammen und warteten ab, was die heutige Gruppe an Themen, Diskussionen, Erfahrungen und Gesprächen mit sich bringen wird.

Wie so oft lasse ich erst einmal die Teilnehmer alleine, um ihnen den Raum und die Gelegenheit zu bieten, sich untereinander auszutauschen.

An diesem Nachmittag begann der Austausch sehr schnell und intensiv. Betroffene und Angehörige, die heute zum zweiten Mal kamen, waren mit vielen Fragen beladen. Sie konnten kaum abwarten, bis die Gruppe offiziell eröffnet wurde.

Von weitem hörte ich, dass sich die Anwesenden angeregt unterhielten und dabei auch die eine oder andere Frage von den neuen Mitgliedern gestellt wurde: *„Meine Frau und ich kommen heute zum zweiten Mal in die Gruppe. Wir sind gespannt auf den heutigen Nachmittag. Ob wir wohl wieder so viel Neues und Wichtiges erfahren? Noch immer sind wir von den vielen Informationen, die wir in der letzten Gruppe erhalten haben, überwältigt.“*

„Ja, das kennen wir, uns ging es nicht anders“, war der Tenor aus der Gruppe. „Ich komme schon seit Jahren in die Gruppe und immer nehme ich irgendetwas Neues oder Interessantes mit. Jedes Gruppentreffen verläuft anders, und das ist das Besondere an der Gruppe. Katharina fragt zu Beginn, wer etwas auf dem Herzen hat und welche Probleme anstehen. Daraus entwickelt sich dann eine eigene Dynamik der Themen.“

Ein anderer Betroffener sagte: *„Unsere eigenen Erfahrungen, die jahrelangen Erfahrungen und das enorme Wissen von Katharina machen jedes Gruppentreffen zu einem besonderen. Hier findet man Antworten auf seine Fragen. Lasst Euch einfach treiben, Ihr werdet sehen, die Gruppe wird wieder gut.“*

„Ja, so erging es mir auch als Angehöriger. Am Anfang war ich skeptisch, doch mit der Zeit verflog meine Skepsis. Heute bin ich ein überzeugtes Gruppenmitglied und komme gerne mit meiner Frau. Genau das war auch der Grund dafür, dass ich mich ehrenamtlich bei TEB e. V. engagiere und seit Jahren hautnah miterlebe, was in den verschiedenen Gruppen und auch bei TEB e. V. geleistet wird.“



Leserbriefe

Pünktlich um 14.30 Uhr wurde das heutige Treffen offiziell eröffnet.

Nach einer kurzen Begrüßung fragte ich die Neuen aus der letzten Gruppe: „Wie habt Ihr die Gruppe verkraftet? Was hat die Flut der vielen Informationen im Nachgang mit Euch gemacht? Gab es etwas, was nicht verstanden wurde und vielleicht noch unklar ist?“

Ein neuer Teilnehmer aus der Runde meinte: „Nein, die letzte Gruppe war für mich und meine Frau gut, informativ, hochspannend. Noch immer sind wir von dem enormen Wissen, dem liebevollen Umgang untereinander fasziniert. Man fühlt sich sofort wohl, aufgenommen und getragen. Nun bin ich auf das heutige Treffen gespannt. Ich habe wieder so viele Fragen im Gepäck, auf die ich Antworten suche.“

„Schauen wir mal, was ich tun kann“, war meine Antwort.

Ohne lange zu zögern, stellte er Fragen zu seinem 3c-Diabetes. Dabei schilderten er und seine Frau eine Situation, in der es zu einer erheblichen Unterzuckerung kam und ein Notruf abgesetzt werden musste. „Es ging alles so furchtbar schnell und mein Mann reagierte nicht mehr! Die Verabreichung einer Zuckerlösung oder einem Getränk wie Cola oder Apfelsaft pur war auch nicht mehr möglich. Ich hatte fürchterliche Angst.“

Um mir ein Bild zu machen, wollte ich wissen, wie es zu dieser Unterzuckerung kam und ob das FGM-Gerät die Unterzuckerung nicht angezeigt hat. „Haben Sie sich überanstrengt, war etwas Besonderes an diesem Tag?“, waren meine Fragen.

„Ja, anscheinend habe ich den Fehler gemacht, indem ich meine üblichen Einheiten vor dem Essen gespritzt habe. Doch auf Grund von wenig Appetit habe ich dann doch nichts gegessen und das hat zu dem Unterzucker geführt.“

Ja, wie so oft entstehen aus den verschiedensten Fragen und Situationen aktuelle Themen, die wir in der Gruppe näher beleuchten.

So ergab sich an diesem Tag als Hauptthema der 3c-Diabetes (pankreopriver Diabetes) mit Therapiezielen, Blutzuckermessungen, Essen und Trinken, Bewegung, Nadel- und Injektionstechnik usw.

Während wir über Anzeichen von Unterzuckerung und was man in solch einem Fall tun sollte, sprachen, fragte ich ganz beiläufig „Wie oft wechselt Ihr Eure Lanzette?“

Einige erzählten, dass sie von ihren behandelnden Ärzten angehalten wurden, die Lanzetten und Nadeln öfters zu benutzen. Aus Erfahrung von unseren Diabetesschulungen war das für mich nichts Neues.

Sehr geehrte, liebe Frau Stang,

wieder einmal dürfen wir uns bei Ihnen bedanken.

Durch Ihre Vermittlung bekam mein Mann einen kurzfristigen Termin bei einem Facharzt. Nach langer Odyssee fanden wir jemand, der sich seiner Beschwerden annahm und bereit ist, ihn weiter zu behandeln.

Für uns bedeutet das mehr als Linderung der Beschwerden und Hoffnung auf Heilung. Es ist ein Silberstreifen am Horizont, Hoffnung, Erleichterung. Es fühlt sich an, als ob wir ein Stück Leben zurückbekommen haben. Wir können wieder in die Zukunft schauen und sind aus der Starrheit herausgekommen.

Mich hat es sehr getroffen, als ich die Untersuchungsergebnisse meines Mannes bezüglich seiner Bauchspeicheldrüse erfahren habe. Als selbst Betroffene hatte ich ihm das nicht gewünscht. Doch ich habe gleich an Sie gedacht.

Durch die früheren Gruppentreffs in Tübingen habe ich so viel dazugelernt und erfahren. Der Austausch mit anderen Betroffenen hat auch zur Heilung beigetragen. Nochmals vielen Dank für die Zeit, die Sie sich für uns genommen haben und Ihren Einsatz.

Durch die positiven Erfahrungen in den letzten Tagen sind auch die Beschwerden erträglicher geworden. Das macht so viel aus.

Inzwischen ist bei meinem Mann bei der empfohlenen Klinik eine spezielle Untersuchung gemacht worden, deren Ergebnis uns beruhigt hat. Im Moment genügt es, das nur zu beobachten und regelmäßig untersuchen zu lassen. Aber das Wissen, in guten Händen zu sein, ist schon mal die halbe Heilung. Ein anderer Befund wurde festgestellt und erklärt einigermaßen die akuten Beschwerden. Dafür gibt es „was zum Einnehmen“.

Für all diese Unterstützung möchten wir uns auf diesem Weg noch mal aufs Herzlichste bedanken. Es ist uns eine Freude und Ehre, Sie kennengelernt zu haben.

Wir können Sie uneingeschränkt weiterempfehlen und hoffen, dass Sie noch möglichst vielen anderen betroffenen Menschen auch die so dringend benötigte Unterstützung und Hilfe geben können. Hierzu wünschen wir Ihnen viel Kraft und Gesundheit.

Mit herzlichen Grüßen

G. R. und K. S.

Man kann sich vorstellen, was jetzt für eine Diskussion ins Rollen kam. Das Ergebnis war für mich sehr zufriedenstellend und zielführend. Ab sofort werden die heutigen Teilnehmer immer eine frische Lanzette und Nadel nehmen. Das war doch mal ein voller Erfolg!

Nun bat ich die Gruppe um ein kleines Interview, bei dem es um meine jahrelange ehrenamtliche Gruppenleitung in der Selbsthilfe ging.

Katharina Stang: *Gruppenleitung bedeutet für mich humanistische Gesinnung vertreten, Nächstenliebe praktizieren, Hilfe zur Selbsthilfe leisten.*

Gruppe: *Ja, ohne diese Werte könnte diese Gruppe nicht geleitet werden und sicher auch nicht über viele Jahre bestehen bleiben.*

Katharina Stang: *Warum kommt Ihr in die Gruppe?*

Gruppe: *Austausch, Hilfe, Erfahrung, positive Kompetenz, Wissen. Ich bin nicht alleine, ich lebe noch!*

Katharina Stang: *Was gefällt Euch an der Gruppe?*

Gruppe: *Weil sich die Gruppe von anderen abhebt! Breites fundiertes Wissen wird vermittelt. Durch das erworbene Wissen werde ich sicherer im Umgang mit der Krankheit. Alles wird aufschlussreich, klar und verständlich erklärt.*

Katharina Stang: *Kann ich Euch nach fast 25 Jahren noch etwas Neues vermitteln?*

Gruppe: *Ein uneingeschränktes ja! Wer sonst, wenn nicht Du!*

Katharina Stang: *Was könnte ich besser machen?*

Gruppe: *Nichts! Du leitest die Gruppentreffen sehr gut, wir alle fühlen uns gut aufgehoben, verstanden, angenommen und auch wertgeschätzt. Wunschlos glücklich.*

Katharina Stang: *Welche Wünsche habt Ihr an mich oder generell an die Gruppe?*

Gruppe: *Keine! Katharina, mach weiter so! Gib nicht auf, wir Betroffenen und Angehörigen brauchen Dich, wer sonst hilft uns bei der Bewältigung unserer Krankheit?*

Katharina Stang: *Würdet Ihr die Gruppe weiterempfehlen und warum?*

Gruppe: *Ja, unbedingt und uneingeschränkt. Hier bekommt man alles, was man an Hilfestellung braucht, um diese schwere Erkrankung annehmen und bewältigen zu können. Neue Perspektiven werden aufgetan, Mut, Zuversicht und vieles mehr werden vermittelt. Jeder Betroffene und jeder Angehörige findet hier ein offenes Ohr, Liebe, Geborgenheit, Wertschätzung und Anerkennung. Keiner bleibt mit seinen Sorgen und Nöten alleine.*

Gruppentreffen sind mehr als Kaffee trinken und stricken, mehr als nur über Krankheit, Leid und Trauer reden oder einen Stuhlkreis bilden.

Gruppe: *Welche Wünsche hast Du als Gruppenleiterin?*

Katharina Stang: *Dass ich immer die richtigen Worte finde, um Betroffenen, Angehörigen und Interessierten den nötigen Mut, die Hoffnung und Zuversicht zu geben und sie weiterhin motivieren zu können, nicht aufzugeben. Dass mir weiterhin die Kraft bleibt, mich den vielen Fragen zu stellen und diese auch so beantworten zu können, dass man daraus Positives ziehen kann.*

Auch würde ich mir sehr wünschen, dass die Gruppenarbeit in der Öffentlichkeit mehr Anerkennung bekommen würde. Netzwerke und Kooperationen sollten besser ausgebaut werden.

Ich wünsche mir außerdem, dass alle im Rahmen der ehrenamtlichen Arbeit der Gruppenleitung anfallenden Kosten (Fahrtgeld, egal wie weit es ist) auch erstattet werden.

Gruppe: *Wie siehst Du die Zukunft der Selbsthilfegruppen?*

Katharina Stang: *Ehrlich gesagt, ich mache mir Sorgen um die Selbsthilfegruppen in der jetzigen Form.*

Es wird immer schwieriger, neue Gruppenleiter zu finden. Man kann kaum noch Ehrenamtliche für die Selbsthilfe/ Gruppenarbeit begeistern oder gar motivieren, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Selbsthilfegruppen zu leiten ist etwas Besonderes!

Man bekommt große Dankbarkeit, absolutes Vertrauen, Wertschätzung, Respekt von den Betroffenen und ihren Angehörigen zurück. Dies kann man mit keinem Geld der Welt kaufen!

Ich mache das Ehrenamt Gruppenleiterin mit einer wahren Begeisterung und Freude!

Katharina Stang

TEB e. V. sagt danke!



Vor einigen Tagen bekamen wir von den TEB Allstars eine Spende in Höhe von 15.000 Euro – der Erlös der Jubiläumskonzerte vom 02.–03. Dezember 2022!

Von ganzem Herzen bedanken wir uns bei den Initiatoren Moritz Hermle und Matthias Wurst, denn sie waren maßgeblich daran beteiligt, dass es diese Benefizkonzerte überhaupt geben kann.

Wir danken allen Musikern, den musikalischen Leitern, Julian Hermle, Moritz Hermle, dem Vorstand, dem Orga-Team, den Technikern, dem Film- und Kamera-Team und allen Helfern vor und hinter den Kulissen.


Wir danken aber auch den vielen Sponsoren, den zahlreichen Konzertbesuchern und auch dem Hausmeister, der uns immer unterstützt, damit die Konzerte für alle ein besonderes Erlebnis bleiben.


Wir wissen, dass das nicht selbstverständlich ist!

Von Herzen sagen wir danke!

Katharina Stang



TEB Allstars 

@teballstars_official 

So reifte in mir der Gedanke ...

Gruppenleiterin bei TEB:
Seit nunmehr vierzehn Jahren leite ich die TEB-Gruppe Bodensee-Oberschwaben, seit zehn Jahren die Gruppe Allgäu-Schwaben und für einige Monate leitete ich die Gruppe Neckar-Alb. Dabei lernte ich zahlreiche interessante Menschen kennen: Ehrenamtliche bei TEB, Betroffene in den Gruppen, Ärzte in den Kliniken u.v.a. Für mich war diese Zeit sehr wichtig, denn sie gab mir sowohl menschlich als auch persönlich viel zurück.

Doch wie kam es dazu?

Anfang April 2008 erhielt ich bei einem MRT die Diagnose Raumforderung in der Bauchspeicheldrüse. Verschiedene Untersuchungen im Krankenhaus folgten. Danach erhielt ich von dem Professor die Aussage: Es ist ein IPMN im Hauptgang der Bauchspeicheldrüse und muss operiert werden. Seiner Meinung nach ist es jedoch noch gutartig. Anfang Mai erfolgte die Operation. Einige Tage danach erhielt ich die erlösende Nachricht, dass alles noch gutartig war und keine Chemotherapie notwendig wäre. Mit den Worten „Ich solle einer Selbsthilfegruppe beitreten“ überreichte der Arzt mir die Klinikzeitung, in welcher ich Adressen finden würde. Doch das war für mich in diesem Moment zweitrangig, zuerst wollte ich in Reha und mich von der Operation erholen. Danach wandte ich mich an die TEB-Geschäftsstelle.



In einem Gespräch mit Frau Stang erhielt ich wichtige Tipps zur Enzymeinnahme und auf was sonst geachtet werden sollte. Leider gab es jedoch keine TEB-Gruppe in unserem Umkreis. Und wie es so ist, wenn man eine Krankheit hat, hörte ich plötzlich von verschiedenen Seiten, wer ebenfalls daran leidet.

So reifte in mir nach und nach der Gedanke, aus Dankbarkeit, dass bei mir alles so gut verlaufen ist, eine Gruppe in unserer Region zu gründen. In einem Telefonat mit Frau Stang vereinbarten wir, dass ich zum Kennenlernen nach Ludwigsburg kommen sollte. Dabei würden mir auch die Aufgaben einer Gruppenleitung erklärt. Wir waren uns auf Anhieb sympathisch, Frau Stang traute mir die Leitung einer Gruppe zu und freute sich, eine TEB-Gruppe in unserem Gebiet zu gründen.

Anfang September 2009 gab es dann eine Info-Veranstaltung in unserem Krankenhaus, zu der zahlreiche betroffene Interessenten kamen. Frau Stang stellte den Verein und seine Aufgaben und Ziele vor und stand anschließend für Fragen zur Verfügung. Bereits Ende September war dann der erste Gruppentermin, zu dem fast alle Betroffenen kamen und sich freuten,

dass sie die Möglichkeit für Informationen zu unserer Krankheit und persönlichen Austausch hatten. Wie wichtig diese Gespräche unter den Betroffenen waren bzw. sind, wurde mir bald klar. Erfahrungen, spezielle Probleme und auch Ängste werden dabei angesprochen. Von Bedeutung ist hier das aufmerksame Zuhören der Gruppenleitung, um entsprechend darauf einzugehen. Doch wie kam ich zu den Kenntnissen, um auf all diese Fragen eine zufriedenstellende Antwort zu haben?

In jährlichen Gruppenleiterschulungen, Veranstaltungen von TEB – z. B. Ärzte- und Patiententag – sowie Informationsmaterial von TEB, eigene Recherchen und Erfahrungen vermittelten diese Kenntnisse. Doch bei all dem sind auch Einfühlungsvermögen, Gespür und Anteilnahme sehr wichtig, denn jeder geht mit seiner Krankheit und seinen Ängsten anders um. Manchmal sind alle Worte bedeutungslos, eine stille Umarmung ist für den Betroffenen dann oftmals tröstlicher. Aber es gibt auch heitere Begebenheiten, bei denen wir unsere Krankheit vergessen und lachen können. Wenn dann die Gruppenstunde um ist und es sagt einer „Das hat mir heute gut getan, jetzt habe ich wieder Kraft und Zuversicht“, ist das für mich eine Bestätigung, dass es richtig war, mich als Gruppenleiterin zur Verfügung zu stellen.

Was machen wir sonst noch in der Gruppe?

Der jährliche Ausflug steht bei beiden Gruppen immer auf dem Programm. Dabei hatten wir schöne gemeinsame Erlebnisse. Etwa bei einer Schifffahrt auf dem Bodensee, im Gartenparadies, auf dem Pfänder, im Primavera Duftgarten und viele andere. Außerdem gibt es Vorträge zu Themen, die unsere Krankheit betreffen, sowie die alljährliche Gruppen-Adventsfeier.

So reifte in mir nach und nach der Gedanke, aus Dankbarkeit, dass bei mir alles so gut verlaufen ist, eine Gruppe in unserer Region zu gründen.

Welche Aufgaben hat eine Gruppenleitung sonst noch?

Finanzielle Unterstützung bekommen Gruppen von den Krankenkassen. Dazu muss zu Beginn des Jahres ein Antrag gestellt werden mit den voraussichtlich benötigten Geldmitteln. Diese müssen jährlich gegenüber den Kassen belegt und abgerechnet werden. Auch gegenüber TEB müssen eine Abrechnung und ein Jahresbericht erfolgen. Auf regionalen Gesundheitsmessen und in Krankenhäusern am „Tag der offenen Tür“ sollte sich die Gruppe ebenfalls beteiligen und vorstellen. Auch der Kontakt zu den Kliniken vor Ort darf nicht vernachlässigt werden.

Für mich als Gruppenleiterin ist es wichtig, dass die Betroffenen eine Anlaufstelle haben – persönlich in der Gruppe, aber auch jederzeit telefonisch – bei der sie Hilfe finden und ihre Krankheit so besser verstehen und akzeptieren. Ich sehe die Gruppe als ein „Geben und Nehmen“. Es gibt immer wieder neue Erfahrungen für mich und interessante und gute persönliche Kontakte mit den Gruppenmitgliedern.

Leider ist es heute aus unterschiedlichen Gründen schwierig, neue Interessenten für dieses Ehrenamt zu finden, obwohl dieses Engagement sehr wichtig wäre. Ich möchte diese Jahre bei TEB und in meinen Gruppen auf keinen Fall missen, sie haben mir menschlich und persönlich sehr viel gegeben.

Ursula Krug

Mein Weg zum Ehrenamt!

Seit November 2022 engagiere ich mich ehrenamtlich bei TEB e.V. Selbsthilfe in Ludwigsburg.

Mit einer großen Begeisterung führe ich mein Ehrenamt sowohl in der Geschäftsstelle wie auch von zu Hause aus durch und fühle mich in dem Team der TEBler wohl angenommen, respektiert und getragen.



In der Regel bin ich einmal pro Woche in der Geschäftsstelle und unterstütze den Vorstand und die Mitarbeiter bei allen anfallenden Arbeiten. Insbesondere unterstütze ich Frau Stang bei wichtigen Projekten, begleite sie zu Gesprächen, nehme an Gruppentreffen, online oder auch in Präsenz, teil. Für mich ist von Vorteil, dass ich auch von zu Hause arbeiten kann, wenn es notwendig ist.

Wie kam es dazu, ein Ehrenamt anzunehmen?

2018 erhielt meine Schwester die niederschmetternde Diagnose Pankreaskarzinom – inoperabel. Von heute auf morgen war nichts mehr wie zuvor. Die gesamte Familie litt unter diesem Zustand und fühlte sich sehr hilflos. Durch Zufall stieß ich in der Klinik in Ludwigsburg auf das TEB-Magazin und las es mit großem Interesse. War vielleicht doch nicht alles so hoffnungslos?

Ich beschloss, bei der Selbsthilfeorganisation anzurufen und um einen Beratungstermin zu bitten. Katharina gab mir sofort einen Termin, den ich mit großer innerer Unruhe wahrnahm. Nie hätte ich mir vorstellen können, dass ich aus diesem Beratungstermin mit so großer Erleichterung herauskam. Die Krankheit war ja da, aber ich hatte eine andere Wahrnehmung. Ich hatte wieder Hoffnung und hatte vor allem keine Angst mehr, mit meiner Schwester darüber zu reden.

Zunächst wurde ich Mitglied bei TEB und konnte auch meine Schwester dafür gewinnen. Mit großem Interesse las ich all die Unterlagen, die ich von der Geschäftsstelle erhielt. Eine neue Sichtweise stellte sich ein, Antworten auf meine zahlreichen Fragen gaben mir in gewisser Weise Rückendeckung.

Als sich meine Schwester erneut in einem extrem schlechten Zustand befand, meldete ich mich für eine zweite Beratung an, die ich umgehend wahrnehmen konnte. Und wieder war ich außerordentlich dankbar, diese Anlaufstelle und in Katharina eine so empathische ZuhörerIn gefunden zu haben.

Im Oktober 2022 hatte ich alle neuen Unterlagen von TEB zum Lesen mit in den Urlaub genommen. Im Magazin entdeckte ich den Aufruf von Katharina, dass TEB dringend ehrenamtliche Mitarbeiter suche.

Das war's! Ich sah die Möglichkeit, TEB auf diesem Wege etwas zurückgeben zu können, mich zu engagieren, mich mit meinen Fähigkeiten einbringen zu können.

Und so bewarb ich mich noch vom Urlaubsort aus bei TEB, erhielt für November einen Kennenlerntermin, durch den ich schließlich zur ehrenamtlichen Mitarbeiterin wurde.

Mein ehrenamtliches Engagement macht mir Freude. Es erfüllt mich mit Stolz, wenn ich dazu beitragen kann, das Leben anderer Menschen vielleicht etwas zu erleichtern, etwas besser zu machen, etwas Gutes zu tun.

Was bedeutete es für mich, ehrenamtlich tätig zu sein?

Mein Mann war im Juli 2022 völlig überraschend – ohne jegliche Vorwarnung – verstorben. Ich sah wieder einen Sinn darin, mich zu engagieren, meinen Tagesablauf zu strukturieren und durch meine ehrenamtliche Tätigkeit soziale Verantwortung zu übernehmen. Eine Chance, Menschen in unterschiedlichsten Lebenssituationen zu unterstützen, erschien mir sinnvoll.

Mein ehrenamtliches Engagement macht mir Freude. Es erfüllt mich mit Stolz, wenn ich dazu beitragen kann, das Leben anderer Menschen vielleicht etwas zu erleichtern, etwas besser zu machen, etwas Gutes zu tun. Auch entdecke ich in dem gemeinsamen Tun teilweise bei mir neue Fähigkeiten und Stärken.

Für meine ehrenamtliche Arbeit gibt es kein Geld; dafür aber viele andere sehr wertvolle Dinge.

Ich erhalte eine Wertschätzung, die heute oftmals nicht mehr selbstverständlich ist. Ich lerne viel und kann praktische Erfahrungen sammeln.

Meinen Horizont erweitere ich mit fundiertem Wissen und lerne täglich dazu. Ich erlebe mich dabei in ganz neuen Situationen, da das Ehrenamt mit meinem früheren Beruf wenig zu tun hat. Und das ist gut so!

Das Ehrenamt ist etwas völlig anderes und Neues für mich und dennoch sehr motivierend.

Darüber hinaus komme ich in eine neue Umgebung, knüpfe neue Kontakte und kann mich mit anderen austauschen und meinen eigenen Wissenstand über die Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse erweitern.

Die Erfahrung, dass ich mich gemeinsam mit anderen für eine gute Sache einsetzen kann, dass wir gemeinsam an einem Strang ziehen, diskutieren, zusammenarbeiten und Erfolge haben – das ist ein großartiges Gefühl, macht mich glücklich und dafür bin ich dankbar.

Doris Boeckler



Patienteninformationstag im Universitätsklinikum Köln

am 26. Juli 2023

Nach langen Anlaufschwierigkeiten und vielen Hürden, die wir von TEB e. V. überwinden mussten, kam doch noch ein Patienteninformationstag mit anschließender Neuauflegung der Regionalgruppe Kölner Bucht zustande.

Gegen 13.30 Uhr traf ich in Köln ein und betrat sogleich den Veranstaltungsraum. Bereits hier empfand ich den Empfang von Seiten der Klinik als äußerst kühl. In mir kam das Gefühl auf, nicht willkommen zu sein.

Anders war es bei den Teilnehmern, die mich seit Jahren als Gruppenleiterin kennen und schätzen. Hier war die Freude groß und ich spürte, dass man nach Corona sehr lange auf diesen Augenblick gewartet hatte.

Herzlich wurde ich von meinen früheren Gruppenmitgliedern aufgenommen. Sie nahmen mich in die Arme, überreichten mir kleine Geschenke und freuten sich, mich wiederzusehen. Aufgrund meiner Verfassung vergaß ich, Fotos von der Veranstaltung zu machen – bis auf das eine hier abgebildete.

Sie spürten, dass mir etwas auf dem Herzen lag und dass ich anders war als sonst. Ich erzählte von meinen vielen Wirbelbrüchen im Rücken und dass mein Mann heute am offenen Herzen operiert wurde und die Situation alles andere als gut sei. Sie hörten zu, nahmen Anteil und boten mir spontan Hilfe an.

Dann startete das Programm. Gegen 14.40 Uhr begrüßte Herr Professor Dr. Thomas Schmidt die heutigen Gäste, die überwiegend aus der bisherigen Gruppe kamen oder bereits seit langem Mitglied bei TEB e. V. waren. Herr Professor Schmidt bedankte sich für ihr Kommen.

Der nächste Programmpunkt lautete „TEB e. V. stellt sich vor“. Bevor ich damit begann, bedankte ich mich bei Herrn Professor Schmidt, Dr. Waldschmidt und bei Frau Marks für die Einladung und Vorbereitung auf diesen Tag.

Nach einem Blick in die Runde entschied ich mich, die Vorstellung anders als sonst zu machen, denn bis auf vier neue Teilnehmer kannten mich alle. Dennoch habe ich meinen ehrenamtlichen Werdegang, warum ich TEB e. V. gegründet habe und die damit verbundenen Ziele und Aufgaben klar und verständlich vorgetragen.

Es folgte der Vortrag von Herrn Dr. Dirk Waldschmidt „Therapieoptionen beim Pankreaskarzinom aus onkologischer Sicht“.

Klar und deutlich wurden die heutigen Optionen in der onkologischen Behandlung dargestellt und auch erklärt. Der Vortrag war gespickt mit Fallbeispielen, die zeigen sollten, dass sich die Therapien insgesamt deutlich verbessert haben und damit auch die Lebenszeit und Lebensqualität. Fragen zu diesem wichtigen Thema wurden ausschließlich von mir gestellt, was mich sehr verwunderte.

Das Thema „Möglichkeiten der Pankreaschirurgie“ wurde von Herrn Professor Schmidt vorgetragen. Es war ein sehr informativer, interessanter und gut verständlicher Vortrag, der mit einem Video, das die Operationstechniken zeigte, ergänzt wurde. So manch einer der Anwesenden musste oftmals für einen kurzen Moment die Augen schließen – den Anblick der Bilder konnte nicht jeder verkraften.

Was der Vortrag deutlich zeigte, ist die Tatsache, dass sich gerade bei der Bauchspeicheldrüsenoperation sehr viel getan hat und hier auch die größten Fortschritte gemacht wurden.

Hier kamen dann auch Fragen, die alle sehr gut und ausführlich beantwortet wurden.

Danach verabschiedeten sich beide Ärzte, indem sie erklärten, sie müssten zum Tumorboard. Was ich sehr schade fand, denn ich hatte im Vorfeld vereinbart, dass bei der anschließenden Reaktivierung der bereits bestehenden Gruppe wenigstens einer der Ärzte anwesend ist, um mit den Betroffenen ins Gespräch zu kommen. Dabei dachte ich an Herrn Professor Schmidt, der den meisten Teilnehmern nicht bekannt war. Auch hier bestätigte sich leider mein Gefühl vom ersten Augenblick der Veranstaltung!

Nach einer kurzen Essenspause ging es mit der Gruppe los, und hier prasselten die Fragen nur so auf mich herein. Es waren z. B. Fragen zu den verschiedenen Operationen, IPMN, Tumorarten, Ernährung, Gewichtsverlust, Verdauung, Enzyme, Chemotherapien, Nebenwirkungen, Bildgebung CA 19-9, AHB, REHA, Studien u.v.m.

Über zwei Stunden beantwortete ich die Fragen der Teilnehmer. Wie sagte ein neuer Teilnehmer: „Ich bin überwältigt von Ihrem Wissen, Ihrer Empathie und Menschlichkeit. Ich komme gerne wieder und werde auch sofort Mitglied.“

Bevor ich die Gruppe schloss, bat ich, dass Matthias sich kurz vorstellt, denn er wird ab 2024 die Gruppe leiten. Ich gehe in die zweite Reihe und vertrete ihn. Damit Matthias sich nicht alleine und vielleicht überfordert fühlt, werde ich mich in der ersten Zeit per Zoom zum Gruppentreffen zuschalten, somit ist auch das Fachliche gesichert.



Vielen ist Matthias seit einigen Jahren bekannt. Er verfügt durch seine Erkrankung über eigene Erfahrungen und gute medizinische Kenntnisse. Vor allem ist er ein Mensch, der von der Gruppe sehr geschätzt und anerkannt wird.

Ich würde mir wünschen, dass Matthias Helm in der Klinik genauso so gut und liebevoll aufgenommen wird, wie es in der Gruppe jetzt schon der Fall ist.

Danach schloss ich die Gruppe. Alle halfen mir, mein Informationsmaterial, das auf der Fensterbank verteilt war, einzupacken. Dabei verzichtete ich ausnahmsweise auf Gespräche danach.

Ich wollte heute so schnell wie möglich zu meinem Mann und zum Glück hatte ich eine Sondergenehmigung vom Krankenhaus in Stuttgart, ihn auch noch nach 21 Uhr besuchen zu dürfen.

*Katharina Stang
Gruppenleitung*

Regionalgruppentreffen in Landau mit Tai-Chi

am 5. September 2023

Bereits vor einigen Monaten entstand in der Gruppe der Wunsch, einmal etwas anderes anzubieten, z. B. einen Wandertag oder Sport.

Diesem Wunsch wurden wir gerecht, und so gab es am 5. September 2023 neben dem allgemeinen Austausch, der sonst in den Gruppentreffen stattfindet, ein besonderes Highlight als Überraschung. Wir konnten über eine Stunde bei herrlichem Wetter im Park von Frau Dr. Gomer Tai-Chi lernen.

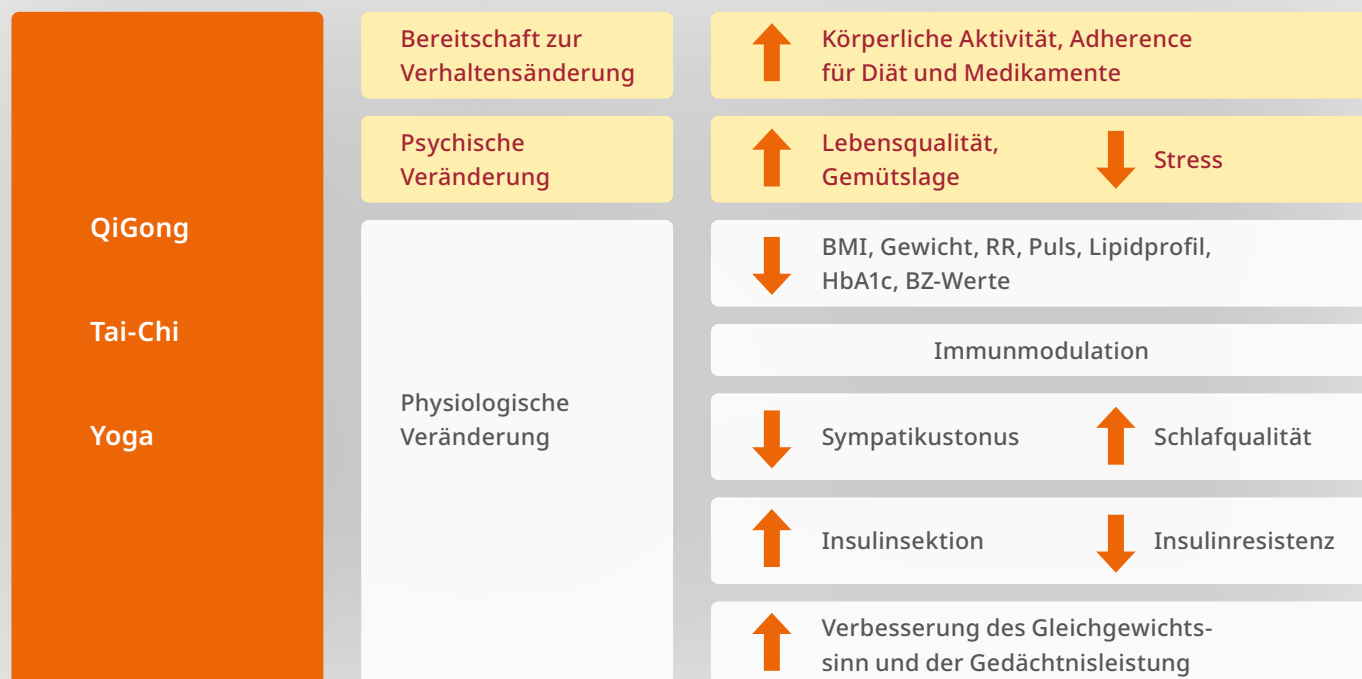
Die Übungen waren für alle Teilnehmer machbar. Als Rückmeldung gab es nur Lob und großes Wohlbefinden. Wir sind Frau Dr. Gomer, einer ausgebildeten Tai-Chi Trainerin, sehr dankbar für das Erlebnis.

Tai-Chi – warum ist das für TEB Gruppen so vorteilhaft?

Niederschwellige Bewegungsformen wie Tai-Chi bieten nicht nur körperliche Bewegung, sondern auch eine Vielzahl von gesundheitlichen und psychologischen Vorteilen.

Tai-Chi ist eine sanfte Bewegungsform, die den Körper auf schonende Weise trainiert. Sie fördert die Flexibilität, verbessert die Körperhaltung und stärkt die Muskeln. Durch die langsamen und fließenden Bewegungen werden zudem Gleichgewicht und Koordination geschult.

Postulierte Effekte für QiGong, Tai-Chi und Yoga





Leserbriefe

Hallo, liebe Katharina,

ich möchte Dir unbedingt ein Feedback geben zum Thema „Tumormarker“, welches Du ja immer wieder in der Gruppe aufgegriffen hast. Und wie sich einmal wieder herausstellt, aus gutem Grund!

Mein Tumormarker fing plötzlich nach 3 Jahren Chemo-Pause und der Whipple-OP an, zu steigen. Erst ein bisschen Zickzack, dann steil nach oben.

Ich informierte meinen Hausarzt über die Erfahrungswerte, die Du zu diesem Thema im Laufe der Jahre zusammengetragen und uns vermittelt hast. Daraufhin wurden die Werte in 4 bis 6-wöchigem Abstand kontrolliert.

Ebenso wurde ich beim Onkologen vorgestellt, der erst einmal eine abwartende Haltung vorschlug, zumal die CT-Kontrollen keine Hinweise auf ein Rezidiv oder sonstiges ergaben.

Nach der letzten Tumormarker-Steigerung hat mich mein Hausarzt gleich zum PET-CT überwiesen. Jetzt kam die Geschichte ins Rollen und es wurden weitere Untersuchungen veranlasst.

Am Montag lag ein ausführlicher Befund vor, ein Rezidiv an der Nahtstelle des entfernten Pankreaskopfes.

Inzwischen steht auch fest, dass das Rezidiv inoperabel ist und eine Operation im Moment nicht in Frage kommt. Es wird versucht, durch eine Vorschaltung einer Chemotherapie und einer eventuellen Bestrahlung, den Tumor zu verkleinern und ihn dadurch vielleicht doch noch operieren zu können.

Dank dem Hinweis von Katharina, den Tumormarker im Auge zu behalten, der rechtzeitigen Kontrolle und Erkennung des Rezidivs, sind bisher keine Metastasen aufgetreten.

Mir ist es wichtig, ausdrücklich zu betonen, dass ich mit Hilfe der Regionalgruppe Südpfalz, in diesem Fall mit dem kostbaren Erfahrungsschatz von Katharina, rechtzeitig, penetrant und nachdrücklich bei den Ärzten vorgesprochen habe und diese dann auch tätig wurden.

Letztendlich wurde so erstmals das Rezidiv entdeckt und alle wichtigen Behandlungen und Therapien einleiten.

Unbedingt muss ich auch meinen Hausarzt loben, der vieles von sich aus vornimmt oder immer positiv reagiert, wenn ich von Katharina Stangs Erfahrungen spreche.

I.D.



Diese Bewegungsform ist für Menschen jeden Alters und Fitnessniveaus zugänglich und kann dabei helfen, die allgemeine körperliche Gesundheit zu verbessern. Sie vermittelt Stressabbau und Entspannung und bewirkt dadurch die Stärkung der allgemeinen psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens.

Weiterhin soll Tai-Chi den Energiefluss harmonisieren und blockierte Energie lösen. Dies kann zu gesteigerter Vitalität, verbesserten Organfunktionen und einem allgemeinen Gefühl der Ausgewogenheit führen.

Im Rahmen von Gruppenkursen oder bei gemeinsamen Übungen im Freien bietet Tai-Chi die Möglichkeit zur sozialen Interaktion. Speziell bei Diabetes kommt es zur Verbesserung der Insulinempfindlichkeit und Blutzuckerkontrolle, Lipidstoffwechsel, Fitness und einem verbesserten BMI sowie Gewichtsmanagement.

Fazit:

Tai-Chi ist ideal für TEB Gruppenstunden!

Dr. med. Stefan Kress

Weihnachtssuppe

... mit Sternenpfannkuchen

Zubereitung Suppe

1. Zwiebeln ungeschält vierteln. Knoblauch mit der Schale zerdrücken. Suppengemüse und Petersilie waschen und grob kleinschneiden.
2. Tafelspitz waschen und trocken tupfen.
3. Das Gemüse mit dem Rindfleisch in einen großen weiten Topf geben und mit Wasser befüllen, bis das Fleisch bedeckt ist. Zum Kochen bringen und für ca. 2,5 Stunden bei milder Temperatur leicht köcheln lassen.
4. Das Fleisch herausnehmen und die Brühe in einen neuen Topf abseihen.
5. Das Fleisch in kleine Würfel schneiden und wieder in die Brühe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nährwerte pro Portion Suppe

195 kcal, 815,88 kJ,

Eiweiß 33,31 g, Fett 4,05 g, Kohlenhydrate 10,76 g

Zubereitung Pfannkuchen

1. Mehl, Eier, Zucker, Salz und Milch und etwas Mineralwasser mit einem Handrührgerät zu einem glatten Teig rühren.
2. Teig etwas ruhen lassen.
3. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und nacheinander 4 bis 6 dünne Pfannkuchen ausbacken.
4. Pfannkuchen auskühlen lassen und anschließend kleine Sterne ausstechen.

Nährwerte pro Portion Pfannkuchen

577 kcal, 2414 kJ, Eiweiß 12,3 g, Fett 28,01 g, Kohlenhydrate 65 g

Für die Weihnachtssuppe die Sterne in Suppenteller geben, mit Fleischbrühe und Tafelspitzwürfeln auffüllen und mit Schnittlauch dekorieren.

TEB e. V. empfiehlt die Dosierung der Verdauungsenzyme Pankreatin (tierisch): 2000–3000 E. pro Gramm Fett. Rizoenzyme (pflanzlich): 1–3 Kapseln pro Hauptmahlzeit, Zwischenmahlzeit je 1 Kapsel.

Zutaten für 4 Personen

Rindfleischsuppe

500 g Tafelspitz

2 Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

1 Bund Suppengemüse (Lauch, Sellerie, Karotten, Petersilie)

1 Prise Salz

2,5 l Wasser

1 Prise Pfeffer

Schnittlauch

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten

Kochzeit: ca. 150 Minuten

Pfannkuchen (können bereits am Vortag zubereitet werden)

300 g Mehl

4 Eier

4 TL Zucker

1 Prise Salz

500 ml Milch

4 EL neutrales Öl

etwas Mineralwasser

Arbeitszeit: ca. 8 Minuten

Backzeit: ca. 10 Minuten



Unsere Reise nach Berlin – wir sagen danke!

vom 24. bis 27. September 2023

Wir danken unserem Schirmherrn Herrn Steffen Bilger sehr herzlich für seine Einladung nach Berlin. Die Teilnehmer der TEB e. V. Selbsthilfe sind auch noch Tage danach überwältigt von den vielen Eindrücken, die nachhaltig wirken.

Viele Tage vorher beim ersten Blick in das Programm, war allen Teilnehmern bewusst, dass das Programm sehr gut durch getaktet ist und dass es wohl anstrengend werden wird.

Anreise

Am Sonntag wurden wir von Herrn Kuberski, einem Mitarbeiter von Herrn Bilger, am Bahnhof in Stuttgart in Empfang genommen. Er blieb an unserer Seite bis Dienstag, was sehr angenehm war.

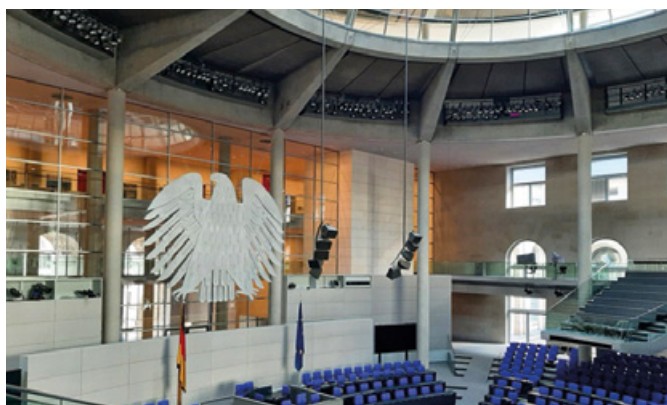
Die Zugfahrt verlief reibungslos. Auf die Minute genau erreichten wir unseren Zielbahnhof in Berlin. Bereits hier konnten wir feststellen, dass alles gut geplant und organisiert war, denn der Bus und der Reiseleiter standen bereit und nahmen uns freundlich in Empfang.

Neugierig und voller Erwartung strebten wir unserem ersten Programmpunkt, der Besichtigung des Plenarsaals mit Vortrag über Aufgaben und Arbeit des Parlaments, entgegen. Doch so einfach ging das nicht. Es musste erst der Sicherheitscheck vollzogen werden, schließlich geht es um unser aller Sicherheit.

Dann ging es zum Plenarsaal. Der erste Eindruck, so empfand ich es, war ein ganz anderer, als wir ihn aus dem Fernsehen gewohnt sind. Nur schade, dass keine Sitzung war, wie gerne hätten wir uns die Debatten aus der Nähe angehört.

Danach ging es weiter auf die Kuppel des Reichstagsgebäudes, was für uns alle ein sehr beeindruckendes Erlebnis war. Jeder von uns nahm die kleine Hürde auf sich und machte sich auf den Weg nach oben. Der Lohn war die tolle Aussicht über Berlin.

Danach fuhren wir zum Hotel und checkten ein. Nachdem die Zimmer bezogen waren, aßen wir im Hotelrestaurant zu Abend und schlossen damit den ersten Tag ab.



2. Tag

Stadtrundfahrt am nächsten Vormittag. Hier zeigte sich der große Vorteil, einen nur für uns zur Verfügung gestellten Bus zu haben. Die Fahrt war äußerst angenehm, da der Fahrer ruhig die einzelnen sehenswerten Ziele ansteuerte, an politischen Punkten seine Fahrt verlangsamte, damit unser Reiseleiter uns mit wichtigen Informationen versorgen konnte.

Nächster Programmpunkt: Das Humboldt-Forum ist ein Universalmuseum im Berliner Ortsteil Mitte. Neben dem Ethnologischen Museum und dem Museum für Asiatische Kunst der Staatlichen Museen zu Berlin beheimatet es auch die Berlin-Ausstellung des Stadtmuseums Berlin und das Humboldt-Labor der Humboldt-Universität zu Berlin. Außerdem finden in der von der Stiftung Humboldt Forum im Berliner Schloss getragenen Einrichtung besondere Ausstellungen statt.

Der Blick von der Dachterrasse über Berlin bei herrlichem Wetter war traumhaft schön und wird noch lange in unserer Erinnerung bleiben.

Es folgte das Mittagessen im Lokal Lebenswelten im Humboldt Forum. Man kann nur allen Beteiligten ein großes Lob aussprechen, gute Planung, gute Organisation, schmackhaftes Essen und auch sehr freundliches Personal. Danke!

Nun ging es zur Führung in der Gedenkstätte Deutscher Widerstand. Ich glaube, ich kann für alle sprechen, dass uns diese Führung berührte und zum Nachdenken brachte, verbunden mit einem hoch interessanten und

auch emotionalen Vortrag an einem geschichtsträchtigen Ort, der uns alle sehr bewegte. Hoffen wir, dass so etwas nie wieder passieren wird.

Informationsgespräch in der Landesvertretung: Hier wurden wir sehr freundlich empfangen und in den Saal Zeppelin gebracht, wo wir bei Brezeln und Getränken über die Arbeit in diesem Hause aufgeklärt wurden. Ja, wir durften uns auch einige Räume in diesem schönen Gebäude einmal aus der Nähe ansehen. Es war schon etwas Besonderes, zu sehen, wo unser Ministerpräsident Winfried Kretschmann sowie auch andere Politiker ihre Büros in diesem Hause haben.

Bevor es zum Paul-Löbe-Haus ging, war das Abendessen im Hopfingerbräu im Palais. Da wir noch Zeit hatten, nutzten wir die Gelegenheit, durchs nahegelegene Brandenburger Tor zu spazieren. Gut gestärkt und gesättigt nach dem guten Essen fanden wir uns zum Sicherheitscheck ein. Zuvor gab es einen Fototermin mit Steffen Bilger.

Mit unserem Schirmherrn konnten wir im Anschluss über eine Stunde lang über die politische Entwicklung in unserem Land diskutieren. Die vielen Fragen aus der Sicht des Bürgers zeigten, dass die Teilnehmer sehr interessiert waren, was in der Politik getan wird und was in Zukunft vielleicht anders bewertet werden muss. Man spürte die Sorge der Menschen in unserem Land. Wir sagen danke für die Zeit, die sich Herr Bilger für uns genommen hat.



3. Tag

Dienstag, der dritte Tag dieser Reise, war sehr bewegend beim Besuch der Gedenkstätte und dem Museum Sachsenhausen, beim Besuch des Denkmals für die ermordeten Juden Europas und dem Besuch der Dauerausstellung im Jüdischen Museum.

Emotional war dieser Tag sehr nachhaltig und sehr anstrengend. Immer wieder sprachen wir im Nachgang darüber, was heute alles an neuen und interessanten Informationen auf uns eingestürmt ist. Auch dass wir im jüdischen Museum immer wieder die Orientierung verloren haben, war ein zentrales Thema und wohl auch Absicht des Architekten. Voller Begeisterung waren wir von der ungewöhnlichen Bauweise des Architekten und der Konzipierung des Hauses.

Mittagessen in Oranienburg beim Griechen, Kreta, sowie Abendessen im Erdinger am Gendarmenmarkt – es gab nur zufriedene Gesichter, super leckeres Essen.

Abreise

Der Vortrag und die Kurzführung bei der Bundeskanzler Helmut Kohl Stiftung waren das Ende des offiziellen Programms. Auch hier freuten wir uns, dass sich Herr Bilger die Zeit genommen hat, uns persönlich zu verabschieden.

Der Bus brachte uns zurück zum Bahnhof, wo wir unsere Heimreise antraten. Auch wenn diesmal nicht alles so reibungslos mit der Deutschen Bahn ablief, störte uns das nicht und wir kamen heil zu Hause an.

Von ganzem Herzen sagen wir danke! Es war eine Reise, die uns noch lange in Erinnerung bleiben wird. Wir wissen alle, dass das, was wir an diesen Tagen geboten bekamen, nicht selbstverständlich war. Damit ließ unser Schirmherr Herr Steffen Bilger jedem Einzelnen eine besondere Anerkennung und Wertschätzung für seine Tätigkeit bei TEB e. V. zukommen.

Katharina Stang



Gemeinsam kochen mit Betroffenen und Angehörigen

Am 15. November 2023 in Ludwigsburg



Am 15.11.2023 fand zum ersten Mal nach Corona wieder ein spezifischer Kochkurs im Park Café im Blühenden Barock in Ludwigsburg statt.

Doch bevor es ans Kochen ging, gab es eine kleine Schulung, in der wir die richtige und ausreichende Einnahme der Verdauungsenzyme sowie die richtige Einschätzung der BE beim Diabetes 3c durchnahmen.

Frau Anja Stedtler von der Firma ViatRIS übernahm die Enzyme und Herr Dr. Stephan Kress die richtige Berechnung der BE.

Zugleich konnten wir uns bei Frau Stedtler für die finanzielle Unterstützung durch ihre Firma in Höhe von 2.500 Euro bedanken. Ohne diese Hilfe und Unterstützung hätten wir diesen Kochkurs nicht anbieten können.

Jeder Teilnehmer bekam eine Informationsmappe, in der der Ablauf, eine lila Schürze, die Rezepte und vieles mehr enthalten war.

Bevor wir zum Kochen in die Küche gingen, richtete die Küchenchefin Laura Leidig ein paar persönliche Worte an uns und meinte: *„Es ist mein erster Kochkurs, den ich gebe, aber ich freue mich riesig darauf“.*

Kurz stellte sie ihr heutiges Menü, das aus vier Gängen bestand, vor.

Vorspeise

Gebeizter Lachs, Fenchel-Orangensalat und Kartoffelchips

Zwischengang

Rote Bete, Nudelrisotto Stracciatella, Wildkräuter

Hauptgang

Geschmorte Rinderbäckle, Nussbutter-Kartoffelstampf Esterhazy

Dessert

Nougat-Parfait auf Gewürzbirnen

Anschließend wurden je fünf Personen zu einem Team zusammengestellt und bekamen eine Farbe zugeordnet. Jetzt wusste jeder an Hand der Farbe, zu welchem Team er gehörte und was die Aufgaben, die vom Zubereiten übers Anrichten und Servieren gingen, waren.

Danach ging es in die Küche, die Schürzen wurden angezogen und die Hände gründlich gewaschen.

Nun ging es los! Alle Teilnehmer hatten viel Freude am Schnipseln, Filettieren, Belegen und Würzen beim Zubereiten der Speisen.

Es wurden Kartoffeln, Gemüse, Kräuter und Obst gewaschen, geputzt, geschält, geschnitten, gegart und anschließend weiterverarbeitet als Grundlage für den gebeizten Lachs, von Soßen oder als Gemüsebeilage, Risoni (spezielle Nudelsorte in Form von Reis) gekocht, Rinderbäckchen gegart und geschnitten und natürlich auch die Birnen in einer feinen Karamellsoße für das Dessert zubereitet.

Es ging sehr lustig und laut in der Küche zu. Laura und ihr Koch Samuel hatten alle Hände voll zu tun, um unsere Fragen zu beantworten. Mit bewundernswerter Ruhe und Gelassenheit haben uns beide durch diesen sehr speziellen Kochkurs geführt.

Auch wenn immer wieder der Satz kam „*Das mach ich zu Hause ganz anders*“, konnte man an diesem Tag einiges dazulernen und auch hautnah miterleben, wie sich die Technik in der Küche in den letzten Jahren verändert hat.

Heute muss man, wenn man die dazugehörige Technik hat, bei der Zubereitung der Speisen nicht mehr viel denken. Das konnten wir beim Zubereiten der Rinderbäckchen erleben. Der Herd zeigte jeden Arbeitsgang an wie z. B. anbraten, Flüssigkeit angießen usw., man musste nur das machen, was angezeigt wurde.

Wir waren von den verschiedenen Zubereitungsarten begeistert, wenngleich so manch ältere Hausfrau meinte: „*Hat das noch was mit kochen zu tun?*“

Nach drei Stunden war es so weit, es konnte angerichtet werden. Dazu bat Laura alle, sich zu Tisch zu begeben. Inzwischen waren fleißige Hände am Werk und haben die Tische sehr schön gedeckt. Es war eine wunderbare Tafel, an der wir jetzt Platz nehmen durften.

Jedes Team richtete seinen Gang auf Tellern sehr appetitlich an. Denn wir wissen ja: das Auge ist mit! Wenn die Teller nicht zu heiß waren, servierten wir auch, ansonsten übernahmen das Laura und ihre Helfer.





Alle waren auf das Ergebnis ihrer Arbeit und wie es schmeckt gespannt. Es wurde vorsichtig versucht – am Ende war jeder begeistert und zufrieden mit seinem, aber auch mit dem Ergebnis der anderen Gruppen. Es schmeckte vorzüglich!



Frau Stedtler und Herr Dr. Kress waren auch während des Essens Ansprechpartner bezüglich Verdauungsenzyme und BE-Einheiten.

Alle Teilnehmer bekamen ein dickes Lob von der Küchenchefin, sie war sichtlich gerührt und begeistert, dass alles so gut funktioniert hat. Ihr erster Kochkurs war sehr gut gelungen und sie wird ihn so schnell nicht vergessen!

Nach dem Essen des 4-Gänge-Menüs waren alle gut gesättigt und sehr zufrieden mit der Küchenchefin Laura, ihren Helfern und nicht zuletzt mit sich selbst.



Das gesamte Küchenpersonal bekam ein ganz großes Lob und dieses Lob gab Laura an alle Teilnehmer zurück.

Alle Teilnehmer dankten Laura und ihrem Team mit einem tosenden Applaus! Selbstverständlich gab es auch ein kleines Geldgeschenk von uns allen. Was ihr aber besonders gut gefiel, war unser Kochbuch „Was essen wir heute?“ Vielleicht finden wir mal ein Rezept aus unserem Buch auf ihrer Speisekarte.

Als krönenden Abschluss hatten die Teilnehmer noch die Möglichkeit, im Blühenden Barock die „Leuchtenden Traumpfade“ zu besuchen. Das war ein wahrhaft traumhafter Abschluss eines wunderschönen aber auch arbeitsreichen Nachmittages.



Ein großes Dankeschön gab es für meinen Mann und mich für die Planung, Organisation und Durchführung.

Katharina Stang



Kleines Jubiläum mit großer Wirkung!

Der 10. Welt-Pankreaskrebstag am 16. November 2023

Der 10. Welt-Pankreaskrebstag fand am 16. November 2023 in der Musikhalle Ludwigsburg statt. Es war nach Corona zum ersten Mal wieder eine Veranstaltung, die in Präsenz abgehalten wurde.

Aus Erfahrung wissen wir, dass der WPCD immer wieder in der Vergangenheit mit unvorhersehbaren Ereignissen behaftet war. So auch gestern: Streik der Lokführer.

Im Vorfeld machte sich bei uns die Sorge breit, wie viele finden den Weg in die Musikhalle? Überraschung: Die Halle war sehr gut gefüllt und es kamen mehr, als wir erwartet hatten!

Alle, die kamen, waren begeistert von der schönen Dekoration und dem besonderen Ambiente in der Musikhalle. Man sah, dass die Farbe Lila dominierte.

Nach meiner Begrüßung und der von Herrn Dr. Stephan Kress, ärztlicher Leiter dieser Veranstaltung, stiegen wir sogleich in das Nachmittagsprogramm ein.

Es folgte das virtuelle Grußwort aus Berlin von unserem Schirmherrn Herrn Steffen Bilger.

Um uns einzustimmen, hatte mein Mann im Vorfeld einen Film über die letzten 10 Jahre WPCD erstellt mit dem Titel „Impressionen 10 Jahre Welt- Pankreaskrebstag“. Bereits hier stellte man fest, dass wir einiges getan und erreicht haben.

Der nächste Programmpunkt war ein Vortrag von Herrn Dr. Stephan Kress: „Neues zur Ernährung und Bewegung“. Genau dieses Thema gehört heutzutage zum Thema Krebs und muss immer wieder neu besprochen werden, weil es enorm wichtig ist und auch von Betroffenen und Angehörigen mit in ihren Alltag integriert werden soll.

Es folgte ein Ernährungsquiz, das Herr Dr. Kress kurz erläuterte. Zuvor hatten alle Teilnehmer bei Eintritt den Fragebogen erhalten, um ihn später auszufüllen. Jetzt musste man das zuvor im Vortrag Gehörte umsetzen. Den ersten drei Gewinnern winkte jeweils ein Preis.

Als nächster Punkt kam die Vorstellung unseres neuen Filmes über die notwendigen fettlöslichen Vitamine A, D, E, K. Er wurde heute uraufgeführt. Voller Stolz nahm ich die Worte von Herrn Dr. Kress entgegen, als er sagte: „Ich ziehe meinen Hut vor Ihnen. Sie haben ein schwieriges Thema gut und verständlich umgesetzt. In der medizinischen Literatur ist über diese Vitamine so gut wie nichts zu finden.“ Mit großer Freude berichtete ich, dass der Film auch am WPCD in den USA in englischer Sprache und somit weit über die Grenzen Deutschlands hinaus gezeigt wird. Man kann sich vorstellen, dass ich über die Anerkennung und Wertschätzung aller Referenten und auch Teilnehmer berührt war.

Es freute mich, dass eine Mitarbeiterin der AOK Niedersachsen, die uns mit einer Projektförderung nach §20 h SGBV bei der Erstellung des Films unterstützte, bei der heutigen Premiere anwesend war.



Nun kamen wir zum Thema von Herrn Dr. Peter Borchert „Die Seele stärken“. Dies war und ist ein Thema, das nie vergessen werden darf. Herr Dr. Peter Borchert ist ein Referent, auf den dieses Thema zugeschnitten ist. Mit seiner menschlichen und oftmals auch humorvollen Art gewinnt er die Herzen der Menschen. So war es auch diesmal und sein Vortrag kam sehr gut an. Es freute mich auch, als er sagte: „Ich habe viele Fragen und Impulse aus unserer gemeinsamen Diabetes-Schulung in Fulda mitgenommen, aus denen jetzt dieser Vortrag entstand.“ Seine Aufforderung an uns alle war: „Erkennen Sie Ihre Freiräume und bewahren Sie diese!“.



Wichtig! Kaffeezeit mit vielen persönlichen Gesprächen mit den Referenten oder untereinander. Auch der Informationsstand, der von unseren Mitarbeitern gut betreut wurde, fand regen Zuspruch.

Herr Professor Stefan Benz hatte das schwierigste Thema, denn hier sollte er in kürzester Zeit über Veränderungen der letzten 10 Jahre bei der Diagnostik und Therapie des Pankreaskarzinoms sprechen. Aus Erfahrung wissen wir, dass solche Vorträge oftmals trocken und medizinisch nüchtern sind. Dennoch gehören sie dazu und verlangen vom Referenten einiges, um die Inhalte laienverständlich rüberzubringen. Ich denke, es ist ihm gelungen.



Als nächstes stellte Herr Dr. Kress die Auflösung der Quizfragen vor. Dabei bemerkte er, dass die Fragen nicht ganz einfach zu beantworten waren. Auch hier zeigt sich der Unterschied von Profi und Laien sehr deutlich.

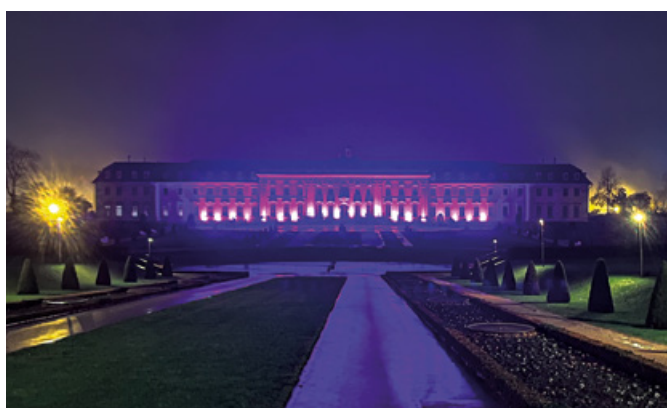
Da inzwischen die Fragen von unserer Jury ausgewertet wurden, standen drei Sieger fest. Ich überreichte den Gewinnern ihre Preise, die sie mit großer Freude entgegen nahmen. Mich freute es, dass auch eine Teilnehmerin, die zum ersten Mal bei einer solchen Veranstaltung war, einen Preis gewann.



Mit dem Welt-Pankreaskrebstag soll die Öffentlichkeit weiterhin für die Erkrankung sensibilisiert werden, damit wir nie den Blick in die Zukunft verlieren.



Leserbriefe



In meiner Schlussrede schwang die Hoffnung mit, dass die heutige Veranstaltung jedem etwas gegeben hat, das er für sich persönlich mitnehmen konnte.

Mit dem Welt-Pankreaskrebstag soll die Öffentlichkeit weiterhin für die Erkrankung sensibilisiert werden, damit wir nie den Blick in die Zukunft verlieren. Medizin und Forschung dürfen nicht stillstehen, getreu unserem diesjährigen Motto „Weitergehen – Orientieren – Handeln“.

Es folgte nochmaliger Dank, den ich in meiner Begrüßungsrede bereits detailliert zum Ausdruck gebracht hatte: An den Vorstand, meinen Mann, an die Referenten, Mitarbeiter, alle ehrenamtlichen Helfer, an die AOK-Baden Württemberg, Herrn Stephan Hurst und die Firma Lautmacher, Herrn Michael Schopf, an die Hausmeister der Musikhalle und an das Team Lacher.

Danke auch an alle Teilnehmer, die heute dabei waren. Beeindruckend war, dass sogar aus dem hohen Norden Teilnehmer kamen.

Zum Schluss bat ich alle, sich vor ihrem Heimweg das in lila angestrahlte Residenzschloss Ludwigsburg anzuschauen, auch wenn das Wetter nicht gerade dazu einlud.

Katharina Stang

Liebe TEBler, liebe Frau Stang,

ich möchte mich sehr herzlich für all die Informationen bedanken, die wir seit der Erkrankung meines Lebensgefährten und unserer Mitgliedschaft beim TEB durch Sie erhalten haben. Leider ist mein Lebensgefährte vor 3 Monaten verstorben. Wir waren nur ‚stille‘ Mitglieder, da wir in der Corona Zeit beitraten und uns im nördlichen NRW befanden.

Mein Lebensgefährte hatte in den letzten Monaten auch mal mit dem Gedanken gespielt, Frau Stang anzurufen und persönlich um Rat zu fragen, aber dazu kam es dann nicht mehr.

Ich möchte Ihnen hiermit trotzdem einmal erzählen, wie unglaublich dankbar und glücklich wir allein über die reinen Informationen waren, die wir über Sie erhalten haben. Nicht selten kam eine neue Sendung mit genau den richtigen Tipps zu neuen Problemen, es erschien manchmal fast wie Fügung.

Die Umstellung auf Nortase z. B. hat kurzfristig Erleichterung gebracht. Das Wissen gab einfach Sicherheit: Bei Krankenhaus-Aufenthalten z. B. bekam er jeden Tag EINE 20.000 Enzymtablette, und das auf der Gastroenterologie! Wir wussten manchmal nicht, ob weinen oder lachen. Für meinen Lebensgefährten war es ein großer Trost, dass er sich durch Sie gut informiert fühlte!

Ich weiß wirklich nicht, wie wir die Zeit ohne TEB durchgestanden hätten. Es ist so toll, was Sie da auf die Beine gestellt haben und mit Leidenschaft betreiben. Herzlichen Dank!

Ich habe dem Verein gestern als Zeichen unserer Dankbarkeit einen Geldbetrag überwiesen.

*Viele Grüße aus dem Ruhrgebiet
K. E.*

Liebe Katharina,

das muss ich doch schnell loswerden – noch vor meinem nächtlichen Meeting jetzt mit NZ – wieder sehr gelungenen und war sicher sehr viel Arbeit!

Du schreibst eben genauso gut und persönlich wie im Gespräch, das macht es so lesenswert. Ebenso sehr passendes, interessantes Thema „Lebenshilfe für Ehepaare“, das werden viele sehr aufmerksam lesen ...

*Herzliche Grüße
S.*

Nachruf Bettina Hein



Die Nachricht, dass Bettina für immer gegangen ist, hat mich tief getroffen und bewegt.

Seit unserer ersten Begegnung vor ein paar Monaten entstand eine Zuneigung, die von großem Vertrauen, großer Wertschätzung und Anerkennung geprägt war.

In jedem unserer Gespräche waren die Wärme, Liebe, Menschlichkeit und das enorme Wissen von Bettina zu spüren. Sie signalisierte mir, dass sie bereit ist, ihre Erkrankung anzunehmen, zu bewältigen und weiter nach Perspektiven bei den vielfältigen Therapien zu suchen. Sie wollte leben!

Wie sehr haben Bettina, ihr Mann, die Familie und ich uns gewünscht, dass sie mit ihrer Erkrankung noch eine Weile hätte leben dürfen. Doch Bauchspeicheldrüsenkrebs hat seine eigene Dynamik!

Auch wenn die Zeit, in der wir uns näher kennenlernen durften, kurz war, war sie für mich von großer Bedeutung, wertvoll und hinterlässt Spuren, die sicher lange anhalten werden.

Ihre außergewöhnliche Art, ihre Menschlichkeit, der liebevolle Umgang miteinander, ihre Anerkennung und Wertschätzung unserer Arbeit bei TEB e. V. waren einzigartig.

Trotz vieler Höhen und Tiefen während ihrer Erkrankung hat sie uns zusammen mit ihrem Mann eine großzügige Spende zukommen lassen. Sie wollten beide, dass TEB e. V. sich weiterhin für schwerstkranke Menschen einsetzen kann. Dafür herzlichen Dank!

Auch gingen die Kranz- und Blumenspenden an unseren Verein. DANKE! Das alles ist nicht selbstverständlich!

In Gedanken bin ich bei Uwe, seinen Kindern, den Angehörigen und bei allen, die um Bettina trauern.

Möge uns die Kraft, die Liebe und die Zuversicht, die Bettina gelebt hat, tragen.

Ich glaube fest daran, dass Bettina nur die Seiten gewechselt hat, aber immer noch mit uns verbunden ist.

In liebevollen Gedanken

Katharina Stang



Möchten auch Sie TEB e.V. Selbsthilfe unterstützen?

Werden Sie Mitglied mit einem Jahresbeitrag ab 30 €.



Beitrittsformular

Eingescannt per E-Mail: geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de
per Fax 07141 9563637 oder per Post an:



TEB e.V. Selbsthilfe

Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg, Württ

Wodurch sind Sie auf uns aufmerksam geworden?

- Klinik, welche? _____
- Arzt, welcher? _____
- Internet Medien
- durch Betroffene Hilfe am Krankenbett
- sonstiges _____
- _____

Beitrittserklärung

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zur TEB e.V. Selbsthilfe gegründet in Baden-Württemberg
als **Betroffene/r** **Angehörige/r** **Fördermitglied**

TEB-Infopost (*Termine, Magazin*) einschließlich Informationsmappen von TEB erwünscht: nein ja

Es ist eine **einmalige Aufnahmegebühr von 30 €** fällig. Bei Familienmitgliedschaft ist die Aufnahmegebühr nur einmal zu bezahlen. Der **Mitgliedsbeitrag beträgt 30 €** pro Person im Kalenderjahr. Erhöhter Mitgliedsbeitrag wird Ihnen als Spende ausgewiesen.

Mein Jahresbeitrag ist _____ €

- Ich überweise** *Als Überweiser bezahlen Sie bitte Aufnahmegebühr und Mitgliedsbeitrag für das laufende Jahr bei Antragstellung und in den darauffolgenden Jahren den Mitgliedsbeitrag wiederkehrend am 8. Januar.*
- Ich zahle **per Lastschrift** (bitte auch Rückseite ausfüllen!)
Aufnahmegebühr und Mitgliedsbeitrag werden zum Eintritt erhoben, danach wird der Mitgliedsbeitrag zum 8. Januar des Jahres wiederkehrend eingezogen.

Name _____ Vorname _____
Ortsteil _____ Straße/H-Nr. _____
PLZ _____ Ort _____
Geburtsdatum _____ Bundesland _____
Telefon _____ Land *Deutschland* _____
Mobiltelefon _____ Telefax _____
E-Mail _____

*Hinweise zum Datenschutz: Die Daten werden ausschließlich für die Verarbeitung der Vereinszwecke verwendet.
Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht statt.*

Datum _____ Unterschrift

Als Selbstzahler überweisen Sie den Mitgliedsbeitrag bitte auf unser Konto

TEB e.V. Selbsthilfe BW

IBAN DE07 6049 1430 0328 5580 01

BIC (SWIFT-Code) GENODES1VBB

bitte im Verwendungszweck **J-Beitrag** und ggf. Name des Mitglieds (*falls Kontoinhaber abweicht*) angeben.

Zum SEPA-Lastschriftmandat (Einzugsermächtigung) →

SEPA-Lastschriftmandat (SEPA Direct Debiti Mandate)
für SEPA-Basis-Lastschriftverfahren/SEPA Core Direct Debit Scheme

Wiederkehrende Zahlung/Recurrent Payments

Name und Anschrift des Zahlungsempfängers (Gläubiger)

TEB e. V. Selbsthilfe
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg, Württ

Gläubiger-Identifikationsnummer (CI/Creditor Identifier)
DE20ZZZ00000350167

Mandatsreferenz (wird von TEB e. V. nachgetragen)
TEBeVJ-BeitragM0

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige

Name des Zahlungsempfängers
TEB e.V. Selbsthilfe

Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von

Name des Zahlungsempfängers
TEB e.V. Selbsthilfe

auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Bitte kontaktieren Sie TEB e. V., bevor Sie die Lastschriftrücknahme durch ihre Bank veranlassen.

Kontoinhaber (Vorname, Name, Straße, Hausnummer, PLZ, Ort)

Kreditinstitut

BIC

IBAN

Ort, Datum

Unterschrift





Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, insbesondere Bauchspeicheldrüsenkrebs, sind leider sehr ernste Diagnosen, die Betroffene meistens ganz unvorbereitet treffen.

Gruppe 1:

Bietet Angehörigen, Betroffenen und Interessierten einen regelmäßigen Treffpunkt, Erfahrungsaustausch und Beratung und Begleitung (TEB).

Gruppe 2:

Angehörige finden eine Anlaufstelle, in der sie ihre eigenen, spezifischen Sorgen und Nöte bei der Betreuung und Begleitung ihres Partners ansprechen können.

Online-Gruppen!

Seit Mitte April 2020 bietet TEB seinen Mitgliedern die Möglichkeit, an **virtuellen Gruppen** teilzunehmen. **Hierzu benötigen wir Ihre E-Mail-Adresse.** Zu den einzelnen Gruppentreffen werden Sie jeweils eingeladen mit der nötigen Erklärung der Anwendung. Für alle, die noch nicht daran teilgenommen haben: **Es ist ganz leicht und findet über Computer oder Telefon statt.**

BADEN-WÜRTTEMBERG

Bodensee-Oberschwaben

Gruppenleitung: Ursula Krug, Tel. 07522-5452

Matthäus-Ratzeberger-Stift
Erzberger Straße 4
88239 Wangen im Allgäu

Termine (für beide Gruppen)
08.01.24 / 05.02.24 / 04.03.24 /
08.04.24

Uhrzeit
Gruppe 1: 15.00 bis 17.30 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Hohenlohe + Unterland

Die Regionalgruppen werden in Patenschaft von der Regionalgruppe **Mittlerer Neckarraum** verwaltet.

Lauter-Fils

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Bürgerhaus Göppingen
Kirchstraße 11
73033 Göppingen

Termine (für beide Gruppen)
24.01.24 / 21.02.24 / 20.03.24 /
17.04.24

Uhrzeit
Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Mittlerer Neckarraum

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Geschäftsstelle TEB e. V. Selbsthilfe
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg

Termine (für beide Gruppen)
16.01.24 / 13.02.24 / 12.03.24 /
09.04.24

Uhrzeit
Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Mittlerer Neckarraum

Gruppenleitung: Liane Bieber

Gruppe Hinterbliebene – Bei Interesse bitte die monatlichen Aktivitäten und Termine in der Geschäftsstelle erfragen.

Neckar-Alb + Nördlicher Schwarzwald

Die Regionalgruppen werden in Patenschaft von der Regionalgruppe **Schönbuch** verwaltet.

Schönbuch

Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835

Kliniken Böblingen
Bunsenstraße 120
71032 Böblingen

Termine (für beide Gruppen)
25.01.24 / 22.02.24 / 21.03.24 /
25.04.24

Uhrzeit
Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr
Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

Gruppentermine unter Vorbehalt. Bitte fragen Sie in unserer Geschäftsstelle nach und melden sich, um besser planen zu können, bei Teilnahme verbindlich an:

Telefon: 07141 956 36 36 oder E-Mail: geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de



BAYERN

Allgäu-Schwaben	<i>Gruppenleitung: Ursula Krug, Tel. 07522-5452</i>	
Gruppenraum Erdgeschoss Wittelsbacher Straße 6 87700 Memmingen <i>(Querstraße gegenüber Klinik-Parkhaus)</i>	Termine (für beide Gruppen) 09.01.24 / 06.02.24 / 05.03.24 / 09.04.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.00 bis 16.30 Uhr Gruppe 2: jeweils im Anschluss
Unterfranken	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Universitätsklinikum Würzburg Oberdürrbacher Straße 6 97080 Würzburg Haus A3, Ebene 0, Raum 306, ZIM Seminarraum 7	<i>Termine stehen noch nicht fest.</i>	

HESSEN

Rhein-Main	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Gruppenraum des Paritätischen, 3. OG Poststraße 9 64293 Darmstadt	Termine (für beide Gruppen) 31.01.24 / 27.03.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

NIEDERSACHSEN

Elbe-Weser	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Elbe Kliniken, Klinikum Stade Bremervörder Straße 111 21682 Stade Raum „Oste“	Termine (für beide Gruppen) 11.01.24 / 07.03.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

NORDRHEIN-WESTFALEN

Kölner Bucht	<i>Gruppenleitung: Matthias Helf, Tel. 07141-41835</i>	
Universitätsklinikum Köln Josef-Stelzmann-Str. 20, 50937 Köln (Gebäude 42) Forum / Oratorium	Termine (für beide Gruppen) 06.02.24 / 05.03.24 / 30.04.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

RHEINLAND-PFALZ

Südpfalz	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Vinzentius-Krankenhaus Landau Diabeteszentrum Cornichonstr. 4, 76829 Landau (Pfalz) 1. Stock, Schulungsraum	Termine (für beide Gruppen) 30.01.24 / 27.02.24 / 26.03.24 / 23.04.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss

SACHSEN

Leipziger Land	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
HELIOS Park-Klinikum Leipzig Strümpellstraße 41, 04289 Leipzig Raum 1K05 (1. Etage, vor Endoskopie)	<i>Termine stehen noch nicht fest.</i>	
Mittel- und Südsachsen	<i>Gruppenleitung: Katharina Stang, Tel. 07141-41835</i>	
Städtisches Klinikum Dresden Versorgungszentrum, Haus V Wachsbleichstr. 27–29, 01067 Dresden Konferenzraum 2	Termine (für beide Gruppen) 06.02.24 / 02.04.24	Uhrzeit Gruppe 1: 14.30 bis 17.00 Uhr Gruppe 2: nach Bedarf im Anschluss



SPRECHSTUNDEN

Jeden Montag, 17:00–18:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg, 71640 Ludwigsburg
Prof. univ. Dr. med. Thomas Schiedeck,
Ärztlicher Direktor, Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie

Jeden Dienstag, 11:00 – 12:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg, 71640 Ludwigsburg
Prof. Dr. med. Karel Caca,
Ärztlicher Direktor, Medizinische Klinik I

Anmeldung erforderlich unter
Telefon 07141 956 36 36

SONDERVERANSTALTUNG TEB E. V. SELBSTHILFE



17. Ärzte- und Patientenseminar

Samstag, 16.03.2024, 9.00 – 15.30 Uhr

Musikhalle Ludwigsburg
Bahnhofstraße 19, 71638 Ludwigsburg

Fettlösliche Vitamine



Neuer TEB-Film online: Vitaminmangel der Vitamine ADEK

www.teb-selbsthilfe.de/aktuelles.html

Impressum

Herausgeber: TEB e. V. Selbsthilfe, Bundes- und Landesgeschäftsstelle, Karlstraße 42, 71638 Ludwigsburg,

Telefon 07141-956 36 36, geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de, www.teb-selbsthilfe.de,

Redaktion: TEB e. V. Selbsthilfe, Katharina Stang (V.i.S.d.P.), **Gestaltung und Layout:** Himbeerrot GmbH, Ludwigsburg

Das TEB Magazin wird nach § 20 h SGB V durch die GKV-Gemeinschaftsförderung auf Landesebene Baden-Württemberg gefördert.

EXPERTENTELEFON



**Pankreaserkrankung – rationale
Diagnostik/Therapie**

Mittwoch, 17.01.2024, 16.00–17.00 Uhr

Prof. Dr. med. Karel Caca

**Was muss ich nach einer Pankreas-
operation beachten?**

Montag, 05.02.2024, 15.00–16.00 Uhr

Dr. med. Anger

**Pankreaszysten – wann harmlos,
wann bedenklich?**

Montag, 11.03.2024, 13.30–14.30 Uhr

Prof. Dr. med. Bodo Klump

Pankreaskarzinom – Diagnostik und Therapie

Mittwoch, 20.03.2024, 14.30–15.30 Uhr

Prof. Dr. med. Carl Schimanski

**Pankreaskarzinom – operabel – nicht operabel
Behandlung mit Chemotherapie**

Unterstützende Therapie

Montag, 10.04.2024, 16.30–17.30 Uhr

Prof. Dr. med. Thomas Seufferlein

Alle Experten beantworten Fragen über das
gesamte Spektrum von Erkrankungen der
Bauchspeicheldrüse inklusive der spezifisch
aufgeführten Fachgebiete.

Anmeldung erforderlich unter

Telefon 07141 956 36 38

Weitere Termine für das Expertentelefon

entnehmen Sie bitte unserer Homepage

www.teb-selbsthilfe.de



TEB e.V. Selbsthilfe
Tumore und Erkrankungen
der Bauchspeicheldrüse

Bundes- und Landesgeschäftsstelle
Karlstraße 42
71638 Ludwigsburg

Öffnungszeiten

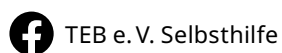
Mo-Do 9-15 Uhr
Fr 9-12 Uhr

Kontakt

Telefon 07141-956 36 36
Fax 07141-956 36 37
geschaeftsstelle@teb-selbsthilfe.de

www.teb-selbsthilfe.de
www.bauchspeicheldruese-info.de
www.welt-pankreaskrebstag.de

Sie finden uns auch bei Facebook unter



TEB e.V. Selbsthilfe
gegründet in Baden-Württemberg
Schirmherr: Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär a. D.
gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt
unterstützt durch den Krebsverband Baden-Württemberg

