



Selbsthilfegruppen in Österreich

Hilfe zur Selbsthilfe ...

von Camilla Burstein, Bakk. phil.

Anstrengungen verbundenen wie z.B. Bücken, Heben und einseitige, mit Kraftaufwand verbundene Bewegungsabläufe sowie mit einer häufig gestörten

Kontakt:

Wiedner Hauptstraße 32,
1040 Wien
Tel.: +43 (1) 58 900 DW 328
E-Mail: office@ig-pflege.at

Interessen von pflegenden Angehörigen in ganz Österreich. Durch die Arbeit der Interessengemeinschaft sollen vor allem folgende Ziele erreicht werden:

- Verbesserung der Lebenssituation pflegender Angehöriger
- öffentliche Bewusstseinsbildung zur gesellschaftlichen Relevanz und zu Belastungen und Herausforderungen pflegender Angehöriger
- höhere Wertschätzung und Anerkennung der Pflege- und Betreuungsleistungen von Angehörigen
- Identifizierung von Versorgungslücken und Eintreten für Verbesserungen
- Etablierung von pflegenden Angehörigen als politisch relevante Gruppe

LOT Austria

Der internationale Fachausdruck „COPD“ ist eine aus dem Englischen übernommene Abkürzung für chronic obstructive pulmonary disease und bezeichnet eine chronisch obstruktive

Interessengemeinschaft Pflegende Angehörige

Derzeit gibt es in Österreich rund 452.000 Pflegegeldbezieher, davon leben rund 80 % zu Hause und werden größtenteils von Familienmitgliedern und Freunden gepflegt und betreut. Diese Unterstützung von pflegenden Angehörigen wird weder von der Gesellschaft noch von der Politik anerkannt und wertgeschätzt.

Studien zur Situation pflegender Angehöriger zeigen das Fehlen niederschwelliger Plattformen für deren Anliegen auf. Selbsthilfe- und Trägerorganisationen bieten zwar ein breites Spektrum an Leistungsangeboten hinsichtlich Informationen und Schulungen an, allerdings fehlt eine umfassende Interessensvertretung in der politischen Diskussion um die Anliegen pflegender Angehöriger bei der weiteren Ausgestaltung des Pflegevorsorgesystems in Österreich auf Bundes- und Länderebene. Pflege ist oftmals mit körperlichen

Nachtruhe. Oft wird in dieser Situation kaum auf die eigene Gesundheit bzw. das eigene Befinden geachtet, Symptome und Warnsignale des eigenen Körpers werden ignoriert.

Seelische Belastungen resultieren oft aus Unsicherheit und Schuldgefühlen (Wie schaffe ich das? Wie soll es weitergehen? Wird sich der Zustand verschlechtern? Mache ich alles richtig? Kommen nicht andere Menschen/Aufgaben/Lebensbereiche zu kurz? Wie sieht es mit der eigenen Zukunft aus? – aber auch aus den sich verändernden Beziehungen und Rollen im Familiengefüge.

Hinzu kommt, dass Pflege sehr zeitintensiv ist. 17,5% der pflegenden Angehörigen haben auch finanzielle Einbußen.

Die Interessengemeinschaft

Die Interessengemeinschaft setzt sich österreichweit für die Anliegen der Angehörigen, die ihre Familienmitglieder oder Freunde daheim oder in stationären Einrichtungen betreuen und begleiten, ein. Als gemeinnütziger Verein mit Sitz in Wien vertritt sie die

Lungenerkrankung mit oder ohne Lungemphysem. „Obstruktiv“ steht für eine Verengung der Atemwege.

Eine **Lungenfibrose** ist eine Veränderung am Gerüst des Lungengewebes. Sie entsteht dadurch, dass das Lungengewebe infolge einer Vermehrung des Bindegewebes **vernarbt**. Diese Vernarbung kann nicht mehr rückgängig gemacht werden. Beide Erkrankungen äußern sich in erster Linie durch eine zunehmende Atemnot.

Die Langzeit-Sauerstoff-Therapie

Ein Mensch kann bis zu 30 Tage ohne Nahrung und bis zu 3 Tage ohne Flüssigkeit überleben, aber nur maximal 3 Minuten ohne Sauerstoff. Der menschliche Körper hat keine Möglichkeit, Sauerstoff zu speichern. Führt man dem Körper mit Hilfe der Langzeit-Sauerstoff-Therapie Sauerstoff zu, kann der Blutkreislauf gut arbeiten.

Ohne diese Therapie werden die Organe des Körpers nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Als Langzeit-Sauerstoff-Therapie wird eine Behandlungsmethode bezeichnet, bei der der Betroffene über einen Zeitraum von

mindestens 16 Stunden pro Tag über eine Nasensonde Sauerstoff erhält. Sauerstoffpflichtige Patienten sind oft „unsichtbar.“ Die Sorge, ohne Sauerstoff irgendwo zu stranden, begleitet sie

Kontakt:

Österreichische Selbsthilfegruppe für COPD, Lungenfibrose und Langzeit-Sauerstoff-Therapie (kurz LOT-Austria)
Postfach 84
3100 St. Pölten
office@selbsthilfe-lot.at
www.selbsthilfe-lot.at

ständig; die Zeit außer Haus ist immer von der Notwendigkeit geprägt genug Sauerstoffvorrat für die geplante Zeit zur Verfügung zu haben. Sauerstofftankstellen bedeuten mehr Mobilität, öfter am kulturellen und gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können, Einkäufe stressfreier zu erleben, psychische Gesundheit usw. Die Sauerstofflieferanten, die Apothekerkammer und die Österreichische Lungenunion haben Sauerstofftankstellen in Apotheken ins Leben gerufen. Die LOT-Austria (Österreichische Selbsthilfegruppe COPD, Lungenfibrose und Langzeit-Sauerstoff-Therapie) möchte einen weiteren zügigen Ausbau

der Sauerstofftankstellen in Österreich bewirken und daher gibt es auch einige Fachärzte, eine Rettungsstation und mehrere Krankenhäuser auf der Liste der Sauerstofftankstellen. Die aktuelle Liste können Sie jederzeit unter <http://www.selbsthilfe-lot.at/download.php> nachlesen.

Die Gruppe

Die Selbsthilfegruppe für COPD, Lungenfibrose und Langzeit-Sauerstoff-Therapie wendet sich an Patienten, die an COPD oder Lungenfibrose erkrankt sind oder wegen ihrer Lungenerkrankung Sauerstoff verordnet bekommen. LOT Austria ist ein eingetragener Verein und wird von Betroffenen unentgeltlich und uneigennützig geleitet. In allen Bundesländern gibt es Ansprechpartner und teilweise regelmäßige Gruppentreffen. Ziel ist eine Verbesserung der persönlichen Lebensqualität und eine Erleichterung im sozialen und politischen Umfeld zur Bewältigung der Krankheit. Gemeinsame Gespräche und gegenseitige Hilfe verhindern gesellschaftliche und seelische Isolation. Die Gruppe bietet Vorträge und Seminare von Ärzten aus der Schul- und Alternativmedizin und Informationen rund um das Thema Sauerstoffgeräte und Zubehör an.

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: Österreichische Apotheker-Verlagsgesellschaft m.b.H., 1090 Wien, Spitalgasse 31A, Tel. 01/402 35 88, Fax 01/402 35 88-542. www.apoverlag.at. **Geschäftsführer:** Mag. Martin Traxler. **Chefredakteurin:** Mag. Monika Heinrich (mh), Tel. 402 35 88 – 26. **Redaktion:** Petra Zacherl (pz), Tel. 402 35 88 – 60, Camilla Burstein, Bakk. phil. (cb), Tel. 402 35 88 – 38. **Layout-Design und Grafik:** Manuela Pöschko, Daniela Fruhwirth. Alle 1090 Wien, Spitalgasse 31A, redaktion@apoverlag.at. Tel. 402 35 88 – 26, Fax 402 35 88 – 543. www.apoverlag.at **Anzeigen:** AFKOM – Alexander Fauland Communication e.U., Alexander Fauland, Tel. 0664 33 88 600, Tel. 01/402 35 55, alexander.fauland@afcom.at, www.afcom.at **Fotos** (sofern nicht anders angegeben): shutterstock.

Druck: Niederösterreichisches Pressehaus, St. Pölten.

Erscheinungsweise: 12 x im Jahr

Der Verlag behält sich das ausschließliche Recht der Verbreitung und Vervielfältigung der in dieser Zeitschrift gedruckten Beiträge vor. Nachdruck ist nur unter genauer Quellenangabe gestattet. Namentlich gezeichnete Artikel geben die ausschließliche Meinung des Autors wieder, die nicht mit der der Redaktion übereinstimmen muss.

Die 3. Person sing. masc. ist bei allgemeinen Bezeichnungen geschlechtsneutral zu verstehen und umfasst sowohl die weibliche als auch die männliche Form. Preise ohne Gewähr.

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz siehe www.apoverlag.at → Impressum