

Fibromyalgie

... ist eine chronische Schmerzerkrankung, die lebenslang anhält. Frauen sind erheblich häufiger betroffen als Männer. Eine Therapie mit Aussicht auf Heilung oder grundlegender Linderung der Symptome ist bislang nicht möglich.

Betroffene klagen über andauernde oder immer wiederkehrende Schmerzen an Muskeln und Sehnen. Begleitsymptome sind Schlafstörungen und Müdigkeit am Tag, Konzentrationsprobleme und mentale Motivationsschwäche. Oft entwickeln sich Wetterfühligkeit, Ängstlichkeit und depressive Stimmung. Charakteristisch ist ein unangenehmes Schwellungsgefühl an Händen, Füßen und im Gesicht.

Konkrete Ursachen für Fibromyalgie sind nicht bekannt. Neben einer genetischen Veranlagung werden auch psychosozialer Stress oder seelische Traumata diskutiert. Sicher ist jedoch, dass generalisierte Entzündungen nicht beteiligt sind: Fibromyalgie ist keine Rheuma-Erkrankung. Dieser weit verbreitete Irrtum kann zu schweren Therapiefehlern führen.

Fibromyalgie ist eine chronische Störung der Schmerzwahrnehmung und Schmerzverarbeitung. Heftige Schmerzattacken werden von nahezu schmerzfreien Episoden abgelöst. Stress kann einen akuten Schub auslösen; positiver Stress bei großer Freude ebenso wie negativer durch psychische Belastung oder körperlicher Stress infolge einer Infektionserkrankung*.

Selbsthilfe

... ist Unterstützung für ein optimistisches Leben trotz Fibromyalgie. Oft vergehen Jahre, bevor die korrekte Diagnose gestellt wird. Für viele Patienten endet damit eine Ärzte-Odyssee mit zermürender Suche nach der Ursache für die quälenden Symptome. Dabei erleben Betroffene vielfältige Kränkungen; sie werden als Hypochonder abgestempelt, nur weil Fibromyalgie keine sichtbaren und messbaren Veränderungen verursacht.

Patienten-Selbsthilfe schafft wirkungsvollen Schutz vor verletzender Skepsis und sozialer Zurückweisung. Gleichermaßen Betroffene benötigen keine ausführliche Beschreibung der akuten Beschwerden, denn sie sind ihnen aus eigenem Erleben vertraut. Ohne Zwang zu Erklärung oder gar Rechtfertigung können typische Probleme und besondere Herausforderungen chronisch kranker Menschen besprochen werden. Nützliche Tipps und aktive Hilfe stehen im Vordergrund der Gespräche. Intensiv diskutiert werden Therapie-Optionen und unterstützende Veränderungen des Lebensstils.

Oft wird in der Patienten-Selbsthilfe weniger über die Erkrankung gesprochen als unter Nichtbetroffenen – aber sehr viel über die Möglichkeit, das Leben mit Optimismus zu gestalten.



Engagement in der Deutschen Fibromyalgie Vereinigung (DFV)

... stärkt das Selbstvertrauen als mündiger Patient und das Selbstwertgefühl als kompetenter Ratgeber. Die Arbeit in der Selbsthilfegruppe vor Ort, die Organisation von informativen und geselligen Treffen, kann Fibromyalgie-Patienten nur gemeinsam gelingen. Wer einen schlechten Tag erlebt, darf auf die Unterstützung der anderen vertrauen. So motiviert das gemeinschaftliche Engagement auch an schwierigen Tagen.

Über Vorträge, Ausflüge oder Gesprächsabende kann jede Selbsthilfegruppe im Optimisten berichten. Die Zeitschrift der DFV erscheint in vier Ausgaben im Jahr. Darin werden die Mitglieder regelmäßig über den aktuellen Stand der medizinischen Forschung zur Fibromyalgie informiert. Auch unterstützende Maßnahmen im Rahmen einer multimodalen Schmerztherapie werden vorgestellt.

Nur gut informierte Patienten können zwischen seriösen und anderen Hilfsangeboten unterscheiden. Deshalb ist es ein Ziel der DFV ihren Mitgliedern umfassend über den aktuellen Stand der Forschung zu berichten. Für Fibromyalgie-Patienten ist der Leidensdruck oftmals sehr groß und derzeit besteht keine Aussicht auf Heilung oder grundlegende Linderung der Symptome. Diese Situation macht Betroffene anfällig für vielfältige Heilversprechen. Je einsamer Menschen in ihrem Leid sind, um so eher folgen sie solchen Verheißungen. Deshalb ist es ein zweites Ziel der DFV das Gespräch und den Erfahrungsaustausch unter Patienten zu fördern.

(* S3-Leitlinie 041/004 „Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie des Fibromyalgiesyndroms“ erstellt 2012; Überarbeitung 2016)

Kontaktdaten

Deutsche Fibromyalgie Vereinigung (DFV) e.V.

Bundesverband
Postfach 11 40
D-74741 Seckach

Waidachshofer Straße 25
74743 Seckach

Beratung

06292/928760

Geschäftsstelle

06292/928758

Fax

06292/928761

www.fibromyalgie-fms.de
info@fibromyalgie-fms.de

Werden Sie Mitglied der Deutschen Fibromyalgie-Vereinigung (DFV) e.V.

Sie können unsere ehrenamtliche Arbeit auch mit einer Spende unterstützen

Das Finanzamt Mosbach/Baden hat der DFV e.V. unter der Steuernummer 40004/02079 die Freistellung erteilt. Sie ist berechtigt Spendenbescheinigungen auszustellen. Die DFV e.V ist im Vereinsregister des Amtsgerichtes Mannheim unter der lfd. Nr. VR 450165 eingetragen.

Spendenkonto

IBAN DE16 6745 0048 1001 1228 43
BIC SOLADES1MOS

Mit freundlicher Unterstützung von



WALDBURG-ZEIL
KLINIKEN

Sicherheit geben.
Den Menschen im Blick.

Klinik Oberammergau
Zentrum für Rheumatologie,
Orthopädie und Schmerztherapie
D-82487 Oberammergau
Telefon: +49 (0) 8822 914-0
www.klinik-oberammergau.de Ein Stück Leben.

Kanzlei für Berufsunfähige

Elsenheimerstraße 7 · 80687 München

Telefon 0 89 / 45 22 20 0

Telefax 0 89 / 45 22 20 20

rechtsanwaelte@ra-tempel.de

www.ra-tempel.de

Karl-Heinz Tempel
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Andreas Bauer
Rechtsanwalt

Tempel & Kollegen
Rechtsanwälte

Dr. Alexa A. Becker
Rechtsanwältin

Kerstin Otto-Decker
Rechtsanwältin

Gemeinde Seckach

www.seckach.de



Peter Westermeier
RENTENBERATER UND PROZESSAGENT

Robert-Koch-Str. 4 · 85221 Dachau · Postfach 1975 · 85209 Dachau

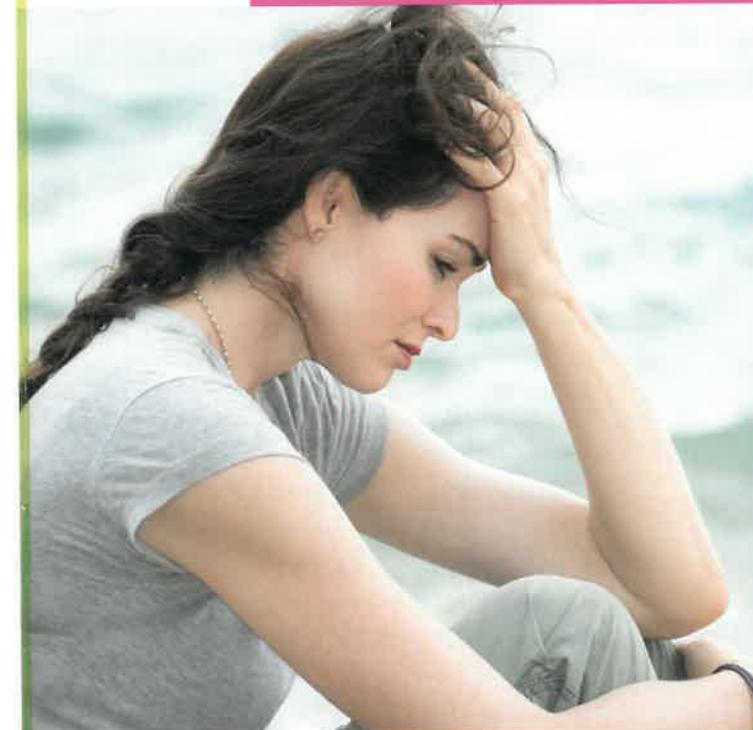
Telefon 0 81 31 - 3 33 01 - 0 · Telefax 0 81 31 - 3 33 01 - 11

rentenberatung.westermeier@t-online.de · www.rentenberatung-westermeier.de



Deutsche Fibromyalgie
Vereinigung (DFV) e.V.

Optimisten trotzen dem Dauerschmerz



Selbsthilfe kann die Schmerzen nicht lindern,
verbessert aber langfristig die Lebensqualität